

SUBJEKTYVIOS GEROVĖS IŠGYVENIMAS IR SU JUO SUSIJĘ VEIKSNIAI VYRŲ IMTYJE

Gintautas Šilinskas

Magistras
Mykolo Romerio universiteto
Socialinio darbo fakulteto Psichologijos katedra
Valakupių g. 5, LT-10101 Vilnius
Tel. 274 06 09
El. paštas: gi.si@centras.lt, laav@is.lt

Rita Žukauskienė

Socialinių mokslų daktarė, docentė
Mykolo Romerio universiteto
Socialinio darbo fakulteto Psichologijos katedra
Valakupių g. 5, LT-10101 Vilnius
Tel. 274 06 09
El. paštas: laav@is.lt

Šiame straipsnyje nagrinėjami pagrindiniai subjektyvios gerovės komponentai ir su jais susiję veiksniai vidutinio amžiaus vyrų imtyje (N = 115). Tyrimui naudotas klausimynas, sudarytas iš įvairių metodikų, skirtų demografinio pobūdžio duomenims rinkti ir subjektyvių gerovės komponentų bei asmenybės bruožų išreikštumo lygiui nustatyti. Gauti rezultatai rodo, kad pagrindiniai subjektyvios gerovės komponentai yra susiję su tokiais gyvenimo sritimis kaip pasitenkinimas darbu bei laisvalaikiu, sveikata, pasitenkinimas ryšiais su partnere ir vaikais. Nustatyta, kad aukštesnio išsilavinimo, tęsiančių studijas, didesnes vidutiniškai kiekvienam šeimos nariui tenkančias pajamas turinčių asmenų subjektyvios gerovės įverčiai skiriasi. Tačiau stipriausiai ir patikimiausiai su subjektyvia gerove yra susiję šie asmenybės bruožai: optimizmas, savigarba, neurotiškumas, ekstraversija, atvirumas naujai patirčiai, sutarimas su kitais, sąžiningumas.

Tyrimo rezultatai leido atskleisti lietuvių vyrų subjektyvios gerovės ypatumus ir patvirtino užsienio autorių tyrimų rezultatus, rodančius, kad subjektyvi gerovė yra mažai susijusi su demografinėmis asmens charakteristikomis, tačiau gali būti susijusi su asmenybės bruožais, kurie santykinai siejasi su asmenybės predispozicija jaustis laimingam. Tyrimo duomenys atskleidė, jog kitaip nei daugelyje tyrimų, atliktų Vakarų Europos šalyse ir JAV, išsilavinimas bei pajamos yra svarbus veiksnys, susijęs su bendru pasitenkinimu gyvenimu bei teigiamu emocingumu.

Subjektyvios gerovės samprata

Subjektyvi gerovė yra moksliškesnis reiškinių, buitiniame kalboje dažnai vadinamo laime, pavadinimas (Diener, 1984; Diener and Lucas, 1999; Diener et al., 2003). Moksliškas požiūris į laimę yra gana naujas reiškinys. Lietuvoje šia tema parašytų psichologijos mokslinių darbų yra mažai, daugiau tirti tik moterų subjektyvios gerovės aspektai (Žukauskienė ir Šakalytė, 2003), o duo-

menų apie tai, kokie veiksniai yra susiję su vyrų subjektyvia gerove, nėra. Šiame darbe pristatysime ir aptarsime pagrindinius subjektyvios gerovės komponentus, taip pat pateiksime empirinio tyrimo duomenis apie subjektyvios gerovės aspektus ir su ja susijusius veiksnius.

Tūkstantmečiais žmonės siekė suprasti, kas yra laimė, tačiau tik pastaraisiais dešimtmečiais subjektyvios gerovės reiškinys imtas išsamiau nagrinėti Vakarų šalyse (Diener et al., 1997).

Subjektyvios gerovės nagrinėjimo svarbą ir vertę galime pagrįsti prisimindami, kad prieš Antrojo pasaulinio karo psichologija turėjo 3 aiškius uždavinius: 1) gydyti psichikos ligas; 2) stiprinti normalius asmenis, siekdama asmens gyvenimą padaryti dar produktyvesnį; 3) aktualinti didelį talentų atradimo bei skatinimo potencialą (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000). Tačiau po Antrojo pasaulinio karo psichologija iš esmės tapo mokslu apie gydymą – buvo smulkiai nagrinėjamos žmogų ištikusios nelaimės, ligos modeliais bandyta paaiškinti asmens funkcionavimą, patologijos plėtrą, o sveiko individo ir klestinčios visuomenės raidai dėmesio buvo skiriama mažiau (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000; Mahoney and Bergman, 2002; Daukantaitė and Bergman, 2003). Tačiau pamažu ėmė aiškėti, jog patologijos, sutrikimų ir žalos korekcija ne visada užkerta kelią žmogaus problemoms, todėl mokslininkai susidomėjo iki tol ignoruota psichologijos dalimi – pozityviaja psichologija, kuri teigia, kad asmenybėje slypi tokios jėgos kaip drąsa, viltis, tikėjimas, išmintis ir kitos savybės, kurios yra stiprūs prevenciniai veiksniai (Mahoney and Bergman, 2002). Magnusson ir Bergman (1997) nurodo, kad verta studijuoti ne vien individo prisitaikymą prie visuomenės elgesio normų, kurios skatina nedaryti nusikaltimų, nevartoti narkotikų, prisidėti prie visų gerovės, bet ir paties individo vidinę integraciją: kaip jis jaučiasi, ką mąsto apie save, kaip suvokia pasaulį (Magnusson and Bergman, 1997). Taigi subjektyvi asmens gerovė gali tapti tiek individo, tiek visuomenės gyvavimo kokybės matu (Diener, 2000).

Vakarų šalyse pozityvios gerovės išgyvenimu dabar labai susidomėta, atliekama daug tarpkultūrinių palyginamųjų tyrimų (Inglehart et al., 1998). Tyrimų rezultatai buvo pristatyti trijuose pozityviosios psichologijos kongresuose, skelbiami mokslinėje spaudoje.

Rytų Europos šalyse tyrimų, kuriuose būtų analizuojamas subjektyvus gerovės išgyvenimas, dar gana maža. Lelkes (2002) teigimu, nedaug yra žinoma apie subjektyvią žmonių gerovę socializmo laikotarpiu, nes tuomet oficialiai buvo teigiama, kad kiekvienas arba beveik kiekvienas visuomenės narys yra patenkintas gyvenimu. Keletas rodiklių apie Rytų Europos, kartu ir Lietuvos, asmenų subjektyvios gerovės išgyvenimą nurodoma Diener (2000) publikacijoje. Joje pateikiami duomenys apie įvairiose pasaulio šalyse nustatytus subjektyvios gerovės išgyvenimo vidurkius. Įdomu, jog Lietuvos tiriamųjų subjektyvios gerovės vidurkiai yra gana maži, ypač lyginant su Vakarų šalių. Tačiau platesnės tų duomenų analizės nepateikiama, o rodikliai nurodomi bendri visai tiriamųjų grupei, neskiriant pagal lytį ar amžių.

Subjektyvios gerovės komponentai

Mokslinė subjektyvios gerovės analizė remiasi tuo, ką žmonės jaučia ir mąsto apie savo gyvenimą. Dažnai tyrėjai, analizuodami subjektyvią gerovę, išskiria tris pagrindinius komponentus ir studijuoja juos atskirai. Anot Diener (2000), subjektyvią gerovę sudaro trys matmenys: 1) bendras pasitenkinimas gyvenimu; 2) teigiamas emociingumas; 3) neigiamas emociingumas (Diener et al., 1997). Bendras pasitenkinimas gyvenimu arba kognityvinis komponentas gali būti išskaidytas į pasitenkinimą tam tikromis specifinėmis gyvenimo sritimis (Daukantaitė and Bergman, 2003), tokiomis kaip pasitenkinimas darbu, sveikata, laisvalaikiu, ryšiais su tėvais, partneriais, vaikais ir t. t. Pasitenkinimas gyvenimu gali būti apibrėžtas kaip bendras teigiamas gyvenimo kokybės suvokimas arba jautimas (Corsini, 1999), o universalios pasitenkinimo specifinėmis gyvenimo sritimis struktūros nėra nustatyta. Kiti subjektyvios gerovės komponentai

tai (teigiamas ir neigiamas emocingumas) atspindi emocines reakcijas į gyvenimo įvykius (Frijda, 1999). Taigi aukštą subjektyvios gerovės lygį turi arba yra laimingas tas žmogus, kuris patiria pasitenkinimą gyvenimu, yra linkęs jausti teigiamas emocijas ir išgyventi kuo mažiau neigiamų emocijų (Diener et al., 1997).

Svarbu atkreipti dėmesį, kad subjektyvios gerovės reiškinys apima labiau ilgalaikes būsenas, o ne momentines nuotaikas (Diener et al., 1997). Akivaizdu, kad nuotaikos daro įtaką asmenų gyvenimo vertinimui, tačiau, mokslininkų manymu, subjektyvi gerovė yra pakankamai ilgai trunkantis, stabilus reiškinys.

Objektyvių veiksmų ir asmenybės bruožų ryšys su subjektyvia gerove

Pagal apibrėžimą, analizuojamas reiškinys yra subjektyvus. Tai reiškia, kad kiekvienas žmogus turi teisę pats vertinti savo gyvenimą (pasitenkinimas darbu, sveikata ir pan.) (Vittersø, 1998). Tyrimų duomenys rodo, jog objektyvūs veiksniai – objektyvi sveikata, buitines patogumai, geras atlygis už darbą, – nors ir daro įtaką subjektyvios gerovės išgyvenimui, nebūtinai ją lemia (Daukantaitė and Bergman, 2003). Nevertėtų subjektyvios gerovės painioti su psichologine gerove arba psichine sveikata. Psichologinė gerovė susijusi su subjektyvia gerove, tačiau neapima visų jos aspektų (Diener, 1984). Pavyzdžiui, nemanome, kad kliebantis asmuo yra psichiškai sveikas, tačiau jis gali būti subjektyviai patenkintas savo gyvenimu.

Analizuodamas objektyvių veiksmų sąveiką su subjektyvia gerove Wilson (1967) nurodė, kad patys laimingiausi yra „jauni, sveiki, išsilavinę, turintys geras pajamas, ekstraveretiški, optimistiški, nejaučiantys nerimo, religingi, vedę asmenys, kurių aukštas savigarbos, darbo kultūros lygis, vidutinės aspiracijos, nesvarbu, kokia jų lytis

ir koks intelektas“. Nors demografiniai veiksniai neabejotinai susiję su žmogaus gyvenimo vertinimu, dabartiniai tyrėjai labiau linkę pasikliauti Campbell ir kt. (1976) tyrimo išvadomis, kurios parodė, kad pajamų dydis, draugų skaičius, religingumas ir kiti demografiniai veiksniai paaiškina tik apie 15 proc. subjektyvios gerovės. Taigi net jei asmuo daug uždirba, turi šeimą ir kitų objektyvią gerovę įrodančių dalykų, tai dar nereiškia, kad jis jaučiasi laimingas.

Tyrimų duomenys rodo, kad subjektyvi gerovė labiausiai susijusi su asmenybės bruožais, kurie yra stabilūs ir bėgant laikui mažai keičiasi (Diener et al., 2003). Dažnai tyrimams pasirinkami asmenybės bruožai, apibrėžti penkių asmenybės veiksmų modelyje (Costa and McCrae, 1992). Fujita (1991) atlikto tyrimo duomenimis, ekstraversija ir teigiamas emocingumas koreliuoja tarpusavyje iki 0,80. Pastebėta, kad neurotiškumo lygis yra susijęs su neigiamu emocingumu (Diener et al., 1997). Kiti bruožai (sutarimas su kitais ir sąžiningumas) silpniau koreliuoja su subjektyvios gerovės komponentais (apie 0,20) (Diener et al., 1997). Sąžiningumas gali būti susijęs su profesine arba karjeros sėkme: tokie asmenys yra atkaklūs, atsakingi, gerai organizuoti (Žukauskienė ir Šakalytė, 2003). Sutariantys su kitais asmenys linkę bendradarbiauti, yra aplinkinių mėgstami, taigi nestebina, kad jie gauna daugiau teigiamo paskatinimo iš kitų. Sąžiningumas ir sutarimas su kitais per teigiamą paskatinimą leidžia patirti aukštesnį subjektyvios gerovės lygį (Diener et al., 1997). O atvirumas naujai patirčiai yra labiau susijęs su emociniu subjektyvios gerovės komponentu (Diener et al., 1997).

Be jau nustatytų dėsnų, dar reikėtų atlikti nemažai tyrimų, kurie leistų tiksliau nusakyti penkių veiksmų asmenybės modelio ryšius su subjektyvios gerovės komponentais (Costa and McCrae, 1992). Be penkių veiksmų modelyje apibrėžtų bruožų, dar galime paminėti

ti savęs vertinimą ir optimizmą kaip bruožus, susijusius su subjektyvia gerove (Diener et al., 1997). Šie bruožai su subjektyvia gerove yra labiau susiję Vakarų šalyse, kur manoma, kad savęs išaukštinimas, nerealaus optimizmas ir pan. padeda palaikyti psichinį komfortą (Diener et al., 1997).

Taigi mūsų tyrimo objektas yra subjektyvios gerovės komponentai ir su jais susiję veiksniai vyrų imtyje. Tyrimo tikslas – ištirti subjektyvios gerovės aspektus, siekiant: 1) Nustatyti su subjektyvios gerovės komponentais susijusias specifines gyvenimo sritis Lietuvos vyrų imtyje. Keliamė hipotezę, kad su pagrindiniais subjektyvios gerovės komponentais bus susijęs pasitenkinimas tokiomis specifinėmis gyvenimo sritimis kaip darbas, laisvalaikis, sveikata, ryšiai su partnere bei vaikais. 2) Išsiaiškinti, kokie yra subjektyvios gerovės pagrindinių komponentų skirtumai grupėse, sudarytose atsižvelgiant į demografinius veiksnius. Keliamė hipotezę, kad subjektyvios gerovės pagrindinių komponentų vidurkiai grupėse, sudarytose pagal išsilavinimą, dabartines studijas, savą darbą, pajamas, šeimynę padėtų bei vaikų turėjimą (neturėjimą) nesisks. 3) Nustatyti asmenybės bruožus, susijusius su subjektyvia gerove. Keliamė hipotezę, kad optimizmas, savęs vertinimas, neurotiškumas, ekstraversija, atvirumas naujai patirčiai, sutarimas su kitais ir sąžiningumas yra susiję su pagrindiniais subjektyvios gerovės komponentais.

Metodika

Tiriamieji. Imtį sudaro 115 vyrų, kurių amžiaus vidurkis – 39,67 metų, standartinis nuokrypis – 9,45. Tyrimas darytas įvairiuose Lietuvos miestuose: Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Alytuje. Tiriamieji buvo atrenkami darbo vietose, pagal amžiaus kriterijų, nesvarbu, kokias turi pareigas ar profesiją. Išsami demografinė tiriamųjų charakteristika pateikiama rezultatų skyriuje.

Duomenys rinkti 2003–2004 metais. Darbo vietoje vyrų buvo prašoma užpildyti pateiktus klausimynus. Klausimynus tiriamieji pildė savarankiškai, užpildyti klausimynai buvo surenkami sutartu laiku. Skyrelyje „Tyrimo metodikos“ pateiktų metodikų išdėstymo seka sutampa su klausimyne pateiktų klausimų seka.

Tyrimo metodikos

Tyrimui taikytos subjektyvios gerovės komponentus ir asmenybės bruožus matuojančios metodikos:

Pasitenkinimo gyvenimu skalė (Satisfaction With Life Scale), kurią 1993 metais sukūrė Pavotas ir Dieneris (Diener, 2000). Šios skalės autoriai leidžia versti ir naudoti klausimyną moksliniams tyrimams be atskiro prašymo. Skalę sudaro 5 teiginiai, kurių kiekvienas vertinamas 7 balų skale nuo „visiškai nesutinku“ iki „visiškai sutinku“. Mūsų tyrime gautas skalės vidurkis 4,28, o tyrimo duomenų pagrindu apskaičiuota Cronbacho alfa lygi 0,82.

Tiek *teigiamas emocijumas*, tiek *neigiamas emocijumas* buvo matuojami į lietuvių kalbą išverstu PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Schedule*) klausimynu, kurį 1988 metais sukūrė Watsonas, Clark ir Tellegenas (Watson and Clark, 1994). Leidimas versti į lietuvių kalbą gautas iš Davido Watsono, kuris yra vienas iš klausimyno autorių. Tiriamieji buvo prašomi pažymėti, kaip jie apskritai yra linkę jaustis. Klausimyną sudaro dvi subskalės po 10 klausimų teigiamam ir neigiamam emocijumui matuoti. Visi 20 teiginių įvertinami 5 balų skale, kurioje 1 reiškia „visiškai nesutinku“, o 5 – „visiškai sutinku“. Gautas teigiamas emocijumo skalės vidurkis 3,23, o Cronbacho alfa lygi 0,84. Neigiamo emo-

cingumo skalės vidurkis 1,97, o Cronbacho alfa lygi 0,89.

Bendras pasitenkinimas darbu buvo matuotas į lietuvių kalbą išverstu Minesotos pasitenkinimo klausimynu (*Minnesota Satisfaction Questionnaire*), kurį 1967 metais sukūrė Weiss, Dawis, England ir Lofquist (Daukantaitė and Bergman, 2003). Leidimas versti į lietuvių kalbą buvo gautas iš klausimyno autorių. Klausimyną sudaro 20 teiginių, kurių kiekvienas įvertinamas 5 balų skale nuo „labai nepatenkintas“ iki „labai patenkintas“. Klausimyno reikšmių vidurkis yra 3,54, o Cronbacho alfa – 0,88.

Pasitenkinimas laisvalaikiu buvo matuojamas klausiant: „Kaip Jūs vertinate savo laisvalaikį?“ Vyrų vertino savo laisvalaikį 8 balų skale, kur 1 reiškė „Aš visiškai juo nepatenkintas“, o 8 – „Aš visiškai juo patenkintas“. Atsakymų vidurkis 5,17.

Pasitenkinimas sveikata buvo matuojamas klausiant: „Kaip Jūs vertinate savo sveikatą?“ 8 balų skalėje buvo galima pasirinkti atsakymą nuo 1 („Aš visiškai ja nepatenkintas“) iki 8 („Aš visiškai ja patenkintas“). Atsakymų skalės vidurkis 5,35.

Pasitenkinimo ryšiais su partnere skalė sudaryta iš 5 klausimų apie ryšio su partnere pobūdį: „Kaip gerai Jūs ir Jūsų partnerė sutariate tarpusavyje?“; „Kiek šilti Jūsų santykiai?“ (5 atsakymo variantai) ir pan. Skalės vidinis suderinamumas pakankamai aukštas – Cronbacho alfa 0,84.

Pasitenkinimas ryšiais su vaikais matuotas apskaičiuojant atsakymų vidurkį į 3 klausimus: „Kaip gerai Jūs ir Jūsų vaikas (-ai) sutariate tarpusavyje?“ (5 atsakymo variantai) ir pan. Gautas vidurkis 3,89, o Cronbacho alfa 0,79.

Minėti teiginiai apie pasitenkinimą įvairiomis gyvenimo sritimis išversti ir panaudo-

ti gavus prof. L. R. Bergmano, kuris tuos teiginius naudoja Švedijoje atliekamam teštiniam IDA (*Individual Development and Adaptation*) tyrimui, leidimą (Daukantaitė and Bergman, 2003).

Optimizmas matuotas lietuvišku P.I.S.I. klausimyno, kurį 1995 metais sukūrė Olah (Daukantaitė and Bergman, 2003) variantu. Optimizmo skalę sudaro 5 teiginiai, kurių kiekvienas vertinamas 4 balų skale. Joje 1 reiškia „visiškai netinka“, o 4 – „visiškai tinka“. Aukštesnis vidutinis įvertis reiškia aukštesnį optimizmo lygį. Bendras skalės vidurkis 2,85, o vidinis konstrukto validumas (Cronbacho alfa) 0,83.

Savęs vertinimas buvo matuotas lietuviškuoju Rosenbergo savęs vertinimo skalės (*RSE: Rosenberg's Self-Esteem scale*, Rosenberg, 1965) variantu. Ši skalė paremta tiriamųjų savistata. Ją sudaro 10 teiginių, kurių kiekvienas vertinamas 4 balų skale: nuo „visiškai sutinku“ iki „visiškai nesutinku“. Bendras rodiklis gaunamas susumavus visus atsakymus.

Klausimyną vertė profesionali vertėja, be to, teiginių vertimas buvo derinamas su psichologais, gerai mokančiais anglų kalbą. Versti 1965 metais sukurta skalė specialaus leidimo nereikia, kadangi, kaip nurodoma Marylando universiteto Sociologijos departamento (JAV) tinklalapyje (http://www.bsos.umd.edu/socy/grad/socpsy_rosenberg.html), dr. Florence Rosenberg, Manny Rosenbergo žmona, yra davusi leidimą šią metodiką versti ir taikyti moksliniams tyrimams. Klausimyno vidinis suderinamumas buvo tikrinamas 356 penkiolikos–šešiolikos metų Lietuvos vaikų imtyje. Cronbacho alfa = 0,82, aukštas savęs vertinimas neigiamai koreliavo su

neurotizmu ir teigiamai su ekstraversija ($p < 0,01$).

Tiriamųjų buvo klausama, ką jie mano apie save. Klausimynas sudarytas iš 10 teiginių, kurių kiekvienas pateiktas su 4 atsakymų variantais nuo 1 („visiškai nesutinku“) iki 4 („visiškai sutinku“). Aukštesnis bendras vidurkis reiškia aukštesnį asmens savęs vertinimą. Bendras skalės vidurkis 3,02, o vidinis konstrukto validumas (Cronbacho alfa) 0,74.

Kiti asmenybės bruožai (*neurotiškumas, ekstraversija, atvirumas naujai patirčiai, sutarimas su kitais* bei *sąžiningumas*) matuoti lietuvišku NEO-FFI (*NEO Five-Factor Inventory*, sukurtas 1989) variantu, kuris yra NEO PI-R (*Revised NEO Personality Inventory*, sukurtas 1985) sutrumpinta versija (Costa and McCrae, 1992). Leidimą versti į lietuvių kalbą davė vienas iš klausimynų autorių R. McCrae ir leidykla (*Psychological Assessment Resources, PAR*). Vertimas yra suderintas su R. McCrae, metodika aprobuota ankstesniuose tyrimuose (Žukauskienė ir Šakalytė, 2003). Sutrumpintą klausimyną sudaro 60 klausimų, kurių kiekvienas įvertinamas nuo 1 – „visiškai nesutinku“ iki 5 – „visiškai sutinku“. Tiriamųjų buvo prašoma įvertinti, kokie jie būna tipiškos situacijose, palyginti su pažįstamaisiais. Klausimyną sudaro 5 subskalės po 12 klausimų, iš kurių buvo skaičiuojamas bendras skalės vidurkis: 1) neurotiškumo subskalės vidurkis 2,76, Cronbacho alfa 0,82; 2) ekstraversijos subskalės vidurkis 3,44, Cronbacho alfa 0,80; 3) atvirumo naujai patirčiai subskalės vidurkis 3,42, Cronbacho alfa 0,63; 4) sutarimo su kitais subskalės vidurkis 3,50, Cronbacho alfa 0,66; 5) sąžiningumo subskalės vidurkis 3,79, Cronbacho alfa 0,85.

Duomenų analizė. Duomenims apdoroti naudotas SPSS 8.0 statistinis paketas. Kaip pagrindinis pasirinktas 0,05 reikšmingumo lygmuo. Atlikta statistinė duomenų analizė: apskaičiuoti vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, dažniai. Statistinės išvados darytos remiantis parametriniais kriterijais (naudotas Pearsono tiesinės koreliacijos kriterijus ir vieno faktoriaus dispersinė analizė).

Tyrimo rezultatai

Demografinė tiriamųjų charakteristika

Remiantis gauta informacija, tiriamieji buvo suskirstyti į grupes pagal įvairius demografinius rodiklius, nes vienas iš tyrimo tikslų yra nustatyti, ar subjektyvus gerovės išgyvenimas skiriasi pagal objektyvius kriterijus, tokius kaip pajamos, išsilavinimas ir pan.

Išsilavinimas. Vyrai buvo sugrupuoti į 2 kategorijas pagal tai, ar: 1) yra įgiję aukštąjį išsilavinimą ($N = 33$; 28,7 proc.), ar 2) ne ($N = 82$; 71,3 proc.).

Dabartinės studijos. Vyrai suskirstyti į 2 grupes pagal tai, ar: 1) mokosi universitete arba specialiuose kursuose ($N = 49$; 43,8 proc.), ar 2) nestudijuoja, nesimoko ($N = 63$; 56,3 proc.).

Savas darbas. Tiriamieji suskirstyti į 2 grupes pagal tai, ar: 1) dirba savo įmonėje ($N = 51$; 45,5 proc.), ar 2) dirba ne savo įmonėje ($N = 61$; 54,5 proc.).

Asmeninės pajamos. Asmenys suskirstyti į 4 kategorijas pagal tai, kiek uždirba: 1) mažiau nei 750 Lt ($N = 15$; 13,3 proc.); 2) 751–1000 Lt ($N = 25$; 22,1 proc.); 3) 1001–1400 Lt ($N = 38$; 33,6 proc.); 4) daugiau nei 1400 Lt ($N = 35$; 31,0 proc.).

Pajamos, vidutiniškai tenkančios kiekvienam šeimos nariui, atskaičiavus mokesčius. Vy-

rai suskirstyti į 6 kategorijas: uždirbantys 1) mažiau nei 200 Lt (N = 12; 10,7 proc.); 2) 200–399 Lt (N = 14; 12,5 proc.); 3) 400–750 Lt (N = 47; 42,0 proc.); 4) 751–1000 Lt (N = 16; 14,3 proc.); 5) 1001–1400 Lt (N = 10; 8,9 proc.); 6) daugiau nei 1400 Lt (N = 13; 11,6 proc.).

Šeiminė padėtis. Vyrai suskirstyti, atsižvelgiant ar 1) vedę (N = 83; 72,8 proc.), ar 2) ne (N = 31; 27,2 proc.).

Asmeninės partnerės pajamos. Asmenys suskirstyti į 4 kategorijas pagal tai, kiek uždirba jų partnerė: 1) mažiau nei 750 Lt (N = 43; 50,0 proc.); 2) 751–1000 Lt (N = 11; 12,8 proc.); 3) 1001–1400 Lt (N = 25; 29,1 proc.); 4) daugiau nei 1400 Lt (N = 7; 8,1 proc.).

Vaikų turėjimas. Vyrai suskirstyti į 2 grupes pagal tai, ar 1) turi (N = 87; 82,1 proc.), ar 2) neturi vaikų (N = 19; 17,9 proc.).

Kai kurių gyvenimo sričių ryšys su subjektyvia gerove

Tyrimo rezultatai rodo, kaip pasitenkinimas kai kuriomis gyvenimo sritimis yra susijęs su subjektyvios gerovės komponentais.

1-oje lentelėje pateiktos koreliacijos rodo, kad egzistuoja pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų ir specifinių gyvenimo sričių tarpusavio ryšiai. Kaip ir tikėtasi, su pasitenkinimo gyvenimu skale patikimai koreliuoja pasitenkinimas darbu, laisvalaikiu ($p < 0,01$) ir ryšiais su vaikais ($p < 0,05$). Su teigiamo emocingumo skale koreliuoja pasitenkinimas darbu, sveikata, laisvalaikiu,

1 lentelė. *Pearsono tiesinės koreliacijos koeficientai tarp pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų ir pasitenkinimo specifinėmis gyvenimo sritimis bei jų statistinis reikšmingumas*

<i>Specifinės gyvenimo sritys</i>	<i>Pasitenkinimas gyvenimu</i>	<i>Teigiamas emocingumas</i>	<i>Neigiamas emocingumas</i>
Pasitenkinimas: darbu	0,40**	0,31**	-0,35**
laisvalaikiu	0,34**	0,28**	-0,17
sveikata	0,15	0,25**	-0,16
ryšiais su partnere	0,19	0,24*	-0,23*
ryšiais su vaikais	0,26*	0,38**	-0,33**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

2 lentelė. *Pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų skirtumai grupėse, sudarytose pagal demografinius kintamuosius (analizė atlikta pagal vieno faktoriaus dispersinę analizę)*

<i>Demografiniai veiksniai</i>	<i>Pasitenkinimas gyvenimu</i>		<i>Teigiamas emocingumas</i>		<i>Neigiamas emocingumas</i>	
	F	p	F	p	F	p
Išsilavinimas	4,78	0,03*	4,65	0,03*	0,01	0,95
Dabartinės studijos	2,15	0,15	7,23	0,01**	0,87	0,35
Savas darbas	1,48	0,23	1,04	0,31	0,73	0,40
Asmeninės pajamos	1,57	0,20	2,41	0,07	1,64	0,19
Vidutinės pajamos	0,85	0,52	2,55	0,03*	0,70	0,63
Šeiminė padėtis	0,11	0,75	2,04	0,16	0,79	0,38
Partnerės asmeninės pajamos	0,66	0,58	2,54	0,06	1,75	0,16
Vaikų turėjimas	0,01	0,95	2,27	0,14	0,10	0,76

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

ryšiais su vaikais ($p < 0,01$), taip pat ryšiais su partnere ($p < 0,05$). Su neigiamu emocingumu neigiamai susijęs pasitenkinimas darbu, ryšiais su vaikais ($p < 0,01$), ryšiais su partnere ($p < 0,05$).

Pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų įverčių skirtumai

Pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų įverčių skirtumų grupėse, sudarytose pagal demografinius kintamuosius, analizė, atlikta pagal vieno faktoriaus dispersinę analizę ANOVA parodė, kad subjektyvios gerovės pagrindinių komponentų lygis skiriasi tik trijose iš 8 demografinių veiksnių grupėse. Grupėse, sudarytose pagal išsilavinimą, patikimai ($p < 0,05$) skiriasi bendras pasitenkinimas gyvenimu ir teigiamas emocingumas. Tai yra aukštesnį išsilavinimą įgiję asmenys pasižymi aukštesniu pasitenkinimo gyvenimu lygiu ir aukštesniu teigiamo emocingumo lygiu. Teigiamas emocingumas taip pat didesnis tų asmenų, kurie šiuo metu mokosi, kelia kvalifikaciją, studijuoja aukštojoje mokykloje ar specialiuosiuose kursuose. Be to, aukštesnis teigiamo emocingumo lygis būdingas vyrams, kurių vidutinės pajamos vienam šeimos nariui didesnės.

Subjektyvios gerovės komponentų lygis nesisiskiria grupėse, sudarytose atsižvelgiant į tokius

demografinius veiksnius kaip savas darbas, asmeninės ar partnerės pajamos, šeiminė padėtis ar vaikų turėjimas (neturėjimas). Taip pat nustatyta, kad neigiamo emocingumo lygis grupėse, sudarytose pagal demografinius kintamuosius, statistiškai patikimai nesisiskiria.

Asmenybės bruožų ryšys su subjektyvia gerove

Kaip matyti iš 3-ios lentelės, penkių veiksnių asmenybės modelį sudarantys asmenybės bruožai, savęs vertinimas ir optimizmas yra susiję su kai kuriais subjektyvios gerovės komponentais. Stipriausios koreliacijos aptiktos tarp asmenybės bruožų ir emocinių subjektyvios gerovės komponentų (teigiamo ir neigiamo emocingumo).

Nustatyta, jog bendras pasitenkinimas gyvenimu yra susijęs su optimizmu (0,30; $p < 0,01$), savigarba (0,28; $p < 0,01$), neurotiškumu (-0,21; $p < 0,05$), ekstraversija (0,20; $p < 0,05$) ir sąžiningumu (0,24; $p < 0,05$), tačiau kognityvinio komponento ir minėtų asmenybės bruožų ryšys yra kiek silpnesnis bei ne toks patikimas kaip emocinių komponentų ir asmenybės bruožų ryšys.

Su teigiamu emocingumu patikimai susijęs optimizmas (0,55; $p < 0,01$), savęs vertinimas

3 lentelė. *Pearsono tiesinės koreliacijos koeficientai tarp pagrindinių subjektyvios gerovės komponentų ir asmenybės bruožų bei jų statistinis reikšmingumas*

<i>Asmenybės bruožai</i>	<i>Pasitenkinimas gyvenimu</i>	<i>Teigiamas emocingumas</i>	<i>Neigiamas emocingumas</i>
Optimizmas	0,30**	0,55**	-0,37*
Savęs vertinimas	0,28**	0,52**	-0,47**
Neurotiškumas	-0,21*	-0,34**	0,66**
Ekstraversija	0,20*	0,55**	-0,37**
Atvirumas naujai patirčiai	0,18	0,49**	-0,09
Sutarimas su kitais	0,09	0,05	-0,27**
Sąžiningumas	0,24*	0,49**	-0,30**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

(0,52; $p < 0,01$), ekstraversija (0,55; $p < 0,01$), neurotiškumas (-0,34; $p < 0,01$), atvirumas naujai patirčiai (0,49; $p < 0,01$) ir sąžiningumas (0,49; $p < 0,01$). Su neigiamu emocijumu stipriausiai susijęs neurotiškumas (0,66; $p < 0,01$). Nustatyti neigiamo emocijumo ryšiai su optimizmu (-0,37; $p < 0,05$), savigarba (-0,47; $p < 0,01$), ekstraversija (-0,37; $p < 0,01$), sutarimu su kitais (-0,27; $p < 0,01$) ir sąžiningumu (-0,30; $p < 0,01$).

Apibendrinami gautus rezultatus galime konstatuoti, jog iškelta hipotezė, teigianti, kad asmenybės bruožai yra susiję su subjektyvios gerovės komponentais, pasitvirtino, nes visi matuoti asmenybės bruožai teoriškai prasmingai yra susiję su subjektyvios gerovės komponentu.

Rezultatų aptarimas

Tyrimas padėjo nustatyti specifines gyvenimo sritis, mūsų tirtoje imtyje labiausiai susijusias su vidutinio amžiaus vyrų subjektyvia gerove. Analizė parodė, kad subjektyvios gerovės komponentai stipriausiai ir patikimiausiai yra susiję su pasitenkinimu darbu. Šie duomenys patvirtina autorių teiginį apie darbo, kaip specifinės gyvenimo srities, įvertinimo įtaką bendram gyvenimo vertinimui (Warr, 1999). Pasitenkinimas laisvalaikio praleidimu taip pat susijęs su bendru subjektyvios gerovės išgyvenimu, ir tai patvirtina Švedijoje gautų tyrimų rezultatus (Daukantaitė and Bergman, 2003). Nustatyta, kad sveikata yra vienas iš veiksnių, labiausiai susijusių su subjektyvia gerove, šis dėsningumas vėlgi patvirtina duomenis, gautus kitų autorių tyrimais (Rosengren et al., 1993).

Tiriant nustatyta, kad subjektyvi gerovė yra susijusi ir su ryšių pobūdžiu tarp vyro ir jo partnerės bei vaikų. Tai patvirtina Myers (1999) nuomonę, kad laimingi tie, kuriuos padrasina, kuriems padeda ir kuriais domisi jų šeimos nariai.

Maža to, Myers (1999) pabrėžta, kad tie tiriamieji, kurie labiau vertina artimus socialinius ryšius nei dideles pajamas, prestižą ir pasisekimą darbe, dvigubai dažniau už kitus asmenis apibūdina save „laimingais“ arba „labai laimingais“.

Tyrimo rezultatai rodo, kad tik nedidelė demografinių kintamųjų dalis veikia vyrų subjektyvią gerovę (3 iš 8). Tai patvirtina Diener ir kt. (1997) bei Daukantaitės ir Bergmano (2003) gautus duomenis, tačiau čia išryškėja ir tam tikri prieštaravimai, nes abiejuose tyrimuose subjektyvios gerovės komponentų lygis tam tikrose demografinių veiksnių grupėse nevienodas. Paprastai teigiama, kad iš demografinių veiksnių svarbiausia yra šeiminė padėtis (Argyle, 1999), bet mūsų tyrime subjektyvios gerovės lygis vedusių ir nevedusių vyrų grupėse statistiškai reikšmingai nesiskyrė.

Šiame tyrime skyrėsi teigiamo emocijumo balų vidurkis grupėse, sudarytose pagal tai, ar asmuo šiuo metu mokosi, kelia kvalifikaciją, studijuoja aukštojoje mokykloje ar specialiuosiuose kursuose. Studijos skatina smalsumą, dėmesingumą, ryžtą ir kitas teigiamas emocijas. Galima kelti prielaidą, jog studijuojantys asmenys jaučiasi kažkuo svarbiu užsiėmę, domisi savo veikla, gali labiau save realizuoti, turi tikslų, kuriuos pasieks baigę mokslus. O tai, be abejo, kaip nurodo Diener (1984), sukelia intensyvesnes teigiamas emocijas.

Tyrimo taip pat aptikti teigiamo emocijumo ir pasitenkinimo gyvenimo lygiu skirtumai grupėse, sudarytose pagal išsilavinimą. Paaiškėjo, kad aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys yra labiau linkę išgyventi teigiamas emocijas ir laikyti savo gyvenimą laimingu. Tai sutampa su Diener ir kt. (1999) tyrimų rezultatais, kurie rodo, kad išsilavinimas yra labiau susijęs su subjektyvia gerove ekonomiškai mažiau išsivysčiusiose šalyse, nes Vakarų šalyse išsilavinimo ir subjektyvios gerovės komponentų ryšio nerandama. Išsi-

lavinimo ryšį su subjektyvia gerove galime paaiškinti tik netiesiogiai: 1) išsilavinimas gali būti susijęs su asmens gaunamomis didesnėmis pajamomis ir pasiekta aukštesne darbo pozicija bei 2) aukštesnis išsilavinimas leidžia asmenims lengviau pasiekti gyvenimo tikslus ir prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos.

Tyrimo rezultatai parodė, kad teigiamo emocingumo lygis grupėse, sudarytose pagal pajamas, vidutiniškai tenkančias vienam šeimos nariui, statistiškai reikšmingai skiriasi. Anot Diener (2000), pajamos yra vienas svarbiausių demografinių veiksnių, susijusių su subjektyvia gerove. Pastebėta, kad pasiturintys asmenys jaučiasi laimingesni nei neturinti žmonės (tiesa, šis efektas yra palyginti nedidelis (Argyle, 1999)). Aiškindami šį reiškinį autoriai teigia, kad pajamos turi didesnę reikšmę tik labai neturtingų asmenų subjektyviai gerovei ir ekonomiškai mažiau išsivysčiusiose šalyse. Pajamos taip pat gali netiesiogiai daryti įtaką kitiems demografiniams veiksniams: socialiniam statusui, išsilavinimui ir pan. (Diener, 1984; Diener et al., 1999). Tačiau mūsų tyrimo duomenys atskleidė, jog kitaip nei daugelyje tyrimų, atliktų Vakarų Europos šalyse, taip pat JAV, išsilavinimas ir pajamos yra svarbus veiksnys, susijęs su bendru pasitenkinimu gyvenimu, teigiamu bei neigiamu emocingumu.

Tyrimas patvirtino hipotezę, kad subjektyvi gerovė yra susijusi su asmenybės bruožais. Rezultatai sutampa su kitų autorių (Diener et al, 2003) gautais duomenimis, kad teigiamas emocingumas yra patikimai susijęs su ekstraversija ir neurotiškumu. Mūsų tyrimo rezultatai patvirtina, kad subjektyvios gerovės komponentai yra

susiję su atvirumu naujai patirčiai, sutarimu su kitais, sąžiningumu (Diener et al., 2003), optimizmu (Seligman, 1991) ir savęs vertinimu (Diener, 1984).

Apžvelgę pagrindinius su subjektyvia gerove susijusius asmenybės bruožus galime pastebėti autorių teiginių, kad asmenybės veiksniai yra labiausiai susiję su subjektyvia gerove (Diener and Lucas, 1999). Pažymėtina, kad asmenybės bruožai yra susiję su tuo, ką asmuo jaučia ir mąsto apie savo gyvenimą. Kadangi asmenybės bruožų struktūra yra gana pastovus konstruktas, įmanoma, kad egzistuoja bendras asmenybės potencialas, lemiantis vienokį ar kitokį subjektyvios gerovės lygį (Diener and Lucas, 1999).

Tyrimo duomenys gali būti naudingi vėlesniems pozityviosios psichologijos tyrimams, lyginant tiriamuosius pagal amžių, lytį ir kitus objektyvius komponentus.

Išvados

1. Su pagrindiniais subjektyvios gerovės komponentais susijusios specifinės gyvenimo sritys: pasitenkinimas laisvalaikiu, sveikata, darbu, ryšiais su partnere ir vaikais.
2. Pagrindiniai subjektyvios gerovės komponentai patikimai skiriasi tik trijose iš 8 demografinių veiksnių grupių (išsilavinimas, dabartinės studijos ir vidutinės pajamos).
3. Savęs vertinimas, optimizmas, ekstraversija, neurotiškumas, atvirumas naujai patirčiai, sutarimas su kitais, sąžiningumas yra susiję su pagrindiniais subjektyvios gerovės komponentais.

LITERATŪRA

Argyle M. Causes of correlates of happiness // *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (eds.). New York: Russel Sage Foundations, 1999. P. 353–373.

Campbell A., Converse P. E., Rodgers W. L. *The quality of American life*. New York: Russell Sage, 1976.

Corsini R. J. *The dictionary of psychology*. Philadelphia: Brunner/Mazel, 1999.

- Costa P. T., McCrae R. R. Revised NEO personality inventory (NEO PI-R) and NEO five-factor inventory (NEO-FFI). Professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1992.
- Daukantaitė D., Bergman L. R. Components of subjective well-being in Swedish women / Reports from the project individual development and adaptation. Stockholm: Department of Psychology, Stockholm university, 2003. Vol. 83.
- Diener E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. 1984, vol. 95 (3), p. 542–575.
- Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index // *American Psychologist*. 2000, vol. 55 (1), p. 34–43.
- Diener E., Lucas R. E. Personality and subjective well-being // *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (eds.). New York: Russell Sage Foundations, 1999. P. 213–229.
- Diener E., Oishi S., Lucas R. E. Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluation of life // *Annual Review of Psychology*. 2003, vol. 54, p. 403–425.
- Diener E., Suh E. M., Lucas R. E., Smith H. L. Subjective well-being: Three decades of progress // *Psychological Bulletin*. 1999, vol. 125 (2), p. 276–302.
- Diener E., Suh E., Oishi S. Recent findings on subjective well-being // *Indian Journal of Clinical Psychology*. 1997, vol. 24, p. 25–41.
- Frijda N. H. Emotions and hedonic experience // *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (eds.). New York: Russell Sage Foundations, 1999. P. 190–210.
- Fujita F. An investigation of the relation between extraversion, neuroticism, positive affect, and negative affect. Master thesis. University of Illinois at Urbana-Champaign, 1991.
- Inglehart R., Basáñez M., Moreno A. M. Human values and beliefs: A cross-cultural sourcebook: Political, religious, sexual, and economic norms in 43 societies. Ann Arbor: University of Michigan Press, 1998.
- Lelkes O. Tasting freedom: Happiness, religion and economic transition. London: Centre for Analysis of Social Exclusion, 2002. Vol. 59.
- Magnusson D., Bergman L. R. Individual development and adaptation: The IDA program / Reports from the department of psychology. Stockholm: Department of Psychology, Stockholm University, 1997. Vol. 841.
- Mahoney J. L., Bergman L. R. Conceptual and methodological considerations in a developmental approach to the study of positive adaptation // *Applied Developmental Psychology*. 2002, vol. 23, p. 195–217.
- Myers D. G. Close relationships and quality of life // *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (eds.). New York: Russell Sage Foundations, 1999. P. 374–391.
- Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1965.
- Rosengren A., Tibblin G., Wilhelmsen L. Low systolic blood pressure and self perceived wellbeing in middle aged men // *British Medical Journal*. 1993, vol. 306, p. 243–247.
- Seligman M. E. P. *Learned optimism*. New York: Knopf, 1991.
- Seligman M. E. P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction // *American Psychologist*. 2000, vol. 55 (1), p. 5–14.
- Vittersø J. Happy people and wonderful experiences: Structure and predictors of subjective well-being. Doctoral thesis. Oslo: Department of Psychology, University of Oslo, 1998.
- Warr P. Well-being and the workplace // *Well-Being: The foundations of hedonic psychology* / D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (eds.). New York: Russell Sage Foundations, 1999. P. 392–412.
- Watson D., Clark L. A. *The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule – expanded form*. Iowa City: University of Iowa Press, 1994.
- Wilson W. Correlates of avowed happiness // *Psychological Bulletin*. 1967, vol. 67, p. 294–306.
- Žukauskienė R., Šakalytė J. *Moterų profesinė karjera*. Vilnius: A. Malinausko IĮ, 2003.

CORRELATES OF SUBJECTIVE WELL-BEING IN MALE SAMPLE

Gintautas Šilinskas, Rita Žukauskienė

Summary

Subjective well-being (SWB) is people's cognitive and emotional evaluation of their lives, which in our everyday vocabulary is called happiness (Diener et al.,

2003). The scientific analysis of subjective well-being refers to people's emotional reactions to events and global judgments about life satisfaction. Life satisfac-

tion is an overall positive perception or feeling about the quality of own life (Corsini, 1999) and it can be broken down in satisfaction with specific important domains like close romantic relations or satisfaction with job (Daukantaitė and Bergman, 2003). Emotional component of SWB means a tendency to respond to one's environment with good or bad feelings, emotions, reactions (Corsini, 1999). Though, scientists divide affect into two different groups – positive affect and negative affect.

The purpose of the study is to investigate subjective well-being in the sample of Lithuanian men. The main interest was to study: 1) the relationship between general SWB components and satisfaction with important domains; 2) the differences in SWB in different groups based on demographic factors; 3) the relationship between general SWB components and personality traits. The statistical package SPSS with a probability level of 0.05 was used to process the data.

The research was based on self-report questionnaires in Lithuanian male sample ($n = 115$). The criteria for recruitment was age, the average age of the sample was

39,67 years. Men were contacted at their working place and were given a self-reported questionnaire. The research took place in different towns of Lithuania.

Results confirm, that components of general SWB are connected to satisfaction with work, leisure, health, relations to partner and children. We found that the mean of each SWB component differed in 3 out of 8 groups of sociodemographic factors such as educational level, current studies, and income per each member of the family. Thus, we support the statement that demographic factors are not strongly related to subjective well-being. The results of the research confirmed findings of other authors, that the strongest and the most reliable correlations were found between SWB components and personality traits such as neuroticism, extraversion, openness to new experiences, agreeableness, conscientiousness, optimism, and self-esteem. The results of the research let us confirm the results obtained by other scientists that subjective well-being is not strongly dependent on the demographic characteristics, but is more likely to be connected to the personality traits.

Gauta 2004 09 01