СВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА ЖЕНЩИН-ПЕДАГОГОВ С УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬЮ ЖИЗНЬЮ В ПЕРИОД СРЕДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Т. В. ГИЖУК, Т. К. КОМАРОВА

This article is devoted to the problem of connection between psychological age of a person in the period of his middle maturity and his life contentment. The peculiarities of psychological age of a person in his middle maturity are described here. The facts concerning the presence of determinative influence of psychological age of a person on his life contentment are listed in this article

Ключевые слова: психологический возраст, удовлетворенность жизнью, взрослость

В качестве гипотезы исследования выступило предположение о наличии связи психологического возраста женщин-педагогов в период средней взрослости с удовлетворенностью жизнью, а именно: чем выше психологический возраст по сравнению с хронологическим, тем ниже уровень удовлетворенности жизнью.

В рамках настоящего исследования под удовлетворенностью жизнью понимается субъективная оценка качества тех или иных объектов, условий жизни и деятельности, жизни в целом, отношений с людьми, самих людей, в т. ч. и самого себя [1, с. 502]. Психологический возраст определяется тем, насколько старым человек себя ощущает, а также уровнем эмоциональной и интеллектуальной насыщенности жизни (лет прошлых, настоящих и будущих) и оценкой значимости ее событий [2, с. 12].

Исследование проводилось на выборке, состоящей из 196 женщин-педагогов в возрасте от 40 до 60 лет. Методами сбора эмпирического материала выступили: методика, разработанная А. А. Кроником и Е. И. Головахой; опросник «Ваше самочувствие» О. С. Копиной, Е. А. Сусловой и Е. В. Заикина; методика «Индекс жизненной удовлетворенности», адаптированная Н. В. Паниной.

В результате исследования выявлено, что у наименьшего количества испытуемых (18 %) диагностируется адекватность психологического возраста хронологическому, т. е. психологический возраст соответствует возрасту, записанному в паспорте. У остальных испытуемых (82 %) выявлена асинхрония психологического и хронологического возрастов. При этом у 24 % испытуемых выявлено отставание психологического возраста от хронологического, следовательно, женщины-педагоги этой группы осознают себя моложе своих лет. Самой многочисленной явилась группа, в которой выявлено опережение хронологического возраста психологическим (58 %). Таким образом, большинство женщин, вошедших в нашу выборку, ощущают себя старше своих хронологических лет.

Результаты математико-статистической обработки показывают, что опережение хронологического возраста психологическим приводит к снижению уровня удовлетворенности жизнью в целом, условиями жизни, и удовлетворенности основных жизненных потребностей (показатель критерия Крускала-Уоллисса составил: $H = 92,39528$ $p = 0,000$; $H = 52,18544$ $p = 0,0000$; $H = 58,48829$ $p = 0,0000$ соответственно).

Основываясь на полученных результатах, можно сделать вывод, что осознание личностью своего возраста в период средней взрослости оказывает влияние на удовлетворенность своей жизнью. Исходя из этого, можно предположить, что знание факторов, влияющих на осознание возраста в период средней взрослости, позволило бы разработать психологические рекомендации, помогающие людям адекватно воспринимать свой возраст на пике своих возможностей, и тем самым привело бы к повышению удовлетворенности жизнью.

Литература

1. Большой психологический словарь / под. ред. Б.Г.Мещеряков, В.П.Зинченко. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. – 672 с.
2. Антипина И.Ю. Психологический возраст как фактор профессиональной успешности преподавателя вуза: автореф. дис. ...кандидата психологических наук : 19.00.13 / И.Ю. Антипина; Северо-Кавказском Гос.техн.универ. – Ставрополь, 2007. – 23 с.