



ZADOVOLJSTVO ŽIVOTOM U ADOLESCENTNOJ I ODRASLOJ DOBI¹

Zvezdan PENEZIĆ
Sveučilište u Zadru, Zadar

UDK: 159.923.2.072:17.023.03
Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 31. 1. 2006.

Zadovoljstvo životom i njemu srodni pojmovi, kao što su subjektivna dobrobit, sreća i kvaliteta života, noviji su konstrukti tzv. pozitivne psihologije koji se nastoje međusobno razlučiti, ispitivati i teorijski objasniti. Zadovoljstvo životom odnosi se na globalnu evaluaciju osobnoga života i smatra se kognitivnom komponentom subjektivne dobrobiti, koju još čini emocionalna komponenta – raspoloženja ili emocije. Većina dosadašnjih istraživanja rezultirala je i nesuglasnim nalazima o odnosu životne dobi i zadovoljstva životom, pa je jedan od ciljeva ovog istraživanja bio i pokušaj utvrđivanja razlika u zadovoljstvu životom između različitih dobnih skupina. Rezultati su pokazali da između skupina ispitanika različite dobi ne postoje razlike u općem zadovoljstvu životom, ali da dobne razlike postoje u procjenama temporalnoga zadovoljstva životom, i to kada se procjene odnose na prošlo zadovoljstvo i očekivanja budućega zadovoljstva. Procjene prošloga zadovoljstva bile su najniže kod osoba srednje životne dobi, dok je očekivano zadovoljstvo budućim životom bilo najveće kod mlađih adolescenata. Razlike su postojale i u procjenama prošlog, ali i sadašnjeg samopoštovanja, pa su bile u smjeru najnižega samopoštovanja kod osoba mlađe adolescentne dobi. Opće zadovoljstvo životom pokazalo je najveću pozitivnu povezanost s varijablama temporalnoga zadovoljstva i temporalnoga samopoštovanja. U skladu i s nekim prijašnjim nalazima, kod svih su se skupina sociodemografske varijable pokazale kao dobri prediktori zadovoljstva životom.

Ključne riječi: opće zadovoljstvo životom, temporalno zadovoljstvo životom, adolescencija, odrasla dob

✉ Zvezdan Penezić, Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru, Obala kralja Petra Krešimira IV. br. 2, 23000 Zadar, Hrvatska. E-mail: zvezdan@unizd.hr

¹ Istraživanje je provedeno u sklopu projekta br. 0070002 (Samoevaluacija i samoregulacija osobnog razvoja; voditelj: Katica Lacković-Grgin).

UVOD

Pregledom literature može se vidjeti da se susreću različita shvaćanja zadovoljstva životom i njemu srodnih pojmova, kao što su dobrobit (*well-being*), sreća (*happiness*), kvaliteta života (*quality of life*). Iako bi se moglo očekivati da bude dosta teorijskih pristupa shvaćanju zadovoljstva životom, zapravo je malo izvornih teorija, a više je teorijskih spekulacija, koje su samo dijelom povezane sa životnim zadovoljstvom.

Teorija krajnjih točaka polazi od pretpostavke da se zadovoljstvo postiže zadovoljavanjem osnovnih potreba ili ciljeva. Wilson (1960., prema Diener, 1984.) daje teorijski postulat po kojemu "zadovoljavanje potreba dovodi do sreće (zadovoljstva), i obrnuto, konstantno nezadovoljavanje potreba dovodi do osjećaja nesretnosti". Teorija u svojim osnovnim elementima veoma podsjeća na Maslowljevju teoriju, prema kojoj je primarno zadovoljavanje osnovnih potreba, a tek nakon što su one zadovoljene mogu se početi zadovoljavati i potrebe višega reda. Iako se ove dvije teorije sadržajno mogu povezati, pitanje je dovodi li baš zadovoljavanje osnovnih potreba do zadovoljstva i sreće. Možda netko želi postići nešto više, pa ga zadovoljavanje samo osnovnih potreba ne čini sretnim i zadovoljnim.

Druga teorija, *teorija ugone i bola*, polazi također od zadovoljavanja potreba, pri čemu smatra da su ugodna i bol povezane. Potkrjepljenje za ove pretpostavke Diener (1984.) nalazi u radovima više autora te navodi postavke Houstona (1981., prema Diener, 1984.) koji tvrdi kako ljudi, genetski, posjeduju dispozicije da osjete zadovoljstvo nakon što su zadovoljili neku potrebu zasnovanu na deprivaciji. Ovdje se vidi da je najprije potrebno postojanje deprivacije, a nakon što se ta deprivacija poništi zadovoljenjem potrebe, dolazi i do osjećaja zadovoljstva.

Sljedeća je *teorija aktiviteta*, koja polazi od pretpostavke da će osobe biti zadovoljnije ako su uključene u neku zanimljivu aktivnost. Pretjerano teške aktivnosti, međutim, dovode do anksioznosti, dok pretjerano lake aktivnosti dovode do dosade. Ipak, unatoč svemu, ova teorija smatra da će uključenost u neku aktivnost sama po sebi prije dovesti do sreće (zadovoljstva) nego dosezanje krajnjih točaka (ciljeva).

Asocijacionističke teorije polaze od mogućnosti postojanja svojevrzne mreže pozitivnih asocijacija i naučene sposobnosti da se stalno reagira na pozitivne načine. Na taj način dolazi do razvoja određene vrste atribucija od nekoga pojedinca, a koje se učvršćuju na osnovi događaja. Ova teorija ima nedostatke u tome što se pretpostavlja da je nužno postojanje određenih asocijacionističkih mreža koje služe kao dispozicija sreći. Međutim, pitanje je što se događa ako se te mreže

na neki način poremete novopristiglim informacijama i na osnovi toga novim asocijacijama.

Dio teorijskih pristupa polazi od postojanja određenih vrsta usporedbi s drugim pojedincima. Kroz takve usporedbe i odnose pojedinci bivaju uključeni u socijalnu mrežu oko njih te oblikuju i svoje odnose s drugima. Stoga kao sljedeću skupinu teorija valja istaknuti *teorije procjene*, koje polaze od već spomenute pretpostavke da ljudi postižu i održavaju svoju razinu sreće i zadovoljstva na osnovi usporedbe s drugim pojedincima, a većina tih pristupa nastala je na osnovi Festingerove teorije kognitivne disonance.

U pokušajima teorijskog objašnjenja koncepata subjektivne dobrobiti i zadovoljstva životom razvijeni su i različiti modeli. Iako bi se moglo naći mnogo više modela, ipak se najčešće spominju tri modela. To su strukturalni modeli pod imenima "Top-down model" (model "odozgo prema dolje", a zapravo deduktivni model) i "Bottom-up model" (model "odozdo prema gore", zapravo induktivni model) te dinamički model ravnoteže.

Feist i sur. (1995.), isto kao i Lance i sur. (1989.), navode da prvi model ("odozgo prema dolje") polazi od pretpostavke da ljudi imaju dispozicije za interpretiranje života i na pozitivne i na negativne načine. Te dispozicije utječu na procjenu zadovoljstva na raznim područjima života. Dakle, jedna opća (ukupna) procjena može se razložiti i na pojedinačne (niže) dijelove.

Drugi model smatra da se ukupan osjećaj zadovoljstva oblikuje na osnovi jednostavnoga zbrajanja zadovoljstva u različitim domenama života, kao što su npr. brak, posao i obitelj, tj. "odozdo prema gore" (prema Feist i sur., 1995.). Za razliku od prvoga modela, ovdje važniju ulogu imaju objektivne okolnosti. Zadovoljstvo određenim domenama života, dakle, može pridonijeti ukupnom zadovoljstvu, isto kao što i ukupno zadovoljstvo životom ima značajnog utjecaja na procjene zadovoljstva u različitim domenama života. Prema tom shvaćanju, prvo se vrednuju domene života, kao npr. posao i brak, i to tako da se uspoređuje životna realnost s različitim standardima uspjeha. Tek nakon toga oblikuje se prosječna procjena, vodeći računa o važnosti određenih domena i standarda.

Treći model, model dinamičke ravnoteže (Headey & Wearing, 1989.), uključuje i utjecaj različitih dimenzija ličnosti na procjenu zadovoljstva. Međutim, ovaj se model ne zasniva isključivo na utjecaju dimenzija ličnosti, nego uključuje i određene objektivne pokazatelje i subjektivne procjene života na raznim područjima kao varijable koje utječu na zadovoljstvo. Model dinamičke ravnoteže upućuje i na to da, kada životni događaji naruše određenu ravnotežu, dolazi do promje-

na stanja subjektivne dobrobiti. Dimenzije ličnosti trebalo bi promatrati kao osnovne prediktore zadovoljstva životom, ali ne smije se isključivati ni utjecaj različitih, spomenutih, životnih događaja koji mogu utjecati na procjenu zadovoljstva.

Budući da postoji niz teorijskih pristupa subjektivnoj dobrobiti, postoji i mnogo definicija, a na osnovi njih i više pristupa proučavanju strukture subjektivne dobrobiti.

Kao sinonimi vrlo se često rabe pojmovi "sreća" (*happiness*), "zadovoljstvo životom" (*life satisfaction*) (Diener, 1984., 1994.; Diener i sur., 2005.), "well-being" (Veenhoven, 1995.), "kvaliteta života" (*quality of life*), "zadovoljstvo" (*satisfaction*), "uživanje" (*enjoyment*) ...

Pojam subjektivne dobrobiti odnosi se na evaluaciju života koju čine pojedinci. Ove evaluacije uključuju kognitivne procjene zadovoljstva životom te afektivne procjene raspoloženja i emocija. Upravo na tim shvaćanjima i Diener (1984.) subjektivnu dobrobit promatra kroz tri osnovne karakteristike:

1. subjektivna je i ovisi o iskustvu svake osobe
2. uključuje pozitivne faktore, a ne samo odsutnost negativnih faktora
3. predstavlja ukupnu procjenu svih aspekata života pojedinca, s naglaskom na subjektivnoj evaluaciji života.

Vodeći računa o tim karakteristikama, istraživači su do sada došli do spoznaja o postojanju dviju faceta subjektivne dobrobiti: kognitivne procjene zadovoljstva životom te čuvstvenog aspekta sastavljenog od nezavisnih pozitivnih i negativnih čuvstvenih komponenti (Diener, 1994.; Pilcher, 1998.; Schwarz i Strack, 1999.). Čuvstvene komponente predstavljaju dvije široke, osnovne dimenzije svih emocija, koje se javljaju kroz različite deskriptore, vremenske okvire, jezike i kulture, te pri različitim oblicima odgovaranja.

Opisani pokušaji teorijskih objašnjenja zadovoljstva životom i njegova konceptualna (ne)distinktivnost od srodnih pojmova upućuju na potrebu jasnije i preciznije definicije. Pri tome valja voditi računa o tome da su definiranja zadovoljstva životom različita s obzirom na područje istraživanja (Alfonso i sur., 1996.; Kahneman, 1999.). Sasvim jasnu osnovu za definiranje zadovoljstva životom daju Andrews i Withey (1976., prema Diener, 1994.), koji govore da subjektivna dobrobit (*well-being*) kao širi pojam uključuje i kognitivnu evaluaciju i određeni stupanj pozitivnih i/ili negativnih osjećaja, tj. čuvstava. Havighurst (1963./1968., prema Kimmel, 1990.) iznosi rezultate koji govore o zadovoljstvu životom kao mjeri adaptivnoga prilagođivanja na starenje, a Campbell, Converse i Rodgers (1976., prema Diener, 1984.) definiraju zadovoljstvo kao "opaženu razliku između aspiracija i dostignuća, koja se kreće od percepcije ispunjenosti pa do percepcije deprivaci-

je". Oni zadovoljstvo životom promatraju kao kognitivnu komponentu subjektivne dobrobiti, dok sreću promatraju kao iskustvo osjećaja ili čuvstva. Pavot i sur. (1991., prema Lucas i sur., 1996.) definiraju zadovoljstvo životom kao "globalnu evaluaciju neke osobe o svom životu". Definicija pokazuje da pri evaluaciji zadovoljstva životom osoba ispituje određene aspekte svoga života, uspoređuje dobro s lošim te dolazi do ukupne procjene zadovoljstva životom. Stoga se može pretpostaviti kako je globalna priroda ove procjene donekle stabilna i da ne ovisi potpuno o čuvstvenom stanju osobe u trenutku prosudbe.

Na osnovi pregleda novijih empirijskih radova i izvršene validacije konstrukta zadovoljstva životom Penezić (1996., 1999., 2004.) zaključuje da zadovoljstvo životom predstavlja kognitivnu evaluaciju vlastita cjelokupnog života, a kroz koju svaki pojedinac procjenjuje svoj život.

Pri pokušajima mjerenja zadovoljstva životom treba voditi računa o subjektivnim iskustvima svakoga pojedinca te se treba usmjeriti na postupke koji ne bi trebali imati nedostatke kao klasična introspekcija (nemogućnost verbalizacije doživljaja, zaboravljanje i sl.). Primjenom fenomenološke metode treba konstruirati upitnike i skale koji će sadržavati tvrdnje o ponašanju pojedinca i o njegovim unutarnjim doživljajima, a upotrebom suvremenih psihometrijskih metoda osigurati veću objektivnost, valjanost i pouzdanost takvih mjernih instrumenata.

Tako se u prvim pokušajima ispitivanja upitnicima čak postavljalo pitanje može li zadovoljstvo biti mjereno kroz standardne intervjuje i upitnike. Međutim, jasni fiziološki korelati nisu još otkriveni, a ne postoje ni naznake da bi to moglo ikada biti otkriveno, ili barem ne tako skoro. Nije se pokazalo ni da su neka jasna manifestna ponašanja povezana sa životnim zadovoljstvom, jer se ono kao i većina fenomena samo dijelom manifestira kroz ponašanje. Stoga su autori pribjegli ispitivanju uz pomoć niza skala i upitnika izvorno namijenjenih za ispitivanje nekih drugih konstrukata, a zatim su se postupno počeli uvoditi upitnici i skale osmišljeni upravo za ispitivanje zadovoljstva životom; čestice na skalama kojima se pokušavalo zahvatiti zadovoljstvo životom varirale su brojem i načinom ispitivanja.

Neka socijalna ponašanja pokazuju tendenciju da su češća kod zadovoljnih (aktivnost, izlasci, prijateljstva), iako se takva ponašanja mogu zamijetiti i kod onih manje zadovoljnih. Neverbalni podaci i znaci kao što su smješkanje ili entuzijastički pokreti čini se da su samo umjereno povezani sa životnim zadovoljstvom mjerenim upitnicima (Myers i Diener, 1997.).

Često se govorilo da odgovori na pitanja o zadovoljstvu životom zapravo mjere neke druge fenomene. Tako se pret-

postavljalo da te reakcije odražavaju normativne zahtjeve i želje. Odnosno, moglo bi se očekivati da će pojedinac davati odgovore koji će biti shvaćeni kao zadovoljavajući za pojedince oko njega. Valja pretpostaviti da većina pojedinaca zna je li zadovoljna ili nije zadovoljna svojim životom. Nadalje, i odgovori na pitanja o zadovoljstvu životom daju se prilično brzo i bez velikog razmišljanja, pa je i broj neodgovorenih pitanja relativno malen i iznosi tek negdje oko 1%, a vrlo su rijetki i neodlučni odgovori (prema Veenhoven, 1995.). Druga primjedba može se vezati uz to da pojedinci vrlo često mijenjaju to koliko su oni zadovoljni životom s tim koliko su zadovoljni drugi pojedinci, ako se nalaze u jednakim uvjetima. U tom slučaju pojedinci koji se smatraju relativno uspješnima u tim usporedbama procjenjuju se i kao zadovoljniji.

Pojedinci koji su zapravo nezadovoljni svojim životom mogu davati izjave o tome da su zapravo zadovoljni. Na ovo može utjecati i pokušaj zaštite vlastitog ega, ali i socijalna poželjnost odgovora. Prije svega činjenica da su ljudi zadovoljni ili prilično zadovoljni ne znači ujedno i da prenaplaćavaju svoje zadovoljstvo. Vrlo je moguće da je većina pojedinaca zaista zadovoljna svojim životom. Drugo, postoje dobri razlozi zašto većina pojedinaca misli da su zadovoljniji nego većina drugih pojedinaca (odnosno zadovoljniji od prosjeka). Jedan od razloga leži u tome što većina ljudi može vjerovati da je većina drugih nezadovoljna zato što su poteškoće salijentnije nego zadovoljstvo.

Posebno je pitanje može li se zadovoljstvo životom promatrati kao crta ličnosti, kao opća tendencija ka privlačenju ili odbijanju od nekih stvari. Vjerovanje o životnom zadovoljstvu kao crti ličnosti odnosi se na slično vjerovanje kao i o temperamentu i njegovim urođenim značajkama. Prema tome, poboljšanje svih značajki životnih uvjeta neće dovesti do toga da se poveća zadovoljstvo životom. Evaluativna reakcija ostat će približno ista. Veenhoven je (1995.) provjeravao da li se zadovoljstvo životom pokazuje kao a) temporalno stabilno; b) konzistentno kroz situacije; c) internalno izazvano. Pokazalo se da životno zadovoljstvo ne može biti promatrano kao stabilna crta ličnosti, i to iz nekoliko razloga, kako to Veenhoven navodi. Prvo, pokazalo se da zadovoljstvo životom nije stabilno tijekom vremena, a posebice ne tijekom cijeloga životnog vijeka. Pojedinci periodično prave revizije svoga života. Također se pokazalo da se zadovoljstvo dosta često mijenja: i apsolutno (pa zadovoljni pojedinci postaju nezadovoljni), i relativno (najsretnija osoba u grupi može postati najmanje sretna). Drugo, zadovoljstvo životom nije neosjetljivo na promjene životnih uvjeta. Napredak ili pogoršanje uvjeta života obično je praćeno pogoršanjem ili poboljšanjem u procjeni života. Ovo se osobito vidi nakon udovištva ili razvoda (Veen-

hoven, 1995.). Treće, zadovoljstvo nije samo i potpuno internalno određeno, nego se pokazalo da su procjene zadovoljstva pod utjecajem osobnih značajki i grupnih usmjerenja te da ovi unutarnji parametri modificiraju okolinske utjecaje prije negoli ih zasjenjuju. I ranije spomenuta slaba test-retest pouzdanost većine mjera kojima se pokušalo zahvatiti životno zadovoljstvo može biti odraz ove nestabilnosti zadovoljstva životom.

Zbog široka zanimanja za područja istraživanja autori su pokušavali povezati zadovoljstvo životom s brojnim različitim značajkama fizičkoga i psihološkoga funkcioniranja pojedinaca. Tako Acton (1994.), isto kao i Argyle (1999.), navodi da su autori povezivali zadovoljstvo životom s depresijom, mentalnim zdravljem, samopoimanjem, mirnoćom, vitalnošću, osobnom kontrolom, ciljevima, moralom, opaženim zdravljem, samopoštovanjem, brigama, stresom, alijenacijom, socijalnom podrškom, obiteljskim funkcioniranjem, pojedinačnim funkcioniranjem, srećom, bračnim i roditeljskim zadovoljstvom, zadovoljstvom poslom, naporima. Argyle (1999.) navodi da su u tom smislu najznačajnija istraživanja: Cantrilova studija na više od 20.000 ispitanika u 11 zemalja, zatim Bradburnova istraživanja iz 1969. te istraživanja Campbella i suradnika (1976., prema Argyle, 1999.) u SAD-u, kao i Inglehartova (1990., prema Argyle, 1999.) analiza istraživanja u 16 europskih zemalja. Negdje do 1994., kada je Veenhoven proveo svoju analizu, bilo je oko 600 istraživanja korelata zadovoljstva životom i subjektivne dobrobiti, provedenih u gotovo 70 zemalja. Međutim, ostaje pitanje smjera uzročnosti. Većina je rezultata u osnovi korelacijska, što je rezultat transverzalnih istraživanja; na primjer, pokazuje se da sretnije osobe imaju više prijatelja. Stoga bi se u budućim istraživanjima trebalo što više voditi računa i o podacima prikupljenima u eksperimentalnim istraživanjima, kvaziekperimentalnim istraživanjima ili panel studijama.

Životna dob predstavlja izvor velikih kontroverzi u procjavanju zadovoljstva životom. Prema Dieneru (1984.), Dieneru i sur. (2005.), ne postoji odnos između zadovoljstva životom i dobi, dok prema Wilsonu (1967., prema Horley i Lavery, 1995.) postoji negativan odnos, prema kojem su mlađi sretniji nego stari.

Horley i Lavery (1995.) primijenili su nekoliko skala subjektivne dobrobiti na uzorak od 1321 ispitanika između 14 i 95 godina. Dobiveni rezultati pokazuju da sve mjere imaju tendenciju porasta rezultata sa životnom dobi. Porast je bio pogotovo značajno izražen kod ispitanika starijih od 40 godina.

McCrae i Costa (1982.) ispitivali su samopoimanje i stabilnost ličnosti i dobili su rezultate koji upućuju na stabilnost samopoimanja u funkciji porasta životne dobi. To autori (Mc-

Crae i Costa, 1982.a) potkrepljuju postojanjem izrazito visokih test-retest korelacija prilikom primjene različitih upitnika ličnosti tijekom mnogih godina života (dakle u okviru longitudinalnoga praćenja).

Međutim, ovakvi se rezultati suprotstavljaju shvaćanju razvojnih psihologa životnoga vijeka, koji smatraju kako život predstavlja seriju promjena koje se nalaze pod utjecajem dobno određenih uloga postavljenih od kulture kojoj pojedinac pripada, od biološkoga i kognitivnoga razvoja i zbog povijesnih događaja koji su oblikovali kontekst u kojem pojedinac živi (prema McCrae i Costa, 1982.a). Logično je pretpostaviti da je dinamika procesa koji proizvode krizu pojedinoga životnog stadija (npr. traganje za novim intimnim vezama, briga za dobrobit potomaka ili retrospekcija protekloga života) najizraženija upravo u određenim tranzicijskim razdobljima razvoja. Ti procesi mogu utjecati na zadovoljstvo životom bilo direktno bilo preko nekih drugih konstrukata koji su u relaciji sa zadovoljstvom životom, a koji se i sami mogu mijenjati tijekom tranzicijskih razdoblja. Tu se može misliti na osamljenost u mladoj tranzicijskoj dobi, na samopoštovanje u srednjoj tranzicijskoj ili na diskrepanciju između željenih i ostvarenih ciljeva u kasnijoj odrasloj dobi. Ipak, u istraživanju Z. Penezića (1999.) pokazalo se da između tri dobne skupine, koje se nalaze u različitim tranzicijskim razdobljima, nema razlika u zadovoljstvu životom.

Na povezanost subjektivne dobrobiti i određenih crta i dimenzija ličnosti upućuje stabilnost subjektivne dobrobiti tijekom vremena. Tako npr. stupanj zadovoljstva životom, kao i količina pozitivnih i negativnih događaja, koja je izmjerena kod pojedinaca na završetku srednje škole, ostaje relativno stabilna i u srednjim godinama (prema Costa i sur., 2000.). Ti autori ističu i da se ta stabilnost može očekivati u srednjoj životnoj dobi. U kontekstu ovih istraživanja dosta se često promatraju dimenzije ekstraverzije, neuroticizma i otvorenosti za nova iskustva, koje predstavljaju sastavne dijelove i Eysenckova modela ličnosti (ekstraverzija i neuroticizam) i petofaktorskoga modela ličnosti. Andrews i Withey (1976., prema Costa i McCrae, 1980.) navode kako različite sociodemografske varijable objašnjavaju oko 8% varijance subjektivne dobrobiti, ekstraverzija objašnjava otprilike isti postotak, dok neuroticizam objašnjava oko 27% varijance.

Kada se govori o korelatima zadovoljstva životom, tada se može kazati da postoje dosta uvjerljivi dokazi o tome da su ekstraverzija i neuroticizam, kao stabilne dimenzije ličnosti, snažni prediktori zadovoljstva životom (Diener i sur., 2005.). Uz njih, u više istraživanja provjeravane su relacije zadovoljstva životom i nekih drugih više ili manje stabilnih osobina ličnosti (samopoštovanja, lokusa kontrole, anksioznosti i o-

samljenosti). Nedostatak dijela tih istraživanja jest i nedovoljno razlikovanje zadovoljstva životom od osobina ličnosti s kojima se relacija istraživala. Jedan od takvih konstrukata, a koji se vrlo često zamjenjivao sa zadovoljstvom životom, jest samopoštovanje. Samopoštovanje je dosta često bilo promatrano kao zamjenski pojam za zadovoljstvo životom, a Diener (1984.) navodi da iako su brojna istraživanja promatrala odnos samopoštovanja i zadovoljstva životom, taj odnos nikada nije precizno ni temeljito utvrđen. Budući da se samopoštovanje i zadovoljstvo životom ne mogu tretirati kao zamjenjive varijable (Penezić, 1999., 2004.), u ovom istraživanju nastojat će se vidjeti kakav je odnos ovih dvaju konstrukata, i to s obzirom na temporalnu dimenziju njihove procjene. Naime, dosad su sva istraživanja rađena s procjenama koje su uključivale procjene sadašnjega stanja, pri čemu su zanemarivani elementi prosudbi o prošlosti ili očekivanja koja ispitanici imaju od budućnosti. Uvođenjem temporalne dimenzije moguće je da će se pokazati i određene razlike u procjenama s obzirom na razdoblje na koje se procjene odnose.

Uglavnom, može se kazati da je većina dosadašnjih istraživanja rezultirala nesuglasnim nalazima o odnosu životne dobi i zadovoljstva životom, pa jedan od ciljeva ovog istraživanja jest pokušaj utvrđivanja razlika u općem i temporalnom zadovoljstvu životom i samopoštovanju u odnosu na životnu dob. Unatoč shvaćanjima razvojnih psihologa da se i tijekom odrasle dobi događa serija promjena koje se nalaze pod utjecajem biološkoga i kognitivnoga razvoja te društveno određenih uloga, i s njima u vezi razvojnih zadataka, nema jasnih podataka o (ne)postojanju dobnih razlika, odnosno u prediktorima te procjene, pa i to zahtijeva empirijsku provjeru. Kako je do sada veći broj istraživanja proveden samo na nekim dobnim skupinama (adolescentima ili starijima), a pri čemu su primijenjene različite mjere zadovoljstva životom, u ovom istraživanju proučavat će se odnosi uključenih varijabli kod ispitanika u četiri dobne kategorije: među mlađim adolescentima, mladima, osobama srednje životne dobi i osobama starije životne dobi.

METODA

Ispitanici

U ispitivanju su sudjelovale sljedeće skupine ispitanika: skupina mlađih adolescenata (učenici gimnazije) uključivala je 104 ispitanika između 15 i 17 godina ($M = 15.88$, $SD = 0.45$). Skupina studenata i mlađih odraslih uključivala je 145 ispitanika između 18 i 29 godina ($M = 20.67$, $SD = 2.44$), od čega su većinu tvorili studenti raznih fakulteta u Zadru i Splitu, a u ispitivanje su uključene i mlađe odrasle osobe koje su zavr-

šile srednjoškolsko obrazovanje, ali nakon toga nisu započele studij, nego su bile u radnom odnosu ili prijavljene na Zavodu za zapošljavanje. Skupina ispitanika srednje životne dobi uključivala je 114 ispitanika životne dobi između 30 i 49 godina ($M = 40.17$, $SD = 5.61$), dok je skupina starijih ispitanika brojala 120 ispitanika životne dobi između 50 i 71 godine ($M = 58.89$, $SD = 5.62$).

Instrumenti ispitivanja

U ispitivanju je upotrijebljen upitnik koji se sastojao od nekoliko skala koje su slučajnim slijedom bile raspoređene u dvije različite forme, a uključivao je:

Strukturirani upitnik osobnih podataka

Sastojao se od pitanja kojima su prikupljeni podaci o spolu, dobi, bračnom stanju, godinama života koje su ispitanici proživjeli u gradu, procjeni stresnosti protekle godine (na skali Likertova tipa od 1 – nimalo stresna, do 5 – izuzetno stresna), podaci o subjektivnoj procjeni zdravstvenoga stanja (na skali Likertova tipa od 1 – vrlo dobro, do 5 – vrlo loše), zadovoljstvu roditeljstvom, odnosno profesionalnim statusom. (Na pitanje "Jeste li zadovoljni svojom roditeljskom ulogom/profesionalnim statusom?" ispitanici su odgovarali na skali Likertova tipa, a mogući odgovori bili su u rasponu od 1 – uopće ne, pa do 5 – potpuno da.)

Skala općega zadovoljstva životom (Penezić, 1996.)

Skala se sastoji od 20 čestica: 17 čestica odnosi se na procjene globalnoga zadovoljstva, dok 3 čestice služe za procjenu situacijskoga zadovoljstva. U ranijim istraživanjima (Penezić, 1996., 1999.) skala je pokazala jednofaktorsku strukturu s izvanredno visokom pouzdanošću (Penezić, 2002., 2004.). Ispitanici odgovaraju zaokruživanjem odgovarajućega broja na skali Likertova tipa s pet stupnjeva, a ukupan rezultat oblikuje se kao linearna kombinacija procjena. Viši rezultat označuje i više zadovoljstva životom, a rezultati se kreću u rasponu od 20 do 100.

U ovom istraživanju pouzdanost skale (tipa unutarnje konzistencije) općega zadovoljstva životom kretala se u rasponu od .90 na uzorcima mlađih odraslih i osoba srednje životne dobi, preko .92 na uzorku starijih osoba, sve do najveće pouzdanosti koja je dobivena na uzorku mlađih adolescenata (.94).

Skala temporalnoga zadovoljstva životom

Uzimajući u obzir da subjektivna dobrobit nije potpuno stabilna varijabla (Veenhoven, 1994.), uključivanje određene vremenske perspektive u mjerenje komponenti subjektivne dobrobiti može dovesti do točnijih procjena. Upravo s tom na-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 643-669

PENEZIĆ, Z.:
ZADOVOLJSTVO...

mjerom konstruirana je skala za ispitivanje temporalnoga zadovoljstva životom (*Temporal Satisfaction With Life Scale*, autora Pavota, Dienera i Suha, 1998.). Skala se sastoji od 15 čestica, od kojih se pet čestica odnosi na mjerenje prošloga zadovoljstva, pet čestica odnosi se na mjerenje trenutačnoga zadovoljstva, a preostalih pet čestica odnosi se na mjerenje očekivanja budućega zadovoljstva. Pri tome nisu specificirani vremenski periodi na koje bi se procjene trebale odnositi. Rezultati na pojedinim supskalama mogu biti u rasponu od 5 do 25. Pri tome su dobivene pouzdanosti unutarnje konzistencije (tipa Cronbach alpha) bile u rasponu od 0.76 pa do 0.90.

Modificirana Rosenbergova skala samopoštovanja

Izvorna skala sadrži 10 čestica koje opisuju doživljavanje samoga sebe, a na koje se odgovara na skali Likertova tipa s pet stupnjeva. U ovom istraživanju skala je dijelom modificirana, a modifikacija je uključivala uvođenje temporalnih aspekata. Od ispitanika se zahtijevalo da procijene svoje prošlo samopoštovanje, svoje sadašnje samopoštovanje te kakvo samopoštovanje očekuju u budućnosti. Rezultati na pojedinim supskalama mogu biti u rasponu od 10 do 50, a pouzdanosti unutarnje konzistencije (tipa Cronbach alpha) bile su u rasponu od 0.68 do 0.83.

Marlowe-Crowneova skala socijalne poželjnosti

Skala se sastoji od 13 čestica, pokazuje visoke pozitivne korelacije s ustrajnošću i samoeфикасношću, dok su negativne korelacije dobivene za nekompetentnost. Odgovaranje je po načelu prisilnog izbora (točno-netočno), jer autori smatraju da je samo jedan rezultat, odnosno odgovor, ispravan, a ukupan rezultat oblikuje se kao linearna kombinacija procjena i kreće se u rasponu od 0 do 13. Viši rezultat na ovoj skali označuje i manju sklonost davanju socijalno poželjnih odgovora.

Postupak ispitivanja

Ispitivanje je provedeno u Zadru, Splitu, Šibeniku i Sinju na prigodnom uzorku ispitanika različite životne dobi. Skupine učenika srednje škole i studenata ispitivane su grupno, dok se s mlađim odraslim ispitanicima koji ne studiraju, ispitanicima srednje životne dobi i starijim ispitanicima kontaktiralo pojedinačno. Učenici srednje škole bili su ispitivani za vrijeme nastavnoga sata psihologije.

REZULTATI

U Tablici 1 prikazuju se aritmetičke sredine i standardne devijacije rezultata na skalama temporalnoga zadovoljstva, temporalnoga samopoštovanja te skali općega zadovoljstva životom za četiri dobne skupine ispitanika.

Varijabla	Ispitanici							
	mlađi adolescenti		mlađi odrasli		srednja dob		stariji	
	M	sd	M	sd	M	sd	M	sd
Opće zadovoljstvo životom	72.95	13.40	74.60	10.32	70.65	10.18	70.65	10.18
Temporalno zadovoljstvo životom								
Prošlo	16.93	4.13	16.48	4.27	15.03	3.90	15.74	4.01
Sada	16.90	4.55	16.73	3.86	16.17	3.89	16.46	3.93
Buduće	17.76	3.52	17.04	3.34	16.50	3.43	15.78	4.03
Temporalno samopoštovanje								
Prošlo	3.75	0.58	3.84	0.63	3.84	0.70	4.14	0.45
Sada	3.66	0.68	3.85	0.68	3.95	0.54	4.06	0.54
Buduće	4.00	0.60	4.11	0.64	4.12	0.58	4.11	0.56

● **TABLICA 1**
Aritmetičke sredine (M) i standardne devijacije (sd) ispitivanih varijabli

Kako se na osnovi rezultata prikazanih u Tablici 1 ne mogu vidjeti razlike u ispitivanim varijablama koje postoje između navedenih skupina ispitanika, a kako je i jedan od ciljeva istraživanja bilo utvrđivanje postojanja eventualnih razlika između različitih dobnih skupina, dvosmjernim analizama varijance pokušale su se utvrditi eventualne razlike.

Do sada se pokazalo i da je spol ispitanika dosta često promatran kao varijabla koja bi mogla utjecati na zadovoljstvo životom. Diener i Diener (1995.), Diener (1994.) te Argyle (1999.) navode kako bi se moglo očekivati da žene imaju nižu razinu zadovoljstva životom i samopoštovanja, možda i zato što su tradicionalno odgajane da imaju manju moć i manje sredstava u odnosu na muškarce. Zbog toga su u analize uvedeni i podaci koji se odnose na spol ispitanika. U Tablici 2 iznose se rezultati provedenih dvosmjernih analiza varijance.

U skladu i s nekim prethodnim istraživanjima koja su provedena na uzorcima ispitanika u Hrvatskoj (Penezić, 1996., 1999.), pokazalo se da ne postoje značajne razlike u općem zadovoljstvu životom između ispitanika različite životne dobi, a ni među ispitanicima različita spola.

Između pojedinih dobnih skupina postoje značajne razlike u pojedinim facetama temporalnoga zadovoljstva životom te temporalnoga samopoštovanja. Razlike su se pokazale kada su pravljene procjene zadovoljstva prošlim životom, a koje se pokazalo najnižim kod skupine osoba srednje životne dobi. Naime, naknadne su analize (Scheffé testom) pokazale da su te razlike značajne između skupine osoba srednje životne dobi i skupine mlađih adolescenata te između skupine osoba srednje životne dobi i mlađih osoba. Mlađe osobe zadovoljnije su prošlim životom. Vjerojatno je to kod njih uvjetovano smanjenim brigama oko vođenja obitelji i financijskom sigurnošću koju su uživali kao članovi obitelji u kojima su roditelji/staratelji bili zaduženi za osiguravanje prihoda i fi-

nancijsku sigurnost. S druge strane, osobe srednje i starije životne dobi prošle su kroz teške trenutke tranzicija koje su snašle Republiku Hrvatsku i vjerojatno su se suočili s problemima oko brige za obitelj.

Zavisna varijabla	Efekt	F	df	p(F)
Opće zadovoljstvo životom	Dob	2.301	3/429	0.077
	Spol	0.008	1/429	0.927
	Dob×Spol	0.507	3/429	0.678
Temporalno zadovoljstvo životom – PROŠLOST	Dob	3.587	3/465	0.014
	Spol	1.244	1/465	0.265
	Dob×Spol	1.281	3/465	0.280
Temporalno zadovoljstvo životom – SADAŠNJOST	Dob	0.311	3/462	0.818
	Spol	0.286	1/462	0.593
	Dob×Spol	1.156	3/462	0.326
Temporalno zadovoljstvo životom – BUDUĆNOST	Dob	4.292	3/460	0.005
	Spol	0.944	1/460	0.332
	Dob×Spol	1.948	3/460	0.121
Temporalno samopoštovanje – PROŠLOST	Dob	8.434	3/461	0.000
	Spol	0.025	1/461	0.874
	Dob×Spol	1.724	3/461	0.161
Temporalno samopoštovanje – SADAŠNJOST	Dob	6.559	3/456	0.000
	Spol	0.283	1/456	0.595
	Dob×Spol	0.705	3/456	0.549
Temporalno samopoštovanje – BUDUĆNOST	Dob	1.485	3/454	0.218
	Spol	0.582	1/454	0.446
	Dob×Spol	0.857	3/454	0.463

TABLETA 2
Rezultati dvosmjernih
(spol×dob) analiza
varijance rezultata
na različitim skalama

Razlike postoje i u očekivanju budućega zadovoljstva životom. Očekivano zadovoljstvo budućim životom najveće je kod mlađih adolescenata i osoba mlađe odrasle dobi, dok je najmanje kod osoba starije životne dobi. Ovo je sasvim logično, jer pred mladima je još velik dio života i oni očekuju da će im budućni život donijeti zadovoljstvo i dobar osjećaj. Kad je riječ o skupini starijih ispitanika, moguće je da su oni negativno raspoloženi prema budućem životu. Oni znaju da je životni period pred njima relativno ograničen te da vjerojatno neće moći provesti adekvatne promjene, stoga taj dio života i promatraju kao manje ugodan, pa su i manje zadovoljni njime.

I samopoštovanje je pokazalo postojanje nekih razlika. Tako se može uočiti da razlike postoje u procjenama prošloga, ali i sadašnjega, samopoštovanja. Razlike su u smjeru najnižega prošlog samopoštovanja kod osoba mlađe adolescentne dobi. Ovo se može pokušati objasniti nekim razvojnim promjenama koje zahvaćaju osobe mlađe adolescentne dobi te se protežu i preko mlađe odrasle dobi. U ovoj se dobi javlja

i kriza oblikovanja identiteta, kako to vidi Erikson, pa je moguće da se mlade osobe nalaze u stalnom previranju i traženju osobnoga identiteta, a što onda ima odraza i na doživljaj sadašnjega samopoštovanja. Valja pretpostaviti da najniže prošlo samopoštovanje kod ove skupine proizlazi iz činjenice da je u prošlosti, na koju se procjene odnose, i stvarno došlo do pada samopoštovanja, koje se obično povezuje s promjenama što ih donosi pubertet (prema Vulić-Prtorić, 2004.).

Kada je riječ o sadašnjem samopoštovanju, vjerojatno su osobe srednje i starije životne dobi izgradile životni stav koji je rezultirao time da sebe vide kao vrijedne i pune samopoštovanja. Moguće je i to da su osobe uspješno riješile profesionalne, roditeljske i socioemocionalne aspekte funkcioniranja. Sada se više usmjeravaju na prošle uspjehe i te uspjehe uspoređuju s trenutačnim stanjima, pa tako i oblikuju više samopoštovanje. Nasuprot njima, kod mlađih adolescenata samopoštovanje se još razvija i na njega djeluje veći broj faktora, pa to vjerojatno rezultira njegovom nešto nižom vrijednosti.

Kao dio provjere odnosa općega zadovoljstva životom s varijablama subjektivne procjene zdravstvenoga stanja i stresnosti protekle godine, indeksom urbanizacije te ispitivanim varijablama temporalnoga samopoštovanja, temporalnoga zadovoljstva životom te socijalne poželjnosti odgovaranja, izračunani su koeficijenti korelacije koje prikazuje Tablica 3.

● **TABLICA 3**

Korelacije između ispitivanih varijabli (neke sociodemografske varijable, temporalno zadovoljstvo životom, temporalno samopoštovanje, socijalna poželjnost odgovora) i OPĆEGA ZADOVOLJSTVA ŽIVOTOM

	Opće zadovoljstvo životom				
	Mlađi adolescenti	Mlađe odrasle osobe	Osobe srednje dobi	Osobe starije dobi	Ukupan uzorak
Subjektivna procjena zdravstvenoga stanja	0,27	0,40	0,38	0,31	0,34
Subjektivna procjena stresnosti protekle godine	-0,48	-0,39	-0,10	-0,31	-0,30
Indeks urbanizacije	-0,03	-0,04	-0,07	-0,29	-0,10
Temporalno zadovoljstvo prošlim životom	0,53	0,53	0,39	0,63	0,52
Temporalno zadovoljstvo sadašnjim životom	0,80	0,66	0,61	0,74	0,71
Temporalno zadovoljstvo očekivanjem budućega života	0,56	0,33	0,40	0,64	0,51
Temporalno samopoštovanje – prošlost	0,43	0,38	0,50	0,55	0,41
Temporalno samopoštovanje – sada	0,68	0,56	0,54	0,64	0,58
Temporalno samopoštovanje – budućnost	0,62	0,51	0,53	0,62	0,55
Socijalna poželjnost odgovora	-0,16	-0,13	-0,08	-0,23	-0,13

Kurzivom su označeni koeficijenti korelacije značajni na razini od 5%.

Uočljivo je da je većina dobivenih koeficijenata korelacije značajna, a pri tome sve uključene varijable pozitivno koreliraju s općim zadovoljstvom životom, osim subjektivne procjene stresnosti protekle godine i socijalne poželjnosti odgovora, koje su negativno povezane.

Varijabla	Korelacija s kriterijskom varijablom	I. korak			Završni korak		
		Beta	t	p(t)	Beta	t	p(t)
Spol	-0,03	-0,029	-0,29	0,776			
Dob	0,06	0,159	1,57	0,120			
Subjektivna procjena zdravstvenoga stanja	0,42	0,323	3,33	0,001	0,309	3,29	0,001
Subjektivna procjena stresnosti protekle godine	-0,39	-0,240	-2,43	0,017	-0,224	-2,40	0,018
Zadovoljstvo studijem	0,25	0,211	2,41	0,018	0,205	2,35	0,021
Godine školovanja oca	0,19	0,167	1,65	0,102			
Godine školovanja majke	0,10	0,016	0,16	0,876			
Indeks urbanizacije	-0,03	-0,119	-1,35	0,180			

Kurzivom su označene vrijednosti značajne na razini od 5%.

● TABLICA 5
Stupnjevite regresijske
analize sa zadovolj-
stvom životom kao
kriterijskom varijablom
(uzorak mladih
odraslih)

Na uzorku mladih odraslih osoba kao značajan prediktor općega zadovoljstva pokazuju se subjektivne procjene zdravlja i subjektivne procjene stresnosti protekle godine te zadovoljstva studijem (kod pojedinaca koji studiraju). Procjena zdravlja pokazuje se pozitivnim prediktorom, pokazujući da zdravlje vjerojatno omogućuje adekvatno funkcioniranje, a to onda vodi k osjećaju zadovoljstva. Postojanje stresora koji kod ove skupine mogu biti povezani i uz prijelaz i prilagodbe novim ulogama utječe na smanjenje zadovoljstva životom. Pojedinci se vjerojatno nalaze suočeni sa zahtjevima prilagodbe i rješavanja niza problema, pa to negativno djeluje na njihov osjećaj zadovoljstva. Značajnu prediktivnu ulogu za zadovoljstvo životom ima subjektivna procjena zadovoljstva studijem. Vjerojatno je da procjena općega zadovoljstva životom obuhvaća i procjene koje se odnose na pojedine domene funkcioniranja, a upravo je studij jedna od glavnih domena u kojima mlade osobe djeluju.

Značajnu prediktivnu ulogu za zadovoljstvo životom osoba ove životne dobi imaju godine školovanja, procjena zadovoljstva prihodima (veća vrijednost ove procjene odražava veće nezadovoljstvo prihodima) te procjena zadovoljstva profesionalnim statusom (Tablica 6). Ovo je u skladu i s rezultatima koje iznosi Nurmi (1997.) smatrajući da su za srednju životnu dob glavni ciljevi vezani uz ostvarivanje zadovoljavajućega dostignuća u zanimanju te zadaci vezani za ispravan odgoj djece i održavanje bračne zajednice. Dostignuće u zanimanju odražava se kroz procjene zadovoljstva profesionalnom ulogom, ali i kroz godine školovanja, a k tome i oni koji su zadovoljniji prihodima doživljavaju veće opće životno zadovoljstvo.

I kod skupine ispitanika starije životne dobi kao značajni prediktori pojavljuju se procjene zadovoljstva prihodima (veća vrijednost ove procjene odražava veće nezadovoljstvo prihodima), zadovoljstvo profesionalnim statusom i procjena zadovoljstva roditeljskom ulogom (Tablica 7). Obavljanje roditeljske uloge na zadovoljavajući način ogleda se i u funkcioniranju cjelokupne obitelji, što vjerojatno pridonosi zadovoljstvu životom svih njezinih članova. Roditeljstvo je, svakako, važno iskustvo za osobe starije dobi, pa ako su one tom roditeljskom ulogom zadovoljne, i njihovo će globalno zadovoljstvo životom biti veće. Možda i zato što znaju da će postojati potomci koji će se primjereno brinuti za njih ako za to bude potrebe. Vjerojatno je i to da stariji pojedinci imaju osjećaj da mogu još dosta toga pružiti i biti djelatni, a kako ih se sada udaljuje iz mnogih aktivnosti (npr. zbog umirovljenja) oni kao relativno važno vrednuju zadovoljstvo postignutim profesionalnim statusom. Kod ove skupine kao značajan negativan prediktor zadovoljstva životom pokazao se i indeks urbanizacije. To znači da su u skupini starijih zadovoljniji životom oni što kraće žive u gradu. Ostati živjeti u gradu osobama koje su u njega došle relativno kasno i možda samo zbog zaposlenja (ili u novije vrijeme stjecajem prilika kao prognanici iz porušenih i okupiranih sela) može biti više zadovoljavajuće rješenje u starijoj dobi zbog načina provođenja slobodnoga vremena i mogućnosti koje pruža gradska sredina u zadovoljavanju svakodnevnih potreba.

Zanimljivo je da se spol nije pokazao kao značajan prediktor općega zadovoljstva životom ni u jednoj skupini, a što nije u skladu s nalazima Dienera i Dienera (1995.), Dienera (1994.) te Argylea (1999.), koji smatraju kako bi se moglo očekivati da žene imaju nižu razinu zadovoljstva životom. Dob se pokazuje kao značajan prediktor općega zadovoljstva životom samo kod skupine osoba starije životne dobi. Moguće je da u ovoj (starijoj) životnoj dobi i male razlike u dobi ispitanika značajnije pridonose objašnjenju zadovoljstva životom, jer sada čak i u tako malim razdobljima dolazi do otežavajućih promjena koje je teško ispravljati zbog smanjenih kapaciteta koje pojedinac ove dobi ima.

ZAVRŠNA RASPRAVA

U dosadašnjim istraživanjima zadovoljstva životom provedena su ispitivanja na uzorcima koji su bili strogo odijeljeni u nekoliko grupa po dobi, ali se nije vodilo računa o onim ispitanicima koji se nalaze u dobi između tih graničnih skupina. Stoga se u ovome istraživanju pristupilo tome da se obuhvate ispitanici u dobi od oko 15 godina pa sve do 71 godine.

Neprijeporno je da je nemogućnost potpuno anonimnog ispunjavanja upitnika (poglavito u onom dijelu uzorka u ko-

jem su ispitanici individualno ispunjavali upitnik – a koji je obuhvaćao dio skupine mladih osoba, osobe srednje i osobe starije životne dobi) bila faktor koji je mogao utjecati na dobivene rezultate. Međutim, iz matrice korelacija zadovoljstva životom s drugim korištenim varijablama u ovom ispitivanju pokazalo se da značajna pozitivna korelacija zadovoljstva životom i socijalne poželjnosti odgovora postoji samo na uzorku osoba starije životne dobi, a ni ta korelacija nije previsoka. Te su osobe dijelom sklone davanju socijalno poželjnih odgovora. Ono što bi trebalo djelovati ohrabrujuće jest podatak po kojemu ne postoji povezanost socijalne poželjnosti odgovora i zadovoljstva životom kod ostalih skupina ispitanika. Valja istaknuti da u svakom istraživanju uviđanje određenih (ako ne svih) metodoloških nedostataka i njihova potencijalnog utjecaja na dobivene rezultate upozorava i na potrebu pažljivijeg izvođenja zaključaka koji se temelje na dobivenim podacima.

Kao odgovor na jedan od problema ovog istraživanja pokušalo se utvrditi postoje li i između kojih dobnih skupina razlike u procijenjenim varijablama (općem zadovoljstvu životom, temporalnom zadovoljstvu životom, temporalnom samopoštovanju). Eventualno postojanje razlika u procjenama zadovoljstva životom uputilo bi na postojanje razvojnih promjena koje djeluju u pojedinim fazama životnoga vijeka, dok bi eventualno nepostojanje tih razlika potvrdilo rezultate o relativnoj stabilnosti životnoga zadovoljstva koje je dobio Penezić (1999.). On je u istraživanju na strogo odijeljenim grupama osoba u tranzicijskim razdobljima života dobio da nema razlika između tih grupa u zadovoljstvu životom. Kako do sada nije jasno utvrđeno razlikuju li se ispitanici različita spola u zadovoljstvu životom, u analize je uvrštena i varijabla spola ispitanika.

Provedenim dvosmjernim analizama varijance pokazalo se da u općem zadovoljstvu nema razlike između ispitanika različite dobi. Te razlike nisu utvrđene ni među ispitanicima različita spola. Zadovoljstvo životom čini se da predstavlja stabilnu značajku ličnosti koja se ne mijenja u funkciji dobi. Jednom uspostavljena razina općega zadovoljstva životom vjerojatno se samo umjereno mijenja pod utjecajem različitih varijabli koje djeluju na ispitanike u različitim životnim razdobljima. Razlike u zadovoljstvu životom ne postoje ni s obzirom na spol. Moguće je da bi se u procjenama po različitim facetama zadovoljstva životom pokazale i određene razlike. Naime, rezultati Michalosa (1985.) pokazuju da se procjene zadovoljstva životom nalaze pod utjecajem nekih socio-kulturalnih prije nego kognitivno-čuvstvenih struktura, a koje uvjetuju javljanje razlika između muškaraca i žena.

Međutim, kada se radilo o procjenama temporalnih aspekata zadovoljstva životom, razlike su dobivene u procjenama koje su se odnosile na prošlo zadovoljstvo životom, ali i s obzirom na očekivanja budućega zadovoljstva. Zadovoljstvo prošlim životom pokazalo se kao najniže kod skupina osoba srednje životne dobi. Ova je dob zapravo vrijeme postizanja određenoga statusa (profesionalnog, privatnog, socijalnog itd.), pa vjerojatno procjenjujući zadovoljstvo životom u prošlosti ispitanici procjenjuju upravo razdoblje kad su tek kretali prema ostvarenju ovih ciljeva i zato izražavaju nezadovoljstvo svojim životom u tom razdoblju. Osobe mlađe adolescentske i mlađe odrasle dobi zadovoljnije su prošlim životom, što je vjerojatno odraz toga što su u prošlosti imale više mogućnosti da žive lagodnijim životom kod roditelja, pa nisu morale voditi računa o vlastitoj materijalnoj egzistenciji. Te mlađe osobe očekuju i najveće buduće zadovoljstvo. Ono što se moglo i očekivati jest da će očekivanje zadovoljstva u budućnosti biti najniže kod osoba starije životne dobi. Mlađi pojedinci u svojim planovima mogu mnogo toga zamisliti što će im stvoriti sliku lagodna i ugodna života koji ih čeka. S druge strane, stariji su pojedinci svjesni da ih u budućnosti čeka znatno manji broj mogućnosti, a k tome oni u tom razdoblju nemaju ni mogućnost provođenja nekih velikih i značajnih promjena u svom životu, pa stoga i svoje buduće zadovoljstvo procjenjuju kao slabije.

Značajne razlike postoje između grupa i u temporalnim procjenama samopoštovanja, pa se tako kod skupina najmlađih pojedinaca pokazalo da je prošlo, ali i sadašnje, samopoštovanje najniže. Ovo je razumljivo ako se uzme u obzir da je to razdoblje intenzivnih razvojnih promjena, obilježeno oblikovanjem krize identiteta. Usljed toga moguće je da se mladi nalaze u stalnom previranju i traženju osobnog identiteta. Kada je riječ o skupinama starijih ispitanika, tada je njihovo samopoštovanje više. Vjerojatno su starije osobe izgradile jedan životni stav koji je rezultirao time da sebe vide kao vrijedne i pune samopoštovanja. Također je moguće da su u toj dobi pojedinci uspješno riješili profesionalne, roditeljske i socioekonomske aspekte funkcioniranja. U svojim se procjenama možda više usmjeravaju na prošle uspjehe, pa te uspjehe uspoređuju s trenutačnim stanjem i tako oblikuju svoje veće prošlo samopoštovanje. Generalno, čini se da postoje značajne dobne razlike u temporalnom zadovoljstvu životom i u temporalnom samopoštovanju.

Analize podataka dobivenih ovim istraživanjem pokazale su i neke zanimljive relacije zadovoljstva životom i nekih sociodemografskih varijabli te procjena subjektivnoga stanja ispitanika. Na osnovi pozitivne povezanosti zadovoljstva i subjektivne procjene zdravstvenoga stanja može se reći kako

je vjerojatno da zadovoljstvo životom uključuje kao relevantne i procjene zdravlja. I brojni su drugi autori (Baruffol i sur., 1995.; Argyle, 1997.; Badoux i Mendelsohn, 1994.; Penezić, 1999.) dobili podatke koji pokazuju da zadovoljstvo životom može i treba biti promatrano kao svojevrsan zaštitni faktor u mentalnom funkcioniranju, a posebice kada se osoba nalazi suočena s nekim stresnim događajima. Najveća povezanost procjene zdravstvenoga stanja i zadovoljstva životom dobivena je kod mlađih ispitanika. Oni se vjerojatno percipiraju kao najzdraviji i stoga svoje zdravlje procjenjuju kao izrazito dobro, a što se odražava i na visoko zadovoljstvo životom. I subjektivna procjena stresnosti protekle godine pokazuje negativnu povezanost sa životnim zadovoljstvom kod svih skupina ispitanika. Samo kod skupine osoba srednje životne dobi nema značajne povezanosti zadovoljstva i procjena stresnosti. Neovisno o prirodi stresora koji djeluju u pojedinom razdoblju života, pojedinci koji su subjektivno doživjeli veću razinu stresa nezadovoljniji su životom. To je u skladu s nizom empirijskih nalaza o negativnim učincima stresa na zadovoljstvo životom. To se slaže i s nalazima koje iznose Myers i Diener (1995.), a koji smatraju da je nužno prestati promatrati životne događaje kao elemente koji bi trebali utjecati na zadovoljstvo životom. Uloga takvih događaja samo je kratkoročna. Stoga bi se za svako novo ispitivanje trebala obuhvaćati relativno kratka razdoblja života u kojima bi se zahvaćali neki događaji. U protivnom do izražaja dolazi kapacitet pojedinaca da se adaptiraju, pa prestaje utjecaj stresnih događaja. Upravo u našem ispitivanju od ispitanika se tražila procjena stresnosti tijekom prošle godine, a što se može promatrati i kao kratkoročni efekt djelovanja stresa, pa stoga ne iznenađuje ova povezanost te procjene s općim zadovoljstvom životom.

Visoku pozitivnu povezanost sa zadovoljstvom životom imaju i procjene koje se odnose na temporalne aspekte zadovoljstva. Osobito su izražene povezanosti procjena sadašnjega zadovoljstva i općega, a što je već ranije objašnjeno činjenicom da te procjene jesu konceptualno gotovo jednake. Međutim, skala za procjenu općega zadovoljstva životom ipak uključuje nešto veći broj čestica, a neke od čestica zahvaćaju i emocionalne aspekte ponašanja (npr. "Ja se općenito dobro osjećam"), pa se čini opravdanim istodobna primjena tih dviju skala. Visoka povezanost dobiva se i s procjenama samopoštovanja, što se može promatrati i kao još jedna potvrda rezultata da je samopoštovanje prilično dobar prediktor životnoga zadovoljstva (Penezić, 1999.).

Iako se opće zadovoljstvo životom pokazalo jednakim kod različitih dobnih skupina, bilo je bitno utvrditi i da li kod osoba različite životne dobi ispitane varijable procjene sub-

jektivnoga stanja pojedinca, kao i različite sociodemografske značajke, imaju jednaku ili različitu prediktivnu vrijednost za zadovoljstvo životom. Pokazalo se da se, uz ranije dokazano nepostojanje dobnih razlika u zadovoljstvu, ne može govoriti ni o nekim potpuno univerzalnim prediktorima zadovoljstva životom za sve četiri dobne skupine. Kada je riječ o sociodemografskim značajkama, tada se pokazuje značajna prediktivna uloga subjektivnih procjena zdravlja i stresnosti protekle godine na skupinama mlađih adolescenata i mlađih osoba. Samoprocjene dobroga zdravstvenog stanja očito značajno sudjeluju u oblikovanju zadovoljstva životom. S druge strane, što je protekla godina bila stresnija, to su i procjene zadovoljstva životom niže. Kod mladih je značajan prediktor zadovoljstva životom i njihova procjena koliko su zadovoljni uspjehom u školi/studiju. Ovo je sasvim logično, jer zadovoljstvo uspjehom kod njih predstavlja sastavni dio globalnije procjene zadovoljstva životom. Ono što je zanimljivo jest da su ovakvi rezultati dijelom u suprotnosti s rezultatima koje je dobio Penezić (1999.), a gdje se pokazalo da je stresnost prediktivna za zadovoljstvo životom u skupini starijih osoba, što se onda nastojalo objasniti težim oporavkom tih osoba od djelovanja kumulativnoga stresa. Čini se da je stresnost prediktivna za zadovoljstvo životom u svim dobnim periodima. Ovi se nalazi stoga uklapaju u navode Groba (1995.) o variranju životnoga zadovoljstva u zavisnosti od stresnih životnih događaja tijekom cijeloga životnog vijeka.

Isto tako, kod skupina osoba srednje i starije životne dobi prediktivnu ulogu za zadovoljstvo životom imaju i nešto šire procjene područja funkcioniranja. Kod njih se vjerojatno javlja naglasak i na potrebi da se ostvari dobrobit za potomke, ali i za društvo u cjelini. Uz to nastoje razviti i potvrditi svoju potpunu neovisnost. To postižu razvijanjem svoje profesionalne uloge i orijentacije na uspjehe u struci. Vrlo često ne uspijevaju osigurati sigurnost za svoje potomke, pa se to odražava na činjenicu da (ne)zadovoljstvo prihodima ima značajnu prediktivnu ulogu za zadovoljstvo životom.

Kod skupine starijih očekivalo bi se da različitim profesionalnim ulogama posvećuju manje pažnje, jer je umirovljenjem prestalo njihovo značenje za pojedince. No pokazalo se da i kod njih zadovoljstvo profesionalnom ulogom ima značajnu prediktivnu ulogu za zadovoljstvo. Vjerojatno oni žele još raditi, s osjećajem da mogu razviti vrlinu mudrosti, a što bi sukladno Eriksonovim shvaćanjima odgovaralo razdoblju oblikovanja integriteta. I kod ove skupine pokazuje se nastavak brige za sljedeću generaciju, što se odražava u značajnosti procjene zadovoljstva roditeljskom ulogom. Jedino se kod starijih osoba sa značajnom prediktivnom vrijednošću za zadovoljstvo javljaju dob i indeks urbanizacije, pokazujući da sa starenjem dolazi do smanjenja zadovoljstva, odnosno

da su pojedinci koji su kraće vrijeme proveli u gradskim sredinama manje zadovoljni. Naravno da sa starenjem dolazi do smanjenja mogućnosti djelovanja i ograničenja koja dovode do smanjenja zadovoljstva, međutim zanimljivo je da su čak i manje dobne promjene (npr. nekoliko mjeseci) dovoljne da dovedu do smanjenja životnoga zadovoljstva. Na mlađim uzorcima dobne promjene unutar uzorka nisu se pokazale značajnima za opće zadovoljstvo životom. Isto tako starije osobe koje su veći dio života provele na selu čini se da su uskraćene za neke prednosti života koje pruža život u gradu, a što percipiraju kao važno i što onda uvjetuje niži osjećaj zadovoljstva. Ovo je posebice istaknuto u ovoj dobi, jer je moguće da te sredine ne pružaju lako dostupne usluge potrebne starijima, a uz pomoć kojih bi oni mogli ostvariti lakši život u starosti bez pomoći drugih pojedinaca.

Jedan od glavnih ciljeva ovog istraživanja bio je provjeriti postoje li razlike u općem zadovoljstvu životom između ispitanika različitih dobnih skupina. Dobiveni su rezultati, zapravo, samo upozorili na svu kompleksnost ovoga pitanja. Naime, pokazalo se da ne postoji značajna razlika u općem zadovoljstvu životom između ove četiri dobne skupine. Međutim, kad se uzmu u obzir temporalni aspekti zadovoljstva životom, onda se pokazuju značajne razlike među osobama različitih dobnih skupina (npr. u procjenama zadovoljstva životom u prošlosti ili u procjenama budućega zadovoljstva životom).

LITERATURA

- Acton, G. J. (1994.), Well-Being as a Concept for Theory, Practice, and Research, *The Online Journal of Knowledge Synthesis for Nursing*, 11: 1-26.
- Alfonso, V. C., Allison, D. B., Rader, D. E., Gorman, B. S. (1996.), The Extended Satisfaction With Life Scale: Development and Psychometric Properties, *Social Indicators Research*, 38: 275-301.
- Argyle, M. (1997.), Is Happiness a Cause of Health?, *Psychology and Health*, 12: 769-781.
- Argyle, M. (1999.), Causes and correlates of happiness. U: D. Kahneman, E. Diener i N. Schwarz (ur.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology* (str. 353-373), New York: Russell Sage Foundation.
- Badoux, A., Mendelsohn, G. A. (1994.), Subjective well-being in French and American samples: Scale development and comparative data, *Quality of Life Research*, 3: 395-401.
- Baruffol, E., Gisle, L., Corten, P. (1995.), Life satisfaction as a mediator between distressing events and neurotic impairment in a general population, *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 92: 56-62.
- Costa, P. T. Jr., McCrae, R. R. (1980.), Still stable after all these years: Personality as a key to some issues in adulthood and old age. U: P. B. Baltes, O. G. Brim (ur.), *Lifespan development and behavior* (Vol. 3, str. 65-102), New York, Academic Press.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 643-669

PENEZIĆ, Z.:
ZADOVOLJSTVO...

Costa, P. T., Herbst, J. H., McCrae, R. R., Siegler, I. C. (2000.), Personality at midlife: Stability intrinsic maturation, and response to life events, *Assessment*, 7: 365-378.

Diener, E. (1984.), Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95: 542-575.

Diener, E. (1994.), Assessing Subjective Well-being: Progress and Opportunities, *Social Indicators Research*, 31: 103-157.

Diener, E., Diener, M. (1995.), Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68: 653-663.

Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, S. (2005.), Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life satisfaction, 63-73, U: C. R. Snyder, S. J. Lopez (ur.), *Handbook of positive psychology*, New York: Oxford University Press.

Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M. i Tan, V. (1995.), Integrating Top-Down and Bottom-Up Structural Models of Subjective Well-Being: A Longitudinal Investigation, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68: 138-150.

Grob, A. (1995.), Subjective Well-Being and Significant Life Events Across Life Span, *Swiss Journal of Psychology*, 54: 3-18.

Headey, B., Wearing, A. (1989.), Personality, Life Events, and Subjective Well-Being: Toward a Dynamic Equilibrium Model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57: 731-739.

Horley J., Lavery, J. J. (1995.), Subjective Well-Being and Age, *Social Indicators Research*, 34: 275-282.

Kahneman, D. (1999.), Objective Happiness. U: D. Kahneman, E. Diener i N. Schwarz (ur.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology* (str. 3-25), New York: Russell Sage Foundation.

Kimmel, D. C. (1990.), *Adulthood and Aging*. John Wiley and Sons, New York.

Lacković-Grgin, K. (1994.), *Samopoimanje mladih*. Naklada "Slap", Jastrebarsko.

Lance, C. E., Lautenschlager, G. J., Sloan, C. E. & Varca, P. E. (1989.), A Comparison Between Bottom-Up, Top-Down and Bidirectional Models of Relationships Between Global and Life Facet Satisfaction, *Journal of Personality*, 57: 601-624.

Lucas, R. E., Diener, E., Suh, E. (1996.), Discriminant Validity of Well-Being Measures, *Journal of Personality and Social Psychology*, 71: 616-628.

McCrae, R. R., Costa, P. T. Jr. (1982.), Self Concept and the Stability of Personality: Cross-Sectional Comparisons of Self reports and Ratings, *Journal of Personality and Social Psychology*, 43: 1282-1292

McCrae, R. R., Costa, P. T. Jr. (1982.a), Aging, the life course and models of personality. U: M. Field i sur. (ur.), *Review of Human development* (str. 601-613), New York, Wiley.

Michalos, A. C. (1985.), Multiple Discrepancies Theory (MDT), *Social Indicators Research*, 16: 347-413.

Myers, D. G. & Diener, E. (1997.), *The Science of Happiness. The Futurist*, September-October 1997.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 643-669

PENEZIĆ, Z.:
ZADOVOLJSTVO...

Myers, D. G., Diener, E. (1995.), Who is happy?, *Psychological Science*, 6: 10-19.

Nurmi, J. E. (1997.), Self-Definition and Mental Health During Adolescence and Young Adulthood, U: J. Schulenberg, J. L. Maggs, K. Hurrelmann (ur.), *Health Risks and Developmental Transitions During Adolescence* (str. 395-419), Cambridge University Press, London.

Pavot, W., Diener, E., Suh, E. (1998.), The Temporal Satisfaction With Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, 70: 340-354.

Penezić, Z. (1996.), *Zadovoljstvo životom-provjera konstrukta*. Diplomski rad, Filozofski fakultet u Zadru.

Penezić, Z. (1999.), *Zadovoljstvo životom: relacije sa životnom dobi i nekim osobnim značajkama*. Magistarski rad. Filozofski fakultet u Zagrebu.

Penezić, Z. (2002.), Skala zadovoljstva životom. U: K. Lacković-Grgin, A. Proroković, V. Čubela, Z. Penezić (ur.), *Zbirka psiholoških skala i upitnika* (str. 20-22), Zadar, Filozofski fakultet.

Penezić, Z. (2004.), *Zadovoljstvo životom u adolescentnoj i odrasloj dobi – provjera teorije višestrukih diskrepancija*. Doktorska disertacija. Filozofski fakultet u Zagrebu.

Pilcher, J. J. (1998.), Affective and daily event predictors of life satisfaction in college students, *Social Indicators Research*, 43: 291-306.

Schwarz, N., Strack, F. (1999.), Reports of Subjective Well-Being: Judgemental Processes and Their Methodological Implications. U: D. Kahneman, E. Diener i N. Schwarz (ur.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*, New York: Russell Sage Foundation.

Veenhoven, R. (1995.), The Study of Life Satisfaction. U: W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, B. Bunting (ur.), *A Comparative Study of Satisfaction with Life in Europe*, Budapest.

Vulić-Prtorić, A. (2004.), *Depresivnost u djece i adolescenata*. Naklada Slap: Jastrebarsko.

Life Satisfaction at Adolescence and Adulthood

Zvezdan PENEZIĆ
University of Zadar, Zadar

Life satisfaction and related constructs such as well-being, happiness and quality of life are newer constructs of, so-called, positive psychology. The intention of the scientist is to discriminate, investigate and theoretically explain these constructs. Life satisfaction is often conceptualized as one of three key aspects of psychological (or subjective) well-being, the others being positive and negative affect. It stands together with the affective elements to yield a relatively comprehensive picture of psychological well-being. Great numbers of previous researches have not found consistent

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 643-669

PENEZIĆ, Z.:
ZADOVOLJSTVO...

results about the relation between life satisfaction and age, so one of the aims of this research was to investigate possible age differences. Results have shown that there were no significant differences in general satisfaction with life, but age differences were evident in the temporal satisfaction with life. Satisfaction with earlier life was the lowest in the group of middle-aged subjects, while the expectation of future satisfaction with life was the highest among the group of younger adolescents. Some differences have been observed in self-esteem, as well. Self-esteem was the lowest in the group of younger adolescents. General satisfaction with life has the highest correlation with temporal satisfaction with life and temporal self-esteem. According to some previous research, sociodemographic variables were good predictors of general life satisfaction.

Key words: general life satisfaction, temporal life satisfaction, adolescence, adulthood

Zufriedenheit mit dem eigenen Leben bei Adoleszenten und Erwachsenen

Zvezdan PENEZIĆ
Universität Zadar, Zadar

Zufriedenheit mit dem Leben und damit verwandte Begriffe wie subjektives Wohlergehen, Glück und Lebensqualität sind neuere Konstrukte der sog. positiven Psychologie, die man gegeneinander abzugrenzen, zu erforschen und auf theoretischer Grundlage abzuklären versucht. Die Zufriedenheit mit dem Leben bezieht sich auf eine allgemeine Beurteilung des eigenen Lebens und wird als kognitive Komponente des subjektiven Wohlergehens betrachtet – neben einer weiteren, emotionalen Komponente, d.h. Stimmungen oder Emotionen. Die meisten bisherigen Untersuchungen resultierten in teils auch voneinander abweichenden Befunden zum Verhältnis zwischen Lebensalter und Zufriedenheit mit dem Leben. Daher gehört es zu den Zielen der vorliegenden Arbeit, einen Versuch zur Ermittlung von Unterschieden zu unternehmen, die sich je nach Altersgruppe bezüglich der Zufriedenheit mit dem eigenen Leben ergeben. Die Ergebnisse zeigen, dass es hinsichtlich der allgemeinen Zufriedenheit mit dem eigenen Leben keine Unterschiede zwischen den verschiedenen Altersgruppen gibt, sehr wohl aber bei der Einschätzung der temporären Zufriedenheit mit dem Leben, wobei sich diese Einschätzung auf die Vergangenheit und die Zukunft bezieht. Personen mittleren Alters stufen ihre Zufriedenheit mit dem bisherigen Leben am niedrigsten ein, während sich die höchsten Einschätzungen auf die Zukunft bezogen, und das unter jüngeren Adoleszenten. Unterschiede gab es auch bei der

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 643-669

PENEZIĆ, Z.:
ZADOVOLJSTVO...

Einschätzung des Selbstwertgefühls in der Vergangenheit, aber auch der Gegenwart; am geringsten war das Selbstwertgefühl bei jüngeren Adoleszenten. Es zeigte sich, dass die allgemeine Zufriedenheit mit dem eigenen Leben am stärksten verbunden war mit den Variablen temporärer Zufriedenheit und temporären Selbstwertgefühls. In Übereinstimmung mit den Ergebnissen einiger früherer Umfragen erwiesen sich bei allen Altersgruppen soziodemografische Variablen als gute Prädiktoren für eine Zufriedenheit mit dem eigenen Leben.

Schlüsselwörter: allgemeine Zufriedenheit mit dem Leben, temporäre Zufriedenheit mit dem Leben, Adoleszenz, Erwachsenenalter