

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра психології
Освітній ступінь магістр
Спеціальність 053 психологія
Освітня програма психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
психології

Людмила ПРІСНЯКОВА

(підпис)

10.02.2022

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Кас'ян Ольга Сергіївна

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

1. Тема роботи «Соціально-психологічні детермінанти задоволення
життям в середньому віці»

2. Науковий керівник Коваленко Тетяна Юріївна, кандидат
медичних наук, професор

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

3. Строк подання роботи на кафедру 14.02.2021р.

4. Мета кваліфікаційної роботи

виявлення і вивчення соціально-психологічних детермінант, що
визначають задоволеність життям людей обраної вікової групи.

5. Завдання випускної кваліфікаційної
роботи

1. Розглянути теоретичні аспекти дослідження детермінанти
задоволення життям як соціально-психологічного феномену

2. Проаналізувати теоретико-методологічні підходи до дослідження
задоволеності життям

3. Визначити характерні особливості задоволеності життям людей 30-40
річного віку

4. Виявити соціально-психологічні детермінанти, що визначають рівень
задоволеності життям у віці 30-40 років

5. Визначити внесок різних соціально-психологічних детермінант в
формування суб'єктивного благополуччя і задоволеності життям людей
досліджуваної вікової категорії.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

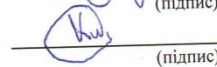
№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Вступ	Жовтень 2021р.	Виконано
2	I Розділ	Листопад 2021р.	Виконано
3	II Розділ	Грудень 2021р.	Виконано
4	III Розділ	Січень 2022р.	Виконано
5	Робота в цілому	Лютий 2022р.	Виконано

Науковий керівник


(підпис)

Тетяна КОВАЛЕНКО

Здобувач вищої освіти


(підпис)

Ольга КАС'ЯН

Дата видавання завдання 29.09.2021р.

АНОТАЦІЯ

Кас'ян О.С. Соціально-психологічні детермінанти задоволення життям в середньому віці / Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» (освітньо-професійна програма «Психологія»). ВВПЗ ДГУ, Дніпро, 2022.

Зміст анотації

Актуальність дослідження. Вивчення аспектів і компонентів благополуччя, суб'єктивного благополуччя, щастя, якості життя, суб'єктивної якості життя, задоволеності життям є одним з центральних проблемних полів сучасної психологічної науки і практики. Концепція задоволеності життям привертає все більшу увагу протягом останніх двох десятиліть як важливе питання у дослідженнях психології людини. Дослідники зосередилися на позитивній підтримці та нагородах, які дозволяють людям формувати сприйняття, бути щасливими та співпереживати інтим, а не почуттям смутку та нещастя, таким як тривога, депресія та небажані емоції. Задоволеність життям викликає щастя завдяки почуттям власної цінності, самовдоволення, задоволеності працею, толерантністю до викликів та позитивними уявленнями та ставленням до себе, інших та суспільства. Ці фактори важливі для добробуту; вони призводять до сприйняття самоефективності, самооцінки, доброї особистості, позитивних емоцій та настроїв, а також підвищують успіх у кар'єрі.

Психологічні дослідження задоволеності життям представлені різноманітно аналізується задоволеність життям в залежності від гендерної та вікової приналежності суб'єктів, виділяються і описуються інваріантні і варіативні взаємозв'язки між задоволеністю життям і способами реагування на успіх і невдачі іншого, взаємозв'язки задоволеності життям і суб'єктивного.

На теоретико-методологічному рівні актуальність дослідження визначається тим, що на сьогоднішній день недостатньо вивчені соціально-психологічні детермінанти психологічного благополуччя і задоволеності

життям в дорослому віці, між тим, як існує необхідність розкрити умови позитивного соціального розвитку особистості в період середнього віку. Здійснені в рамках саме соціально-психологічного підходу наукові вишукування намітають можливості і шляхи підтримки задоволеності життям людей дорослого віку за допомогою використання, як факторів соціального середовища, так і особистісних можливостей. Вивчення соціально-психологічних детермінант психологічного благополуччя і задоволеності життям дасть можливість визначити необхідні умови для розвитку у людей в дорослому віці почуття соціальної значущості і повноцінної інтегрованості в життя суспільства.

Розширення знань про соціально-психологічних факторах підтримки життєвої задоволеності дозволить забезпечити додаткові можливості у використанні внутрішніх ресурсів і розкритті власного особистісного потенціалу зробити його життєдіяльність благополучною, повноцінною і наповненою змістом, надати високі можливості для тривалої активного життя і самореалізації в суспільстві.

З соціально-психологічної точки зору основною проблемою виступає дослідження ступеня задоволеності життям, передумов, причин виникнення даного феномена і факторів, що роблять найбільший вплив на даний показник. Цим і зумовлена актуальність заявленої теми дослідження.

Об'єкт дослідження - задоволеність життям людей у середньому віці.

Предмет дослідження - соціально-психологічні детермінанти задоволеності життям людей середнього віку.

Мета дослідження - виявлення і вивчення соціально-психологічних детермінант, що визначають задоволеність життям людей обраної вікової групи.

Гіпотеза: Виявити взаємозв'язок і взаємозумовленість структурних компонентів задоволеності життям людей середнього віку.

Методичний апарат дослідження включає в себе метод тестування, кількісний і якісний аналіз отриманих результатів.

Теоретична основа дослідження склали: ключові положення про позитивні особистісні характеристики і задоволеності життям, розроблені в психології і соціальної психології і суб'єктивному якості життя в соціальній психології; концепції свідомості та якості життя.

Емпірична основа дослідження проводилась за допомогою наступних методик:

1. Шкала суб'єктивного благополуччя (в адаптації М.В. Соколової).
2. Тест смисложиттєвої орієнтації (методика СЖО), Д. А. Леонтьєв.
3. Шкала активності та оптимізму Шуллера та Комуніані (AOS) в адаптації Н. Водопьянкової та М. Штейн).
4. Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ) (в адаптації Н.В. Паніної).

Полігон дослідження: 50 осіб віком від 30 до 40 років з числа знайомих, колег по роботі. Середній вік респондентів склав 36,5 років. Всі респонденти брали участь в дослідженні добровільно, їм були забезпечені гарантії анонімності і конфіденційності отриманої інформації.

Особистий внесок магістранта: по темі магістерської роботи було зроблено наступні публікації:

1. Ціннісні детермінанти задоволеності життя в осіб середнього віку.
2. Емпіричне дослідження задоволеності життям як когнітивної складової суб'єктивного благополуччя особистості в період ранньої дорослості.

Структура роботи складається з вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загального висновку та списку використаних джерел та додатків. Робота викладена на 118 сторінках, містить 11 таблиць та 11 рисунків. В роботі використано 86 джерел.

ЗМІСТ

ВСТУП	12
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕТЕРМІНАНТИ ЗАДОВОЛЕННЯ ЖИТТЯМ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ.....	16
1.1. Поняття «задоволеність життям» в соціально-психологічних дослідження.....	16
1.2. Сучасні підходи та теорії задоволеності життям	24
1.3. Чинники та механізми формування психологічного феномену задоволеності життям особистості	31
Висновки до першого розділу.....	37
РОЗДІЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ У СЕРЕДНЬОМУ ВІЦІ	39
2.1. Психологічні особливості розвитку особистості у віці 30-40 років.	39
2.2. Основні вимоги до критерію «задоволеність життям» у осіб досліджуваного вікового діапазону	49
2.3. Аналіз рівня задоволеністю життям в Україні та закордоном.....	57
Висновки до другого розділу	65
РОЗДІЛ 3. МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ТА ПРОЦЕДУРА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ЗАДОВОЛЕНІСТЮ ЖИТТЯМ У ВІЦІ 30-40 РОКІВ.....	67
3.1. Методологічні засади дослідження соціального та психологічного рівня задоволеністю життям	67
3.2. Організація та проведення дослідження	69
3.3. Аналіз отриманих результатів	79
Висновки до третього розділу.....	86
ВИСНОВКИ	89
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	95
ДОДАТКИ.....	103

ВСТУП

Актуальність дослідження. Вивчення аспектів і компонентів благополуччя, суб'єктивного благополуччя, щастя, якості життя, суб'єктивної якості життя, задоволеності життям є одним з центральних проблемних полів сучасної психологічної науки і практики. Концепція задоволеності життям привертає все більшу увагу протягом останніх двох десятиліть як важливе питання у дослідженнях психології людини. Дослідники зосередилися на позитивній підтримці та нагородах, які дозволяють людям формувати сприйняття, бути щасливими та співпереживати іншим, а не почуттям смутку та нещастя, таким як тривога, депресія та небажані емоції. Задоволеність життям викликає щастя завдяки почуттям власної цінності, самовдоволення, задоволеності працею, толерантністю до викликів та позитивними уявленнями та ставленням до себе, інших та суспільства. Ці фактори важливі для добробуту; вони призводять до сприйняття самоефективності, самооцінки, доброї особистості, позитивних емоцій та настроїв, а також підвищують успіх у кар'єрі.

Дослідження задоволеності життям досить популярні як в психології, так і в соціології. Соціологічні дослідження сьогодні спрямовані на вивчення факторів задоволеності життям і працею, в тому числі статевих і вікових відмінностей, складені портрети задоволених і незадоволених життям, визначено взаємозв'язки задоволеності роботою і особливостями організації праці. Вчені аналізують чинники, що визначають задоволеність життям, виділяючи внутрішні (в основі - людина: соціально-психологічні, соціально-демографічні), і зовнішні (в основі - середовище: соціальне оточення і соціальні зв'язки, інституційні, економічні, екологічні) фактори. Аналіз будується на порівнянні груп людей і країн в цілому.

Психологічні дослідження задоволеності життям представлені різноманітно: аналізується задоволеність життям в залежності від тендерної та вікової приналежності суб'єктів, виділяються і описуються інваріантні і варіативні взаємозв'язки між задоволеністю життям і способами реагування

на успіх і невдачі іншого, взаємозв'язки задоволеності життям і суб'єктивного благополуччя особистості.

Поняття психологічного благополуччя якнайкраще дозволяє охарактеризувати позитивне функціонування людини. Проте кожна вікова група має свої більшою або меншою мірою виражені конструкти, які відповідають за їх психологічне благополуччя. Для дослідження соціальних та психологічних детермінант задоволення життям ми оберемо вікову групу 30-40 років (середній вік).

На теоретико-методологічному рівні актуальність дослідження визначається тим, що на сьогоднішній день недостатньо вивчені соціально-психологічні детермінанти психологічного благополуччя і задоволеності життям в дорослому віці, між тим, як існує необхідність розкрити умови позитивного соціального розвитку особистості в середньому віці. Здійснені в рамках саме соціально-психологічного підходу наукові вишукування наміряють можливості і шляхи підтримки задоволеності життям людей дорослого віку за допомогою використання, як факторів соціального середовища, так і особистісних можливостей. Вивчення соціально-психологічних детермінант психологічного благополуччя і задоволеності життям дасть можливість визначити необхідні умови для розвитку у людей в дорослому віці почуття соціальної значущості і повноцінної інтегрованості в життя суспільства.

Розширення знань про соціально-психологічних факторах підтримки життєвої задоволеності дозволить забезпечити додаткові можливості у використанні внутрішніх ресурсів і розкритті власного особистісного потенціалу людини середнього віку, зробити його життєдіяльність благополучною, повноцінною і наповненою змістом, надати високі можливості для тривалої активного життя і самореалізації в суспільстві.

З соціально-психологічної точки зору основною проблемою виступає дослідження ступеня задоволеності життям, передумов, причин виникнення даного феномена і факторів, що роблять найбільший вплив на даний

показник. Цим і зумовлена актуальність заявленої теми дослідження.

В рамках зарубіжної соціальної психології багатоаспектна і комплексна проблема задоволеності життям вивчалася такими авторами, як F. Bretones, P. Brown, N. Cantor, E. Courtney E. Diener, B. Erdogan, G. Feist, T. Bodner, J. Jacobs, M. Miles, T. Kasser, Y. Kim, L. Kuykendall, P. Lewinsohn, B. Little, R. Lucas, H. Markus, A. McKennel, A. Michalos, D. Mroczek, D. Myers, S. Oishi, T. Palys, J. Reich, M. Rojas, U. Schimmack, D. Shin, M. Sheldon, R. Veenvhoven та ін. Однак необхідно відзначити недостатню теоретичну опрацьованість даної проблеми в наведених вище дослідженнях.

У вітчизняній соціальній психології проблема задоволеності життям вивчалася такими авторами, як: М. Бельський, Т. В. Бєскова, І. А. Джідарьян, Е. В. Дугіна, А. Л. Журавльов, К. В. Костенко, Л. В. Куликов, Т. К. Терра, Р. М. Шаміоіов, А. В. Юревич і ін.

Об'єкт дослідження - задоволеність життям людей у віці 30 – 40 років.

Предмет дослідження - соціально-психологічні детермінанти задоволеності життям людей 30-40 річному віці.

Мета дослідження - виявлення і вивчення соціально-психологічних детермінант, що визначають задоволеність життям людей обраної вікової групи.

Для досягнення мети поставлені такі **завдання дослідження**.

1. Розглянути теоретичні аспекти дослідження детермінанти задоволення життям як соціально-психологічного феномену.
2. Проаналізувати теоретико-методологічні підходи до дослідження задоволеності життям.
3. Визначити характерні особливості задоволеності життям людей 30- 40 річного віку.
4. Визначити внесок різних соціально-психологічних детермінант в формування суб'єктивного благополуччя і задоволеності життям людей досліджуваної вікової категорії.

5. Емпірично виявити взаємозв'язок і взаємозумовленість структурних компонентів задоволеності життям людей 30-40 річного віку.

Теоретичну основу дослідження склали: ключові положення про позитивні особистісні характеристики і задоволеності життям, розроблені в психології і соціальної психології і суб'єктивному якості життя в соціальній психології; концепції свідомості та якості життя.

Методичний апарат дослідження включає в себе метод тестування, кількісний і якісний аналіз отриманих результатів.

Структура роботи складається з вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загального висновку та списку використаних джерел.

ВИСНОВКИ

Вивчення теоретико-методологічних аспектів дослідження детермінанти задоволеність життям дає підстави зробити певні висновки:

1. Дослідження детермінанти задоволеність життям, незважаючи на їх тривалу історію, набувають особливого значення. Це пов'язано з тим, що задоволеність життям стає не тільки свого роду мірилом якості життя, а й внутрішньою інстанцією, яка регулює поведінку і діяльність людини. Уніфікація життя, вільний рух товарів і послуг, інформації про якість життя в різних куточках планети, так званих стандартів якісного життя, визначили поширення досить схожих критеріїв задоволеності по всьому світу. Однак дослідження, виконані в різних країнах, можуть значною мірою відрізнятися як за результатами, так і за методикою вимірювання суб'єктивного благополуччя. Крім того, до цих пір є серйозні теоретичні проблеми, пов'язані з визначенням даного феномена, виявленням його структурної організації і включенням в нього тих чи інших явищ, які могли б хоч в якійсь мірі відображати глибину і масштаб цього переживання.

В соціально-психологічних дослідженнях зарубіжних та вітчизняних авторів терміни задоволеність життям, щастя та суб'єктивний добробут часто вживаються як синоніми. На даний момент не існує єдиного підходу до трактування понять «задоволеність», «задоволеність життям». З огляду на те, що дані поняття складаються з численних аспектів і чинників, переважною більшістю дослідників відзначається їх акумулюючий характер, комплексність і складність.

когнітивних і емоційно-вольових процесів, що характеризується суб'єктивним емоційно-оцінним ставленням і володіє спонукальною силою, що сприяє дії, пошуку, управлінню внутрішніми і зовнішніми об'єктами».

2. Аналізуючи теоретико-методологічні підходи до дослідження задоволеності життям, нами було виявлено два основних підходи до концепції задоволеності життям, які відрізняються причинно-наслідковими

припущеннями: «знизу вгору» та «зверху вниз».

Теорія зверху вниз розглядає рівень загального задоволення життям або сфери задоволеності життям як функцію особистості та інших стійких рис. Теорії знизу вгору стверджують, що ми відчуваємо задоволення у багатьох сферах життя, таких як робота, стосунки, сім'я та друзі, особистісний розвиток, здоров'я та спорт, а задоволення нашим життям у цих сферах поєднує в собі загальне задоволення від життя.

Лише підхід знизу вгору або зверху вниз не може достатньо пояснити задоволеність життям. Натомість інтегрований погляд, що поєднує обидві точки зору, може бути найбільш успішним. Обидва підходи часто описуються як конкуруючі теорії, проте існує кілька теорій щодо їх інтеграції одну модель. Сприйняття кожної людини впливає на її сприйняття умов навколишнього середовища, що призводить до більшого або меншого задоволення сферами життя. Таким чином, особистість має дистальний вплив на глобальне задоволення від життя відповідно до інтегруючого підходу.

Виходячи з точки зору теорії «знизу вгору», дослідники суб'єктивного благополуччя висунули велику кількість життєвих потреб, які мають значення для загального задоволення життям. Серед життєвих сфер, які досягнули більшого консенсусу, - це задоволення здоров'ям, сім'єю, доходами, соціальними відносинами, дозволями, роботою, статевим життям, житлом, безпекою, самооцінкою та освітою. Хоча ці різних життєвих етапах розвитку по-різному оцінюють життєві сфери, коли їх просять оцінити їх загальне задоволення від життя.

3. Вік - якісно своєрідний період фізичного, психологічного і поведінкового розвитку, що характеризується тільки йому властивими особливостями. В історії вікової психології основні характеристики зрілої людини слугували еталонами для оцінки якостей особистості у попередні вікові періоди, репрезентували рівень психічного й особистісного розвитку. Певні психосоціальні вимоги або кризи протистоять індивідууму через різні проміжки часу протягом усього життя.

Зрілість розглядається як стабільний період. Вік 30-40 років належить до раннього зрілого віку. Даний віковий діапазон, як й інші періоди життя, ставить перед людьми певні завдання розвитку і вимагає від них оволодіння певними вміннями і навичками, щоб отримати позитивний досвід і знайти душевний спокій на наступній стадії життя. Головне завдання розвитку в ранньому дорослому віці полягає у виборі між стагнацією его і генеративністю, тобто поширенням інтересів его за межі інтересів до себе - на більш широкі області ідентифікації з іншими людьми, з усією сукупністю людей в цілому і з майбутніми поколіннями. А.А. Реан виділяє чотири компоненти або критерії особистісної зрілості, що є базовими, фундаментальними, структуроутворюючими: відповідальність, терпимість, саморозвиток та інтегративний компонент, який охоплює всі попередні і присутній у кожному з них - позитивне мислення, позитивне ставлення до світу, що визначає позитивний погляд на світ

У цьому віці триває розвиток людини в рамках трьох основних динамічних систем: *Я* як індивідуум; *Я* як професіонал; *Я* як член сім'ї. 40-літні люди відчують себе відповідальними за своє оточення, розглядали себе як джерело енергії і позитивно ставляться до ризику.

Зріла особистість, що припадає на 30-40 років, - це особистість тверезого інтелекту і «розумних» почуттів, спонукувана до вибудовування і здійсненню життєвих перспектив засвоєними загальнолюдськими цінностями і вміє свої цілі обов'язково реалізовувати. У період ранньої дорослості закладається фундамент для досягнення зрілості в наступні періоди розвитку особистості.

Середній вік - це період, коли вимоги до критерію «задоволеність життям» є виваженими і обґрунтованими, а людина досягає соціальної зрілості. Головне завдання розвитку в період ранньої дорослості - активне освоєння внутрішнього світу, знаходження свого шляху в ньому і через духовну активність - встановлення контакту із зовнішнім світом.

Важливими детермінантами задоволеності життям людей середнього

віку є їх сім'я, досягнення в трудовій діяльності, міжособистісні стосунки. Даний віковий період - це етап зміцнення кар'єри (30-35 років). Середній максимум творчої активності для багатьох спеціальностей спостерігається в 35-39 років. Великий вплив на збереження пізнавальних функцій надають ціннісні орієнтації. Установка на активне прагнення до нового в різних областях життєдіяльності, пошук інформації, бажання не зупинитися на досягнутому позитивно позначаються на розвитку образного мислення.

Розвиток особистості 30-40 літніх людей відбувається за такими напрямками: а) зростання незалежності, свободи та відповідальності людини, розвиток індивідуальності (неповторності), творчого ставлення до дійсності та власного способу життя; б) посилення соціально-духовної інтеграції людини, соціальної відповідальності, збагачення форм життя.

Однією з головних ознак періоду середньої дорослості є крайній суб'єктивізм людини в оцінці свого віку. Однак це не означає, що немає змін як на психологічному, так і на біологічному рівнях. Зміни відбуваються і призводять до змін в особистісній сфері. У людей, які досягли віку середньої зрілості, спостерігається відносно зниження людини триває протягом усього середнього віку. Особливо це стосується тих, які пов'язані з роботою та повсякденним життям людини.

З метою виявлення взаємозв'язку і взаємозумовленості структурних компонентів задоволеності життям людей 30-40 річного віку нами було проведено емпіричне дослідження.

У дослідженні брали участь 50 осіб віком від 30 до 40 років з числа знайомих, колег по роботі. Середній вік респондентів склав 36,5 років. Всі респонденти брали участь в дослідженні добровільно, їм були забезпечені гарантії анонімності і конфіденційності отриманої інформації.

Для проведення діагностичних процедур нами обрано такі методики: як Шкала суб'єктивного благополуччя (в адаптації М.В. Соколової); Тест смисложиттєвої орієнтації (методика СЖО) Д. А. Леонтєва; Шкала активності та оптимізму Шуллера та Комуніані (AOS), адаптована Н.

Водопьяновою та М. Штейн та Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ) в адаптації Н.В. Паніної. Дані методики мають перевагу в співвідношенні з іншими методиками, що полягає в можливості оцінити ряд компонентів суб'єктивного благополуччя та рівня задоволеності життям, не вдаючись до інших засобів.

Дослідження показали, що усвідомлення суб'єктивного благополуччя залежить від віку. Більш доросле населення обережно прогнозує свої можливості вплинути на економічне становище. Представники працюючої молоді дивляться в майбутнє оптимістичніше, у своїй професійній діяльності є «експериментаторами», не бояться використовувати метод «проб і помилок» у виборі надійного вдосконалення суб'єктивного благополуччя.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що суб'єктивне благополуччя пов'язано з свідомістю життя: чим вище рівень свідомості життя особистості, тим вище її суб'єктивне благополуччя.

В результаті обробки даних опитувальника «Шкала активності та оптимізму Шуллера та Комуніані (AOS), адаптована Н. Водопьяновою та М. Штейн», було виявлено значну перевагу реалістів (16 чол., або 32%) та активних оптимістів (15 чол., або 30%) над активними песимістами, пасивними песимістами та пасивними оптимістами. Це значить, що більшість осіб у віці 30-40 років здатні адекватно оцінювати ситуацію і співвідносити її з своїми можливостями, вірять в свої сили та успіх, позитивно налаштовані на майбутнє, приймають активні дії задля досягнення своїх цілей. Оптимісти відрізняються високою адаптивністю до нових ситуацій, комунікабельні. У важких життєвих ситуаціях вони найчастіше використовують конструктивні, проблемно-орієнтовані моделі поведінки, рідше зустрічаються особи із високим рівнем психічного вигоряння.

Опитувальник «Індекс життєвої задоволеності» показав, що 28% 30-40 річних респондентів задоволені своїм життям, 25% - незадоволені, а у 47% значення знаходяться на середньому рівні.

Продовження досліджень доцільно виконувати в напрямку більш

глибокого дослідження причин, що впливають на стан суб'єктивного благополуччя, можливостей його розвитку. Потребує вдосконалення і технологія якісно-кількісного аналізу цього феномена.