



KVALITETA ŽIVLJENJA, ŽIVOTNO ZADOVOLJSTVO I SREĆA OSOBA KOJE PROFESIONALNO POMAŽU DRUGIMA

Andreja BRAJŠA-ŽGANEC, Ljiljana KALITERNA LIPOVČAN
Institut društvenih znanosti Ivo Pilar, Zagreb

UDK: 364.08:159.9
159.923.2.072:17.023.03

Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 24. 4. 2006.

Cilj istraživanja bio je utvrditi kakav je stupanj kvalitete življenja, životnoga zadovoljstva i sreće osoba koje profesionalno rade u sustavu skrbi, razlikuju li se u pojedinim indikatorima osobe prema spolu i dobi te utvrditi u kolikoj mjeri procjene kvalitete življenja na raznim područjima života pridonose procjenama općega životnog zadovoljstva i osobne sreće. Rezultati ovog istraživanja pokazali su da je kvaliteta življenja, životno zadovoljstvo i osjećaj sreće osoba koje profesionalno pružaju pomoć drugima relativno visoka s obzirom na stresnu profesiju kojom se bave. Od devet područja kvalitete življenja, najpozitivnije su bila procijenjena područja društvene okoline te psihičko stanje i duhovni život, dok su relativno najniže procijenjena područja javne okoline i sva razvojna područja. Žene su u odnosu na muškarce procijenile značajno višom kvalitetu življenja na područjima duhovnoga života i fizičke okoline, dok su mlađi ispitanici, u odnosu na starije, značajno višima procijenili društvenu okolinu, razonodu i razvojne aktivnosti. Rezultati regresijskih analiza pokazali su da su za životno zadovoljstvo najvažniji prediktori bile procjene kvalitete življenja na područjima fizičke, društvene i javne okoline, dok je osjećaju sreće najviše pridonijela kvaliteta življenja na području psihičkoga stanja.

Ključne riječi: kvaliteta življenja, sreća, životno zadovoljstvo, pomažuće profesije

✉ Andreja Brajša-Žganec, Institut društvenih znanosti Ivo Pilar,
Marulićev trg 19/1, 10001 Zagreb, Hrvatska.
E-mail: Andreja.Brajša.Zganec@pilar.hr

UVOD

Kvaliteta življenja vrlo je popularan termin koji se često rabi u svakodnevnom životu, u medijima, u znanstvenim i stručnim istraživanjima, a njime se, uspoređujući različite skupine ljudi, pokušava utvrditi koja skupina živi bolje ili gore od drugih. Mnogo je načina na koje se definira kvaliteta življenja, pa se u skladu s tim i mjeri, ali najopćenitija definicija kvalitete življenja jest "stupanj onoga što život čini dobrim" (Bowling, 1997.). Što je to što život čini dobrim, drugi je problem. Dugo se u znanstvenim, pa i u primijenjenim, istraživanjima to što život čini dobrim mjerilo tzv. objektivnim indikatorima, a najčešće ekonomskim i statističkim podacima. Po tom konceptu kvaliteta življenja nekoga društva ili neke društvene skupine određivala se po tome koliko pojedinci zarađuju, kakvi su im stambeni uvjeti, kako im je organizirana zdravstvena zaštita, socijalna skrb, kako imaju riješen promet u svojim naseljima, koliko često posjećuju kulturne ustanove, kakva je stopa mortaliteta u pojedinom društvu i slično, tj. po svemu onomu što se moglo konkretno i objektivno izmjeriti. Osnovna primjedba koja se upućuje objektivnim indikatorima kvalitete življenja jest da više ne znači uvijek i bolje (Csikszentmihalyi, 1999.), a što je bolje za pojedinca, to ponajbolje zna on sam. Stoga se danas kao obavezna mjera kvalitete življenja uključuje i subjektivna komponenta, tj. percepcija vlastita života.

Subjektivne procjene kvalitete življenja, životnoga zadovoljstva i osobne sreće danas se redovito provode u mnogim razvijenim zemljama, da bi se onima koji donose odluke o društvenim promjenama omogućio cjelovit uvid u potrebe društva i pojedinaca te da se na primjeren način vrednuju učinci takvih promjena (Diener i Seligman, 2004.). Redovito praćenje subjektivnih indikatora kvalitete življenja omogućuje usporedbe u vremenskim razmacima unutar jedne zajednice ili države, ali i usporedbe među različitim društvenim skupinama, pa i državama.

Životno zadovoljstvo, osobna sreća i kvaliteta življenja različite su komponente onoga što se naziva subjektivna dobrobit (*subjective well-being*). Životno zadovoljstvo predstavlja cjelovitu percepciju i evaluaciju vlastita života i najčešće se opisuje kao kognitivna komponenta subjektivne dobrobiti, dok s druge strane, osjećaj sreće predstavlja emocionalnu komponentu i opisuje se kao često osjećanje pozitivnih emocija (Diener, 2005.). Kvaliteta življenja mogla bi se u tom kontekstu opisati kao zadovoljstvo pojedinim područjima života, kao što su npr. rad, obitelj, životni standard, zdravlje i slično. Istraživanja Renwicka i suradnika (Renwick i sur., 1994.; 1996.) pokazala su da se kvaliteta življenja pojedinca može utvrditi

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

ispitujući tri životna područja; oni su ih nazvali Postojanje (*being*), Pripadanje (*belonging*) i Razvoj (*becoming*), a svako od njih sastoji se od još tri potpodručja. Postojanje se odnosi na ono što jesmo kao pojedinci, a uključuje fizičko postojanje (fizičko zdravlje, prehrana, tjelovježba, opći izgled), psihičko postojanje (mentalno zdravlje, razmišljanje, osjećaji i percepcije) i duhovno postojanje (osobne vrijednosti i vjerovanja). Pripadanje se odnosi na način na koji se pojedinac uklapa u svoju okolicu, a uključuje fizičko pripadanje (povezanost s kućom, poslom, susjedstvom i zajednicom), psihičko pripadanje (povezanost s članovima obitelji, prijateljima, susjedima i kolegama na poslu) te pripadanje zajednici, koje se procjenjuje po dostupnosti usluga u zajednici. Razvoj se odnosi na aktivnosti koje pojedinac poduzima da bi ostvario svoje ciljeve, očekivanja i nade, a uključuje praktične aktivnosti (kućanski poslovi, obrazovanje, volonterski rad, usluge zdravstvene skrbi), rasonodu (aktivnosti koje čovjek obavlja u slobodno vrijeme, rekreacija) i osobni rast, koji se procjenjuje po aktivnostima koje pojedinac poduzima da bi poboljšao svoje znanje i sposobnosti. Za utvrđivanje stupnja kvalitete življenja autori su razvili upitnik u kojem se od pojedinaca traži da za svako od ovih područja procijeni najprije koliko mu je važno, a zatim koliko je njime zadovoljan, tj. pošli su od pretpostavke da je kvaliteta života veća ako smo zadovoljni važnim stvarima, a nezadovoljni nevažnima, nego obratno. Prema tako postavljenim rezultatima, kvaliteta življenja mogla bi se definirati kao "stupanj zadovoljstva važnim stvarima u životu".

Za ljude koji profesionalno pomažu drugima moglo bi se reći da cijeli svoj životni vijek ulažu u poboljšanje kvalitete življenja drugih. O kvaliteti življenja osoba koje boluju od raznih bolesti napisano je na tisuće znanstvenih i stručnih članaka u okviru istraživanja tzv. zdravstvene kvalitete življenja (Bowling, 1997.), međutim, vrlo je malo istraživanja o kvaliteti življenja osoba koje njeguju takve bolesnike i brinu se za njih (Canam i Acorn, 1999.). Takva se istraživanja, premda rijetka, u novije vrijeme bave ponajprije neformalnim davateljima skrbi, najčešće članovima obitelji bolesnika, jer se zbog poskupljenja troškova zdravstvene skrbi u razvijenim zemljama sve više pacijenata upućuje na kućnu njegu. Rezultati tih istraživanja upućuju na to da je kvaliteta življenja osoba koje njeguju bolesnike slična onoj u samih bolesnika, tj. niža od prosječnoga stanovništva (Moody i McMillan, 2003.; Canam i Acorn, 1999.). Malobrojna istraživanja o profesijama koje sudjeluju u skrbi za druge (npr. policajci i djelatnici u socijalnoj skrbi) pokazala su da svijest o stresnom poslu kojem su izloženi i uspješno prevladavanje izazova na poslu može čak i

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, L.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

povećati životno zadovoljstvo i pozitivne emocije kod tih ljudi (Bar-On i sur., 2000.).

Cilj našeg istraživanja bio je utvrditi kakav je stupanj kvalitete življenja, životnoga zadovoljstva i sreće osoba koje profesionalno rade u sustavu skrbi, razlikuju li se u pojedinim indikatorima osobe različita spola i dobi te utvrditi u kojoj mjeri procjene kvalitete življenja na raznim područjima života pridonose procjenama općega životnog zadovoljstva i osobne sreće.

METODA

Ispitanici

Istraživanje je provedeno na prigodnom uzorku od 1734 ispitanika, prosječne dobi 41,7 godina (raspon od 20 do 64 godine) iz svih dijelova Hrvatske. U uzorku je bilo 16% muškaraca i 84% žena. Svi sudionici u ovom istraživanju bili su zaposleni u državnim ustanovama socijalne skrbi (domovi umirovljenika, centri za socijalnu skrb, domovi za djecu, za osobe s posebnim potrebama i sl.), što objašnjava relativno malen udio muških sudionika u istraživanju i njihovu obrazovnu strukturu. Najviše ispitanika ima završenu višu školu (25%) ili fakultet (56%), dok samo 18% ispitanih osoba ima završenu srednju školu ili neku kvalifikaciju, a samo 13 osoba (1% od ukupnoga broja) ima završenu samo osnovnu školu. Ispitivanje je provedeno u proljeće 2003. Prema statističkim pokazateljima Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi, ovaj uzorak ispitanika predstavlja oko 45% populacije stručnih djelatnika u sustavu socijalne skrbi iz 2003. godine.

Instrumenti

U istraživanju su primijenjeni: Upitnik kvalitete življenja, Skala životnog zadovoljstva, Skala osobne sreće te nekoliko pitanja o socio-demografskim osobinama ispitanika (dob, spol, stupanj obrazovanja i sl.).

Upitnik kvalitete življenja

Upitnik kvalitete življenja (*The Quality of Life Profile*; Raphael i sur., 1995.) omogućuje izradbu profila kvalitete na devet područja života. To su: 1. fizičko stanje, koje se odnosi na tijelo i zdravlje; 2. psihičko stanje, koje se odnosi na misli i osjećaje; 3. duhovni život, koji se odnosi na vjerovanja, stavove i vrijednosti; 4. fizička okolica, koja se odnosi na mjesto gdje se živi i provodi vrijeme; 5. društvena okolina, koja se odnosi na bliske osobe i prijatelje; 6. javna okolina, odnosno pristup društvenim dobrima te još tri područja: 7. praktična aktivnost (praktične stvari koje se rade); 8. razonoda (aktiv-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

nosti koje se obavljaju zbog užitka) te 9. razvojne aktivnosti (aktivnosti koje služe unapređenju). Prva tri područja pripadaju domeni Postojanja, druga tri domeni Pripadanja, a preostala tri domeni Razvoja.

Upitnik sadrži ukupno 54 čestice, za svako od 9 područja po 6 čestica.

Za svako od područja najprije se traži od ispitanika da procijeni "koliko mu je to važno u životu" (na skali od 1 = uopće mi nije važno, do 5 = izrazito mi je važno), a zatim da procijeni svoje "osobno zadovoljstvo" pojedinim od tih područja (na skali od 1 = uopće nisam zadovoljan do 5 = izrazito sam zadovoljan). Odgovori ispitanika na svakoj čestici pojedinoga područja ponderiraju se po formuli *Kvaliteta življenja* = $(\text{Važnost}/3) * (\text{Zadovoljstvo}-3)$. Ukupni rezultat formiran je zbrajanjem za svako područje života, a iskazan je i rezultat za svaku od tri domene. Na taj je način kvaliteta življenja visoka na onim područjima koja su procijenjena kao važna i kojima je osoba zadovoljna, a niža na područjima kojima je osoba zadovoljna, ali se procjenjuju kao nevažni. Najniža je kvaliteta življenja na područjima koja su važna, ali kojima osoba nije zadovoljna. Ovako ponderirani rezultati kreću se u teoretskom rasponu od -3,33 (izrazito nezadovoljstvo vrlo važnim životnim područjem) do +3,33 (izrazito zadovoljstvo vrlo važnim životnim područjem).

Pošto ispitanici procijene važnost i zadovoljstvo pojedinim od navedenih životnih područja, od njih se traži da za svako to područje procijene i mogućnost odlučivanja, odnosno kontrole (na skali od 1 – uopće ne odlučujem o tom dijelu života do 5 – potpuno odlučujem) i poboljšavanja kvalitete života u njemu (na skali od 1 – uopće nemam mogućnosti do 5 – imam jako puno mogućnosti). Ovi rezultati rabe se u interpretaciji i upućuju na želje i životne aspiracije pojedinca.

Koeficijent pouzdanosti za cijeli upitnik izračunan na našem uzorku ispitanika iznosi $\alpha=0.96$, dok se za pojedino područje kreće od 0.74 do 0.86 (fizičko stanje $\alpha=0.74$; psihičko stanje $\alpha=0.86$; duhovni život $\alpha=0.79$; fizička okolica $\alpha=0.82$; društvena okolica $\alpha=0.78$; javna okolica $\alpha=0.77$; praktične aktivnosti $\alpha=0.77$; razonoda $\alpha=0.84$ i razvojne aktivnosti $\alpha=0.86$).

Skala životnog zadovoljstva

Kao mjera opće procjene životnoga zadovoljstva upotrijebljena je Skala životnog zadovoljstva (*Satisfaction with the Life Scale*; Diener i sur., 1985.). Skala se sastoji od 5 tvrdnji koje ispitanici procjenjuju u skladu s tim koliko se slažu s pojedinom od njih (1 – izrazito se ne slažem do 6 – izrazito se slažem). Teoretski raspon rezultata kreće se od 5 do 30, pri čemu viši rezultat upućuje na procjene višega životnog zadovoljstva. Pouzdanost skale dobivena na našem uzorku ispitanika iznosi $\alpha=0.88$.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, L.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

Skala osobne sreće

Osobna sreća mjerena je Fordyceovom skalom sreće (*The Fordyce Scale*; Fordyce, 1988.). Na skali od 10 stupnjeva (10 – osjećam se iznimno sretnim do 1 – osjećam se iznimno nesretnim) ispitanici su procijenili koliko se općenito osjećaju sretnima. Uz to su u postocima trebali procijeniti koliko se vremena općenito osjećaju sretnima, nesretnima i u neutralnom raspoloženju, i to tako da zbroj svih procjena bude 100%.

Postupak

Ispitivanje je provedeno u ustanovama socijalne skrbi po cijeloj Hrvatskoj, individualno s poštanskim povratom. Zaposlenici su zamoljeni za sudjelovanje u istraživanju i objašnjeno im je da je ispitivanje anonimno te da je krajnji cilj upoznati se s razmišljanjima, problemima i prijedlozima stanovnika cijele Hrvatske na temelju kojih bi se poboljšala kvaliteta njihova života.

REZULTATI

Kvaliteta življenja, životno zadovoljstvo i osobna sreća – prosječni rezultati za cijeli uzorak ispitanika

Prosječne procjene kvalitete življenja po pojedinim područjima i domenama za ukupni uzorak ispitanika (N=1734) prikazane su u Tablici 1. Posebno su prikazane procjene važnosti, zadovoljstva, ponderirane kvalitete življenja, kontrole nad pojedinim područjem i mogućnosti da se ono poboljša.

● TABLICA 1
Deskriptivna statistika važnosti, zadovoljstva, ponderirane kvalitete življenja, kontrole i mogućnosti za poboljšanje 9 područja i 3 domene života (N=1734)

	Važnost M (SD)	Zadovoljstvo M (SD)	Ponderirana kvaliteta življenja M(SD)	Kontrola M (SD)	Mogućnost poboljšanja M (SD)
1. Fizičko stanje	4.2 (.45)	3.7 (.53)	1.0 (.80)	4.3 (.85)	3.6 (.82)
2. Psihičko stanje	4.3 (.49)	3.9 (.59)	1.3 (.91)	4.4 (.73)	3.9 (.77)
3. Duhovni život	4.1 (.54)	3.9 (.55)	1.3 (.84)	4.5 (.65)	3.9 (.82)
Postojanje	4.2 (.40)	3.8 (.47)	1.2 (.72)	4.4 (.61)	3.8 (.67)
4. Fizička okolica	4.2 (.52)	3.9 (.64)	1.2 (.94)	3.9 (.92)	3.3 (.97)
5. Društvena okolina	4.0 (.53)	3.9 (.53)	1.3 (.79)	3.5 (.98)	3.0 (.92)
6. Javna okolica	4.1 (.56)	3.4 (.61)	.6 (.88)	3.2 (.96)	3.0 (.87)
Pripadanje	4.1 (.44)	3.7 (.48)	1.0 (.72)	3.5 (.77)	3.1 (.77)
7. Praktične aktivnosti	4.0 (.53)	3.6 (.52)	.9 (.75)	4.0 (.80)	3.6 (.76)
8. Razonoda	3.7 (.59)	3.3 (.69)	.5 (.91)	4.1 (.87)	3.7 (.83)
9. Razvojne aktivnosti	4.1 (.53)	3.5 (.60)	.8 (.87)	3.9 (.89)	3.6 (.84)
Razvoj	3.9 (.47)	3.5 (.53)	.7 (.74)	4.0 (.70)	3.6 (.70)

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

općenito svoju kvalitetu življenja procijenili pozitivno (0.5-1.3) na svih 9 područja. Najpozitivnije procjene dobivene su za područja društvene okoline (bliskost s članovima obitelji, s bračnim drugom ili dragom osobom, prijateljima, poznanicima, druženje u malim skupinama) te za područja psihičkoga stanja i duhovnog života. Pitanja koja su se procjenjivala u okviru područja duhovni život odnose se na vjerovanja, stavove i vrijednosti: mogućnost slavljenja posebnih događaja, osjećaj da život ima smisla, nada u budućnost, religiozna i duhovna vjerovanja, pomaganje drugima kad im zatreba. Psihičko stanje obuhvatilo je procjene prihvaćanja i doživljavanja sebe, procjene mentalnoga zdravlja, raspoloženja, razmišljanja i samostalnog odlučivanja.

Relativno najniže procijenjena su područja javne okolice i sva razvojna područja (procjene ispod +1). Uzimajući u obzir pojedinačna pitanja koja ulaze u ta područja, najniža kvaliteta življenja procijenjena je s obzirom na mogućnost odlaska na javne zabave i proslave, mogućnost posjećivanja prijatelja, uključivanja u organizirani sport i rekreaciju, bavljenja hobbijem, aktivnostima za razonodu te mogućnost odlaska na odmor i praznike. Sljedeće po rangui niže kvalitete življenja jest područje javne okolice, koja uključuje mogućnost odlaska na razna mjesta (dućani, restorani), posjećivanja posebnih događaja (kino, sajmovi), mogućnost obrazovanja, posla, pristup profesionalnim servisima (medicinskom, socijalnom i sl.) te količinu novca što ga posjeduju.

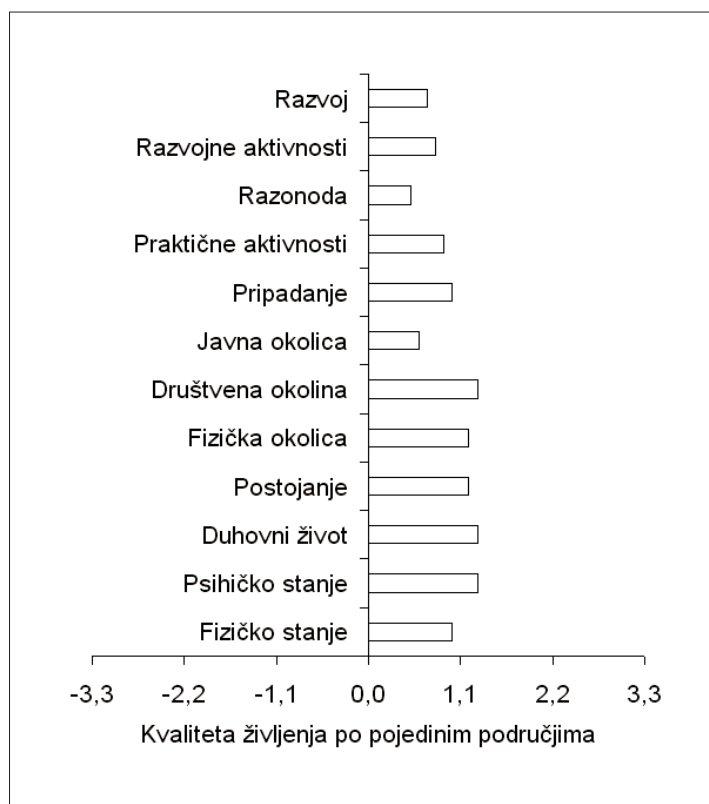
Najvažnija domena kvalitete življenja kojom su ispitanici bili i najzadovoljniji jest domena Postojanja, zatim Pripadanja, a treća po rangui je domena Razvoja. Pri tome je domena Postojanja ujedno procijenjena s najvećom mogućnosti odlučivanja i poboljšanja, druga po rangui je domena Razvoja, a najmanju mogućnost odlučivanja i poboljšanja ispitanici vide u domeni Pripadanja.

Prosječne procjene životnoga zadovoljstva, osobne sreće i postotka vremena kada se osobe koje profesionalno pomažu drugima osjećaju sretno, nesretno ili neutralno prikazane su u Tablici 2.

Procjene sreće pokazuju da se osobe koje profesionalno pomažu drugima osjećaju relativno sretno i zadovoljno, najveći dio vremena osjećaju se sretno (55%), a najmanji dio nesretno (16,3%). U usporedbi s procjenama sreće dobivenim iste godine na reprezentativnom uzorku hrvatskih građana (Kaliterna Lipovčan i Prizmić-Larsen, 2006.), koje je pokazalo da su prosječne procjene osobne sreće bile 7.1 (sd=1.86), djelatnici u socijalnoj skrbi svoju su osobnu sreću (M=7.9; sd=1.43) procijenili statistički značajno višom ($t=12.46$, $p < 0.01$). Životno zadovoljstvo također je procijenjeno relativno visoko.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
 GOD. 15 (2006),
 BR. 4-5 (84-85),
 STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
 KALITERNA LIPOVCAN, LJ.:
 KVALITETA ŽIVLJENJA...



➔ SLIKA 1
 Prosječne procjene ponderirane kvalitete življenja na pojedinim područjima (N=1734)

➔ TABLICA 2
 Deskriptivna statistika rezultata na skalama životnoga zadovoljstva i osobne sreće (N=1734)

	M (SD)	TR
Sreća	7.9 (1.43)	1-10
% sretan	55.0 (23.47)	0-100
% neutralno	28.7 (19.31)	0-100
% nesretan	16.3 (13.16)	0-100
Životno zadovoljstvo	18.9 (4.68)	1-30

Kvaliteta življenja, životno zadovoljstvo i osobna sreća s obzirom na spol i dob

Razlike u ponderiranim procjenama kvalitete življenja po pojedinim područjima, mogućnosti njihove kontrole i poboljšanja s obzirom na spol i dob ispitanika utvrđene su multivarijantnim analizama varijance – MANOVA. Ispitanike smo po dobi podijelili u tri dobne skupine: a) mlađa – od 20 do 35 godina (25% od ukupnoga broja ispitanika), b) srednja – od 36 do 50 godina (58%) i c) starija – od 51 do 64 godine (17%). Zbog neujednačenoga broja ispitanika u podgrupama po spolu i dobi proveden je test homogenosti (Levenov test jednakosti u varijancama pogreške).

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

Rezultati ovih analiza pokazali su statistički značajan multivarijantni efekt spola (Wilksova $\lambda=0.977$, $F_{9,1691}=4.35$, $p<.01$) i dobi (Wilksova $\lambda=0.974$, $F_{18,3382}=2.52$, $p<.01$) za kvalitetu življenja te značajan efekt dobi za mogućnost kontrole (Wilksova $\lambda=0.961$, $F_{18,3372}=3.78$, $p<.01$) i mogućnost poboljšanja (Wilksova $\lambda=0.974$, $F_{18,3356}=2.52$, $p<.01$). Univarijantni testovi pokazali su da žene u odnosu na muškarce procjenjuju značajno višom kvalitetu življenja na područjima duhovnoga života ($F_{1,1699}=10.72$; $p<0.01$) i fizičke okolice ($F_{1,1699}=7.52$, $p<0.01$), dok mlađi ispitanici, u odnosu na starije, značajno višima procjenjuju društvenu okolinu ($F_{2,1699}=6.6$, $p<0.01$), razonodu ($F_{2,1699}=3.2$, $p<0.05$) i razvojne aktivnosti ($F_{2,1699}=3.7$, $p<0.05$).

Za mogućnost kontrole pojedinih područja utvrđen je samo značajan efekt dobi, a univarijantni testovi pokazali su da mlađi ispitanici procjenjuju da imaju veću mogućnost kontrole u odnosu na starije na području razonode ($F_{2,1694}=3.7$, $p<0.05$) i razvojnih aktivnosti ($F_{2,1694}=6.4$, $p<0.01$), dok stariji osjećaju da bolje kontroliraju područje fizičke okolice ($F_{2,1694}=12.7$, $p<0.01$) nego mlađi.

Mogućnost poboljšanja pojedinih područja procijenjena je značajno višim kod mlađih ispitanika na područjima fizičko stanje ($F_{2,1686}=4.1$, $p<0.05$), duhovni život ($F_{2,1686}=3.3$, $p<0.05$), društvena okolina ($F_{2,1686}=3.4$, $p<0.05$) te sva tri područja domene Razvoja ($F_{2,1686}=4.6$, $F_{2,1686}=4.2$, $F_{2,1686}=3.6$; $p<0.05$).

Dvosmjernom analizom varijance za zadovoljstvo životom kao zavisnom varijablom glavni efekt spola i dobi nije utvrđen, ali je dobiven značajan interakcijski efekt spola i dobi ($F_{2,1604}=4.32$; $p<.05$). Pri tome su muškarci mlađe i srednje dobi procijenili niže životno zadovoljstvo u odnosu na žene iste dobi, dok je u starijoj dobnoj skupini situacija bila obratna – žene te dobi manje su zadovoljne od muškaraca.

Kod procjena osjećaja sreće, bilo opće procjene ili postotka vremena u kojem se osjećaju sretnima, nisu utvrđene značajne razlike ni po dobi ni po spolu, kao ni interakcijski efekt dobi i spola.

Povezanost kvalitete življenja sa životnim zadovoljstvom i osjećajem sreće

Da bismo utvrdili u kojoj se mjeri životno zadovoljstvo i osjećaj sreće mogu objasniti procjenama kvalitete življenja na pojedinim područjima života, provedene su regresijske analize posebno za procjenu životnoga zadovoljstva te za procjenu osobne sreće. Rezultati ovih analiza prikazani su u Tablicama 6 (životno zadovoljstvo) i 7 (osjećaj sreće). U tablicama su navedeni samo značajni prediktori u regresijskim analizama.

➔ **TABLICA 3**
Rezultati regresijske analize (statistički značajne varijable u jednadžbi) na pojedinim područjima kvalitete življenja za procjenu životnoga zadovoljstva (N=1734)

Varijable	β	t	p
Psihičko stanje	.126	4.04	.000
Duhovni život	.083	2.67	.008
Fizička okolica	.142	5.29	.000
Društvena okolica	.114	3.98	.000
Javna okolica	.218	7.25	.000
Praktične aktivnosti	-.069	-2.11	.035

R= .57; R²= .32; F(9,1580)= 85.25; p=.000

➔ **TABLICA 4**
Rezultati regresijske analize (statistički značajne varijable u jednadžbi) na pojedinim domenama kvalitete života za procjenu životne sreće (N=1734)

Varijable	β	t	p
Fizičko stanje	.068	2.38	.018
Psihičko stanje	.317	10.34	.000
Duhovni život	.071	2.31	.021
Društvena okolica	.142	5.08	.000
Javna okolica	.150	5.08	.000
Praktične aktivnosti	-.093	-2.88	.004

R= .56; R²= .31; F(9,1669)= 85.64; p=.000

Rezultati ovih dviju analiza pokazuju da ista područja života pridonose i osjećaju životnoga zadovoljstva i sreće, iako ne istim redoslijedom. To je i razumljivo s obzirom na relativno visoku povezanost ovih dvaju pokazatelja subjektivne dobrobiti, koja je iznosila $r=0.61$ ($p>0.01$). Za životno zadovoljstvo najvažnijim prediktorima pokazala se procijenjena kvaliteta življenja u domeni Pripadanja (fizička, društvena i javna okolica), dok je osjećaju sreće najviše pridonijela kvaliteta življenja na području psihičkoga stanja. Domena Razvoja, tj. tri područja koja joj pripadaju, nije se pokazala prediktivnom za životno zadovoljstvo i sreću, osim što je područje praktične aktivnosti bila supresor-varijabla u obje regresijske analize.

RASPRAVA

Osnovno pitanje na koje je ovo istraživanje trebalo odgovoriti jest kakva je kvaliteta življenja, životno zadovoljstvo i osjećaj sreće osoba koje se profesionalno skrbe o drugima, tj. djelatnika u sustavu socijalne skrbi u Hrvatskoj. Međutim, treba imati na umu da su, osim po profesiji, ispitanici u ovom istraživanju specifični i po nekim demografskim osobinama. U odnosu na ukupno stanovništvo Hrvatske, oni su znatno obrazovaniji, čak 81% ima završenu višu školu ili fakultet, što je daleko iznad hrvatskoga prosjeka (oko 12% prema podacima Popisa stanovništva 2001.), a među njima većinu čine žene (84%). Osim toga važna je činjenica da su svi ispitanici u o-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

vom istraživanju bili zaposleni. Ove su osobine sasvim sigurno dijelom odgovorne i za neke od dobivenih rezultata. Radni status i razina obrazovanja u mnogim su se istraživanjima pokazali značajnim prediktorom životnoga zadovoljstva i osobne sreće (Easterlin, 2001.; Fernandez-Ballestros i sur., 2001.; Lucas i sur., 2004.; Veenhoven, 1996.). Rezultati našeg istraživanja pokazali su da je stupanj osobne sreće kod djelatnika socijalne skrbi viši od prosječnih procjena hrvatskoga stanovništva. Istraživanje provedeno iste godine na reprezentativnom uzorku hrvatskoga stanovništva pokazalo je da su prosječne procjene osobne sreće bile 7,1 (Kaliterna Lipovčan i Prizmić-Larsen, 2006.) dok je kod djelatnika u socijalnoj skrbi prosječna procjena osobne sreće bila 7,9. U prilog tomu idu i podaci da se od svih ispitanih djelatnika u socijalnoj skrbi samo njih 16% osjeća nesretno, dok se velika većina osjeća sretno ili neutralno.

Procjene kvalitete življenja na različitim područjima pokazale su da je relativno najveća kvaliteta življenja u domeni Pripadanja, zatim Postojanja, a najmanja u domeni Razvoja. Domena Pripadanja odnosi se u najširem smislu riječi na socijalne odnose i pripadanje obiteljskim i društvenim mrežama. Slični rezultati dobiveni su i u drugim europskim zemljama, a pokazuju da su osobe koje pomažu drugim ljudima – dobrovoljno ili profesionalno – bolje socijalno integrirane, pa time i zadovoljnije svojim odnosima s drugim ljudima i društvenim životom općenito (Bohnke, 2005.; Fernandez-Ballestros i sur., 2001.). Međutim, u okviru Pripadanja najniže se procjene odnose na područje javne okolice, tj. dostupnost usluga i servisa u zajednici, te posjedovanje materijalnih sredstava. S obzirom na ekonomske prilike u državi i relativno niske osobne dohotke djelatnika državnih službi, niska je procjena zadovoljstva ovim područjem očekivana, što potvrđuju i procjene mogućnosti kontrole i poboljšanja, koje su najniže upravo za to područje (Tablica 1). Kada tomu pridodamo relativno najniže procjene kvalitete življenja u okviru Razvoja, koji također više ovisi o društvenim okolnostima nego o pojedincu, očigledno je da bi unapređivanje mogućnosti što ih pruža zajednica znatno poboljšalo kvalitetu življenja osoba koje profesionalno pomažu drugima, a i društva u cjelini. Od sve tri domene kvalitete življenja domena Postojanja najviše se odnosi na pojedinca, tj. njegovo psihofizičko stanje. Ispitanici su na tom području procijenili relativno zadovoljavajuću kvalitetu življenja, što upućuje na dobro psihičko i fizičko zdravlje, koje je važno osobito u profesijama koje izravno pomažu drugima.

Usporedbe životnoga zadovoljstva i sreće s obzirom na dob i spol ispitanika u skladu su s rezultatima sličnih istraživanja, koja pokazuju da dob i spol nemaju velikog utjecaja

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

na životno zadovoljstvo i osjećaj sreće (Easterlin, 2001.; Lucas i Gohm, 2000., Kunzman i sur., 2000.). Razlike po spolu utvrdili smo samo u procjenama kvalitete življenja na područjima duhovnog života i fizičke okolice, koja su žene procijenile višom od muškaraca, dok su razlike po dobi utvrđene u pojedinim područjima kvalitete življenja (društvena okolica, razvojne aktivnosti i razonoda), kao i u mogućnosti kontrole i poboljšanja pojedinih područja, kojima mlađi ispitanici daju više procjene nego stariji (osim za fizičku okolicu, nad kojom stariji ispitanici procjenjuju da imaju više kontrole nego mlađi). Ovakvi rezultati u skladu su s nalazima drugih autora koji potvrđuju da važnost i zadovoljstvo pojedinim životnim područjima varira u različitim dobnim skupinama (Ryan i Deci, 2001.). Mlađi ispitanici zainteresiraniji su za razonodu, stjecanje znanja i iskustava, dok stariji pridaju više pozornosti svakodnevnim poslovima i aktivnostima (Ryff, 1991.).

Budući da su životno zadovoljstvo i osjećaj sreće ključni pokazatelji subjektivne dobrobiti i u novije se vrijeme sve više istražuje koji sve čimbenici mogu pridonijeti njihovu poboljšanju (Diener i Seligman, 2004.), jedan od ciljeva našeg istraživanja bio je i utvrditi kakav je doprinos zadovoljstva pojedinim životnim područjima procjenama životnoga zadovoljstva i sreće. Rezultati su pokazali da se životno zadovoljstvo i osjećaj sreće mogu objasniti najviše procjenama u domenama Pripadanja i Postojanja, pri čemu objašnjenju životnoga zadovoljstva najviše pridonose procjene na području javne okolice, dok osjećaju sreće najviše pridonose procjene psihičkoga stanja. Ovi su rezultati u skladu s očekivanjima, jer je životno zadovoljstvo kao kognitivna komponenta subjektivne dobrobiti više pod utjecajem društvenih okolnosti, dok je osjećaj sreće kao emocionalna komponenta najviše determinirana osobnim čimbenicima (Gundelach i Kreiner, 2004.).

Novija istraživanja upućuju na to da osobe koje su sretno i zadovoljne svojim životom imaju bolje odnose s okolinom, bolje ispunjavaju radne i obiteljske uloge, zdravije su, emocionalno stabilnije i bolje podnose stres na poslu i izvan njega (Diener i sur., 2002.; Hills i Argyle, 2001.; Lyubomirsky, 2001.). Rezultati ovog istraživanja pokazali su da je kvaliteta življenja, životno zadovoljstvo i osjećaj sreće osoba koje profesionalno pružaju pomoć drugima relativno visoka s obzirom na stresnu profesiju kojom se bave. S jedne strane, ovakvim rezultatima možemo biti zadovoljni, jer je kvaliteta življenja i mentalno zdravlje tih osoba preduvjet za obavljanje njihove profesionalne uloge pomaganja drugima. Međutim, s druge strane, valja unaprijediti kvalitetu življenja na onim područjima gdje je ona niska, a to su mogućnosti koje pruža zajednica i razne aktivnosti za obrazovanje, odmor i zabavu.

LITERATURA

- Bar-On, R., Brown, J. M., Kirkcaldy, B. D., Thome, E. P. (2000.), Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). *Personality and Individual Differences*, 28, 1107-1118.
- Bohnke, P. (2005.) *First European quality of life survey: Life satisfaction, happiness and sense of belonging*. Luxembourg: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, Office for Official Publications of the European Communities.
- Bowling, A. (1997.), *Measuring Health: A review of Quality of Life measurement scales*. Buckingham: Open University Press.
- Canam, C. i Acorn, S. (1999.), Quality of life for family caregivers of people with chronic health problems. *Rehabilitation and Nursing*, 24 (5): 192-196.
- Csikszentmihalyi, M. (1999.), If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 54 (10): 821-827.
- Diener, E. (2005.), *Guidelines for National Indicators of Subjective Well-being and Ill-being*. (Distribuirano putem e-maila članovima ISQOLS list server group).
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985.), The satisfaction with life scale: A measure of life satisfaction. *Journal of Personality Assessment*, 49: 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E. i Oishi, S. (2002.), Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. U: C. R. Snyder i S. J. Lopez (ur.), *Handbook of positive psychology* (str. 463-473), New York: Oxford University Press.
- Diener, E. i Seligman, M. E. P. (2004.), Beyond money. Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5: 1-31.
- Easterlin, R. A. (2001.), Life cycle welfare: trends and differences. *Journal of Happiness Studies*, 2: 1-12.
- Fernandez-Ballestros, R., Zamarron, M. D. i Ruiz, M. A. (2001.), The contribution of socio-demographic and psychosocial factors to life satisfaction. *Aging and Society*, 21: 25-43.
- Fordyce, M. W. (1988.), A review of results on the happiness measures: A 60-second index of happiness and mental health. *Social Indicators Research*, 20: 355-381.
- Gundelach, P. i Kreiner, S. (2004.), Happiness and life satisfaction in advanced European countries. *Cross-Cultural Research*, 38: 359-386.
- Hills, P. i Argyle, M. (2001.), Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and Individual Differences*, 31: 1357-1364.
- Kaliterna Lipovčan, Lj. i Prizmić-Larsen, Z. (2006.), What makes Croats happy? Predictors of happiness in representative sample. U: A. Delle Fave (ur.), *Dimensions of well-being. Research and intervention* (str. 53-59), Milano: Franco Angeli.
- Kunzman, U., Little, T. D. i Smith, J. (2000.), Is age related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Ageing*, 15 (3): 511-526.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y. i Diener, E. (2004.), Unemployment alters the set point of life satisfaction. *Psychological Science*, 15: 8-13.

Lucas, R. E. i Gohm, C. L. (2000.), Age and sex differences in subjective well-being across cultures. U: E. Diener i E. M. Suh (ur.), *Culture and Subjective Well-Being* (str. 292-317), Cambridge, Massachusetts: The MIT Press.

Lyubomirsky, S. (2001.), Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56 (3): 239-249.

Moody, L. E. i McMillan, S. (2003.), Dyspnea and quality of life indicators in hospice patients and their caregivers. *Health and Quality of Life Outcomes*, 1 (9): 1-12.

Popis stanovništva, kućanstava i stanova. 31. ožujka 2001. Državni zavod za statistiku <http://www.dzs.hr/Hrv/Popis%202001/popis20001.htm>

Raphael, D., Smith, T., Brown, I. i Renwick, R. (1995.), Development and Properties of the Short and Brief Versions of The Quality of Life Profile: Seniors Version. *International Journal of Health Sciences*, 6: 161-168

Renwick, R., Brown, I. i Nagler, M. (1996.), *Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation: Conceptual Approaches, Issues, and Applications*. Thousands Oaks, CA: Sage.

Renwick, R., Brown, I. i Raphael, F. (1994.), Quality of Life: Linking a conceptual approach to service provision. *Journal on Developmental Disabilities*, 3: 32-44.

Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2001.), On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Reviews of Psychology*, 52: 141-166.

Ryff, C. D. (1991.), Possible selves in adulthood and old age: a tale of shifting horizons. *Psychology of Aging*, 6: 286-295.

Veenhoven, R. (1996.), The study of life satisfaction. U: W. E. Saris i sur. (ur.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (str. 11-48), Eötvös University Press.

Quality of Life, Life Satisfaction and Happiness in Professional Care Givers

Andreja BRAJŠA-ŽGANEC, Ljiljana KALITERNA LIPOVČAN
Institute of Social Sciences Ivo Pilar, Zagreb

The aim of the study was to examine overall quality of life, life satisfaction and happiness in professional care givers, to explore age and gender differences in some indicators as well as to examine the relationships between satisfaction with specific life domains and measures of happiness and life satisfaction. The results showed that the overall degree of quality of life, life satisfaction and happiness was relatively

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVČAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

high, taking into account the stressful job that these people have. Among nine specific domains of quality of life, the highest ratings were obtained for the domains of social belonging, psychological and spiritual being, while the lowest were community belonging and three becoming domains. In comparison to men, women rated the domains of spiritual being and physical belonging significantly higher, while younger subjects rated the domains of social belonging, leisure and growth becoming significantly higher than older subjects. Results of regression analyses showed that the life satisfaction ratings were best predicted by satisfaction with physical, social and community belonging, while happiness ratings were best predicted by quality of life in the psychological being domain.

Key words: quality of life, happiness, life satisfaction, care givers

Lebensqualität, Zufriedenheit mit dem Leben und Glücksempfinden bei Personen, die beruflich anderen Menschen helfen

Andreja BRAJŠA-ŽGANEC, Ljiljana KALITERNA LIPOVČAN
Ivo-Pilar-Institut für Gesellschaftswissenschaften, Zagreb

Mit dieser Arbeit sollten die Lebensqualität, die Zufriedenheit mit dem eigenen Leben und das individuelle Glücksempfinden von Personen ermittelt werden, die in Einrichtungen der sozialen Fürsorge beschäftigt sind. Die Verfasserinnen wollten herausfinden, ob sich bezüglich einzelner Indikatoren die Geschlechter unterscheiden und inwiefern die Einschätzung der Lebensqualität in verschiedenen Lebensbereichen zur Einschätzung der allgemeinen Zufriedenheit mit dem Leben und des Glücksempfindens beiträgt. Die Ergebnisse zeigten, dass die Lebensqualität, die Zufriedenheit mit dem Leben und das Glücksempfinden bei Personen, die beruflich anderen Menschen helfen, im Hinblick auf das Stresspotenzial ihres Berufs relativ hoch sind. Von neun Bereichen der Lebensqualität wurden das soziale Umfeld, der Seelenzustand und das geistige Leben am positivsten bewertet; am niedrigsten eingeschätzt wurden das öffentliche Umfeld und sämtliche Entwicklungsbereiche. Im Unterschied zu Männern stufen Frauen die Lebensqualität in den Bereichen des geistigen Lebens und des physischen Umfelds bedeutend höher ein, während jüngere Umfrageteilnehmer das soziale Umfeld, das Vergnügungspotenzial und Entwicklungsaktivitäten wesentlich höher bewerteten als ihre älteren Kollegen. Die Resultate der durchgeführten

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 15 (2006),
BR. 4-5 (84-85),
STR. 713-728

BRAJŠA-ŽGANEC, A.,
KALITERNA LIPOVCAN, LJ.:
KVALITETA ŽIVLJENJA...

Regressionsanalysen zeigten, dass die wichtigsten Prädiktoren für Zufriedenheit mit dem Leben die Einschätzungen zur Lebensqualität in den Bereichen des physischen, sozialen und öffentlichen Umfelds sind. Zum Glücksempfinden wiederum trägt die Lebensqualität im Bereich des seelischen Befindens am meisten bei.

Schlüsselwörter: Lebensqualität, Glücksempfinden, Zufriedenheit mit dem Leben, Fürsorgeberufe