

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Ana Plavčak
Dejavniki zadovoljstva z življenjem
Diplomsko delo

Ljubljana, 2009

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Ana Plavčak

Mentorica: red.prof.dr. Černigoj-Sadar Nevenka

Dejavniki zadovoljstva z življenjem

Diplomsko delo

Ljubljana, 2009

Nalogo posvečam svoji mami, ki je verjela, da mi bo uspelo, in očetu.

Hvala bratu za pomoč.

Največjo zahvalo pa vsekakor posvečam mentorici.

DEJAVNIKI ZADOVOLJSTVA Z ŽIVLJENJEM

Z razširitvijo raziskovanja na subjektivne vidike kakovosti življenja je v sociološko raziskovanje stopil tudi pojem sreče. Cilj moje naloge je bil ugotoviti, kako je zadovoljstvo z življenjem povezano z ekonomskim položajem. Posebno pozornost pa sem posvetila še ostalim možnim dejavnikom, kot so zakonski stan, starost in vera. V uvodu sem predstavila teoretska izhodišča: teorije zadovoljstva z življenjem, opredelitev pojma in teorije osebnosti, model »velikih pet« dejavnikov osebnosti ter sociološke raziskave na področju zadovoljstva z življenjem v Sloveniji in postavila hipoteze. Pojasnila sem teoretične koncepte, kot so zadovoljstvo z življenjem, sreča in blagostanje. Empirična raziskava je bila narejena na vzorcu 100 ljudi, različne starosti in ekonomskega položaja. Ugotovila sem, da denar ne vpliva na zadovoljstvo z življenjem, le v primerih izjemne revščine. Korelacije med osebnim dohodkom in drugimi kazalci ekonomskega položaja in življenjskim zadovoljstvom so nižje, kot korelacije med vero, zakonskim stanom in življenjskim zadovoljstvom. Prihodek in ekonomski položaj sta podobno kot drugi dejavniki, kot so spol, starost, izobrazba in zdravstveno stanje, v manjši meri povezana z življenjskim zadovoljstvom, kot so povezani notranji, psihični dejavniki, kot so osebnost, genetski dejavniki, izkušnje, samopodoba, emocionalni, motivacijski in kognitivni dejavniki, cilji ter vrednote. Zaključila sem z ugotovitvijo, da so v primerjavi s psihičnimi dejavniki za zadovoljstvo z življenjem manj pomembni materialni in sociološki dejavniki.

Ključne besede: zadovoljstvo z življenjem, sreča, ekonomski status, vera

FACTORS OF SATISFACTION WITH LIFE

With extension of research on subjective indicators of quality of life sociology research began to explore the concept of happiness. The main goal of my research was to find out how satisfaction with life is related to person's economic position. I took special attention to other possible factors such as gender, age and religion. I presented theoretical backgrounds initially: the theory of satisfaction with life, definition and concept and theory of personality, "Five factor model" of personality and sociological research on satisfaction with life in Slovenia and stated hypotheses. I had explained theoretical rudiments as are satisfaction with life, happiness and welfare. Research was made empirical on sample of 100 people different age and economical status. I found that money does not influence on satisfaction with life, only in cases of exceptional poverty. Correlations between religion, wedlock and life satisfaction are higher than correlations between personal income and other pointers of economic position. Economic position is similarly as other factors as are gender, age, education, state of health in smaller measures connected with life satisfaction as are connected internal, psychic factors such as personality, genetic factors, experiences, self-image, emotional, motivational factors, goals and values. I finished with statement that psychological points of view of quality of life are more important from material and sociological.

Keywords: satisfaction with life, happiness, economic status, religion

Kazalo

1	UVOD.....	8
1.1	Subjektivni (emocionalni) blagor in zadovoljstvo z življenjem.....	10
1.1.1	Teorije zadovoljstva z življenjem.....	12
1.1.2	Merjenje subjektivnega blagostanja ter zadovoljstva z življenjem	17
1.2	Oprelitev pojma osebnosti in teorije osebnosti	18
1.2.1	Model »velikih pet« dejavnikov osebnosti	20
1.2.2	Osebnost in življenjsko zadovoljstvo	21
1.2.3	Genetski vpliv, dednost in spol v korelaciji z zadovoljstvom z življenjem	23
1.2.4	Vpliv vernosti na zadovoljstvo z življenjem.....	24
1.3	Medkulturni in mednarodni vidiki subjektivnega blagostanja	25
1.4	Sociološke raziskave na področju zadovoljstva z življenjem v Sloveniji	28
1.5	Skandinavski način raziskovanja kazalcev življenjskih pogojev – Allardtov pristop	34
2	PROBLEM IN HIPOTEZE	36
3	METODA.....	37
3.1	Vzorec	37
3.1.1	Način izbora vzorca - Postopek.....	37
3.2	Pripomočki.....	42
3.2.1	Lestvica zadovoljstva z življenjem (SWLS)	42
4	REZULTATI.....	43
4.1	Ekonomski položaj in zadovoljstvo z življenjem	43
4.2	Vernost in zadovoljstvo z življenjem	44
4.3	Zadovoljstvo v partnerski vezi in zadovoljstvo z življenjem.....	46
4.4	Starost in zadovoljstvo z življenjem	48
5	RAZPRAVA.....	50
6	SKLEP	52
7	LITERATURA.....	53

PRILOGA A: primer vprašalnika	56
-------------------------------------	----

Kazalo tabel in grafov

Tabela 1.1: Subjektivno zadovoljstvo in nacionalnost	26
Graf 1.1: Intenzivnost občutkov sreče od leta 1981 do 2002	29
Tabela 1.2: Intenzivnost občutkov sreče in slojevska pripadnost, izobrazba, spol, zdravje ter starost	31
Tabela 1.3: Zadovoljstvo z življenjem in s posameznimi področji življenja (v % od populacije 18 let in več)	33
Tabela 1.4: Kazalci življenjskih pogojev	35
Graf 3.1: Delež udeležencev glede na spol	38
Graf 3.2: Starost udeležencev	39
Graf 3.4: Ekonomski položaj udeležencev	39
Graf 3.5: Verski položaj udeležencev	40
Graf 3.6: Zakonski stan udeležencev	40
Graf 3.7: Situacija udeležencev v partnerskem odnosu	41
Tabela 4.1: T test med nizkim ekonomskim položajem in SWLS	43
Tabela 4.2: T test med visokim ekonomskim položajem in SWLS	43
Graf 4.1: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za verne/neverne skupine udeležencev	44
Tabela 4.3: T test med SWLS in vernostjo	45
Graf 4.2: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za verne/poročene/srečne v odnosu ter neverne/neporočene/nesrečne v odnosu	46
skupine udeležencev	46
Tabela 4.4: T test med ekstremnima skupinama:	47
Graf 4.3: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za posamezne starostne skupine udeležencev ankete	48

Tabela 4.5: Analiza variance za starostne skupine49

1 UVOD

“Kako doseči, zadržati in povrniti srečo, to je za vse ljudi v vseh časih skrit motiv za vse, kar počno!” (James 1890, 34)

Velikokrat sem se spraševala, kaj je sreča? Kaj je zadovoljstvo? Kdaj si blažen? Kako postati in ostati srečen? Si srečo krojim sama ali na moje videnje sreče delujejo zunanji dejavniki? Je morda srečen tisti, ki veliko zasluži ali ima veliko denarja? Je to morda tisto, ko ti nekdo vrača dano ljubezen? Je sreča to, da najdeš štiriperesno deteljico? Kdaj in kako doživimo pretok?

Takšna in podobna vprašanja se porajajo človeštvu že od nekdaj. Že antični misleci, npr. Aristotel, izpostavljajo pomembnost človekovega strmenja k sreči in jo povezujejo z uravnoveženim, umirjenim življenjem. Tudi stari vzhodni misleci so videli srečo v umirjenem življenju brez velikih želja, ki naj bi prinašale trpljenje in nezadovoljstvo. Tako antični kot tudi vzhodnjaški filozofi pa so bili mnenja, da sreča ni nekaj zunaj posameznika, kar je nekaterim dano, drugim pa ne, temveč je po naravi del psihe.

Šele v novejšem času se je res začelo uveljavljati raziskovanje pozitivnih vidikov človekove narave in življenja v psihologiji – trend pozitivne psihologije, in v tem terminu lahko najdemo pomembne raziskovalne prispevke, za katere ostajajo še vedno različna tolmačenja in nekaj dimenzij nepojasnjenih. Področje psihičnega zdravja, ki ni definirano zgolj kot odsotnost psihičnih motenj, ampak kot prisotnost več pozitivnih individualnih spremenljivk, je postalo interesno področje raziskovanja šele v zadnjem desetletju. Pozitivna psihologija se znanstveno ukvarja z optimalnim človeškim doživljanjem, s katerim pa je pogosto povezano tudi uspešnejše in učinkovitejše delovanje in obnašanje. Glavni namen raziskovanja sreče v sociologiji je bil izmeriti neekonomske učinke socialnih politik, zato so se raziskovalci lotili operacionalizacije in merjenja pojma sreče. Pomembnost pojma sreče v sociologiji pa je poudaril že Emile Durkheim. Sreča je relativna, saj se intenzivnost sreče in doživljanja le-te od družbe do družbe razlikuje. »Skladnost« med človeškimi potrebami in sredstvi za njihovo zadovoljitev pa je prisotna v vseh družbah (Durkheim 1972).

Z Durkheimove perspektive je sreča kolektivno občutje, zato pravi: »Ker so člani iste družbe postavljeni v podobne življenjske razmere in kolikor so izpostavljeni vplivu istega fizičnega in družbenega okolja, potem nujno obstaja določen način doživljanja sreče, ki jim je skupen« (Durkehim 1972, 225).

Ugotovitve Durkheima kažejo tudi na to, da so preprostejše družbe dosti bolj učinkovite pri usklajevanju človeških pričakovanj kot družbe, ki imajo visoko delitev dela. Iz tega sledi, da imajo tradicionalne družbe močnejše občutke sreče kot moderne družbe. Tradicionalni in moderni tip družbe se ne razlikujeta samo glede na občutke intenzivnosti sreče, temveč tudi glede pomembnih družbenih temeljnih občutkov. Med najpomembnejše prispevke Durkheima sodi vprašanje o odnosu med družbenim razvojem in srečo človeka - takšna vprašanja so pomembna pri sodobnem empiričnem raziskovanju. Če gledamo s strani metodologije, pa je zelo dobro upoštevati primerjalno in longitudinalno raziskovanje občutkov sreče (Bernik 2004, 177).

Današnje sodobne raziskave nam želijo pokazati, kakšna je povezava med občutki sreče (ta se izraža s socialno varnostjo in psihično blaginjo) in povečanjem ekonomske blaginje. Raziskave, opravljene v preteklih obdobjih, kažejo na to, da je povezanost med srečo in življenjskimi razmerami šibkejša prav v bogatejših družbah (Veenhoven 1984, 19). Ob izboljšanju življenjskih razmer se v slabše razvitih družbah občutki sreče močno povečajo, v bogatejših pa postajajo še manjši.

Znanstvena psihologija je v svojem razvoju nudila največ pozornosti številnim negativnim aspektom življenja, predvsem na tiste, ki povzročajo ali pomenijo težave, probleme in motnje v psihičnem ali osebnostnem delovanju. V psihologiji kar upravičeno govorimo, da je »negativno pristrana« (»misery biased«), kar lahko zelo jasno potrdimo z dejstvi: veliko več člankov in knjig je bilo napisanih o strahu, jezi, sovraštvu, agresivnosti in depresivnosti, kot pa o zadovoljstvu, veselju in sreči.

To je po eni strani razumljivo in celo logično, kajti če imamo pred očmi težnjo biti srečen kot inherentni cilj človeka, je smiselno raziskovati vse, kar nas lahko na tej poti ovira, od agresivnosti do psihopatologije.

Negativne pojave in značilnosti je treba raziskovati, saj imajo hude posledice tako za posameznika kot tudi za družbo (Musek in Avsec 2002, 43-45).

1.1 Subjektivni (emocionalni) blagor in zadovoljstvo z življenjem

Model zadovoljstva z življenjem je od leta 1984 razvijal Diener. Model zajema osrednjo in globalno spremenljivko dobrega počutja in življenjskega zadovoljstva, ki jo je Diener označil z izrazom subjective well-being (SWB), kot sinonim pa se uporabljata tudi pojma zadovoljstvo z življenjem (satisfaction with life) in subjektivni emocionalni blagor (subjective emotional well-being), ki pa sta nekoliko ožja od globalnega subjektivnega blagra (SWB). Subjektivni blagor je globalna dimenzija pozitivnega doživljanja sebe in sveta; gre za splošen, sestavljen pojem, ki vključuje več posameznih vidikov ali sestavin (Musek in Avsec 2002, 46).

Model subjektivnega blagostanja – v nadaljnjem besedilu SB – se je razvil v neke vrste notranjo paradigmo pozitivne psihologije (Musek in Avsec 2002, 46). Osredotoča se na globalno dimenzijo pozitivnega doživljanja sveta in sebe. Gre torej za generalni pojem, ki vključuje več posameznih komponent. Če poenostavimo, bi lahko izraz prevedli kot »subjektivno dobro počutje«, kot strokovni termin pa se je pojavil že omenjeni izraz »subjektivni blagor«. Obenem se pojem zadovoljstva z življenjem uporablja kot strokovni sinonim.

Subjektivno življenjsko zadovoljstvo opredeljuje posameznikovo oceno tega, kako pozitivno oz. negativno doživlja lastno življenje (Diener v Musek in Avsec 2002, 47). Pomensko ustreza pojmu sreče in nekateri raziskovalci ga uporabljajo tudi kot strokovni sinonim za bolj poljudni izraz sreča. Veenhoven življenjsko zadovoljstvo opredeljuje kot posameznikovo trajno občutje, da je življenje bilo in da je dobro. Meni, da gre za zaznavanje, da je sedanjí čas življenja ali življenje v celoti polno, smiselno in prijetno.

Življenjsko zadovoljstvo je torej kompleksen konstrukt, ki vključuje tako čustveni kot tudi spoznavni vidik:

- *spoznavna sestavina* se nanaša na življenjsko zadovoljstvo, na katerega vplivajo isti dogodki tekom daljšega časovnega obdobja oz. posameznikova implicitna primerjava dejanskega stanja z želenim,

- na *čustveno sestavino* pa običajno vplivaj posameznikove nedavne izkušnje (čustvena ocena); sestavljena je iz pozitivnih in negativnih čustev.

Koncept subjektivnega blagra je globalen in splošen, saj meri splošno oceno dobrega počutja, sreče in zadovoljstva. V ospredju so tri sestavine oz. dimenzije subjektivnega blagra: dimenzija pozitivnih čustev in razpoloženj, odsotnost negativnih čustev in razpoloženj ter ocena zadovoljstva z življenjem. Navedene komponente se med seboj povezujejo, ne pomenijo pa istega (Diener v Musek in Avsec 2002, 48). Dve osebi npr. lahko globalno enako vrednotita subjektivni blagor, vendar se razlikujeta v sestavinah, pri katerih dosejata različni ravni pozitivnih in negativnih čustev. Podobno moramo razlikovati čustvene dimenzije subjektivnega blagra od zadovoljstva. Ko npr. uspešno dokončamo neko dolgočasno delo, lahko izkusimo zadovoljstvo, čeprav bi težko rekli, da gre za močno pozitivno čustvo (Musek in Avsec 2002, 47).

Vse tri najpomembnejše sestavine subjektivnega blagra (tj. spoznavna sestavina ter pozitivna in negativna čustva) lahko razdelimo dalje še na njihove podsestavine, vsekakor najprej domene in nato facete. (Diener v Musek in Avsec 2002, 47) in nazadnje na specifične vidike subjektivnega blagra: zadovoljstvo z življenjem sestavljajo posamezne domene zadovoljstva, npr. zadovoljstvo s partnerjem, zakonom, prijatelji, rekreacijo; pozitivna čustva pa vključujejo čustvena stanja, npr. veselje, naklonjenost, ponos. Negativna čustva vključujejo negativna čustva, npr. tesnobo, sram, jezo, žalost, krivdo.

1.1.1 Teorije zadovoljstva z življenjem

Dejavnike, ki imajo vzročni učinek na SB, razlagamo s pomočjo modelov in teorij SB. Rezultati raziskav kažejo tako na genetske kot tudi na okolijske dejavnike SB. V prvo skupino razlag prištevamo tiste, ki SB razlagajo z genetskimi in temeljnimi motivacijskimi dejavniki, v drugo pa teorije, ki poudarjajo vplive izkušenj in socialnega okolja (kontekstne teorije). V tej skupini so zlasti pomembne teorija ravni adaptacije, teorija socialnega primerjanja in telična teorija (Musek in Avsec 2002, 51).

Motivacijske teorije: Zadovoljevanje temeljnih potreb:

Mnogi avtorji predpostavljajo, da je izvor sreče v zadovoljevanju temeljnih potreb (Maslow 1954). Predpostavljajo, da je zadovoljitev temeljnih potreb nujen, ne pa tudi zadosten pogoj za srečo. Mnogi posamezniki niso srečni in zadovoljni z življenjem, čeprav uživajo tako materialno obilje kot tudi ugled. Maslow meni, da je pogoj za srečo dosežena raven samoaktualizacije.

Kontekstne teorije:

- ***Raven adaptacije in dinamično ravnovesje:***

Kontekst človekovih izkušenj vpliva na to, kako srečno in zadovoljno se ljudje počutijo, vendar je prispevek dejavnikov, kot so npr. dohodek, zdravstveno stanje ipd., k subjektivnemu blagru pravzaprav nepričakovano majhen. Možno je, da med prilagajanjem izkušnjam prihaja do habituacije. Proces habituacije je na področju zaznavanja razložil Helson leta 1964 (Musek in Avsec 2002, 48) s pomočjo teorije adaptacijske ravni. Po tej teoriji so naše ocene dražljajev odvisne od preteklih izkušenj oz. njihovega povprečja: le dražljaje, ki odstopajo od povprečja, bomo zaznali in ocenili v določeni smeri, sicer pa jih bomo ocenjevali kot nevtralne in neizrazite. Bolj ko se nek dražljaj razlikuje od povprečja, bolj spreminja to povprečje, pri čemer imajo odločilno vlogo predvsem novi dražljaji. Rezultati raziskav so pokazali, da bi lahko zakonitosti ravni adaptacije veljale tudi na drugih spoznavnih področjih (Musek in Polič 1971). Omenjena teorija je izrazito kontekstna teorija, saj razlaga, da so naše zaznave odvisne od njihovega konteksta.

Po mnenju raziskovalcev se na spremenjene življenjske okoliščine posamezniki najprej močno odzovejo, a se postopno vrnejo na temeljno raven povprečja (Brickman v Musek in Avsec 2002, 48). Vsaj za nekaj časa lahko razveseljiv dogodek dvigne raven adaptacije za toliko, da tudi razveseljivih dogodkov ne ocenjujejo več pozitivno, saj zbledijo ob velikem uspehu.

Življenjskih dogodkov torej ne ocenjujemo po njihovi dejanski, temveč po njihovi kontekstualni vrednosti. Celo neprijetni dogodki SB ne spremenijo trajno, le za enega do treh mesecev; enako velja za prijetne dogodke (Diener 2000a). Čeprav habituacija in adaptacija pomembno učinkujeta na SB, saj zmanjšujeta njegovo spreminjanje, slednjega vseeno ne izenačita popolnoma. Možno je, da je temeljna raven SB genetsko določena in variira glede na temeljne osebnostne razlike in razlike v temperamentu, pri čemer na to raven vplivajo izkušnje in življenjski dogodki, ga do neke mere spreminjajo, zaradi habituacije pa se posamezniki vračajo na temeljno raven (Diener v Musek in Avsec 2002, 48).

- ***Socialno primerjanje:***

Nekateri raziskovalci so si zastavili vprašanje, ali so razlike v SB morda posledica socialnih primerjav, ki nezavedno in zavedno potekajo v duševnosti posameznikov, in če se tako npr. bolj zadovoljne počutijo tisti, ki svoje primerjave oblikujejo glede na osebe, ki so po njihovi oceni manj srečne in nasprotno (Musek in Avsec 2002, 48). Po tej teoriji bi pričakovali, da se bodo povprečne ocene SB, merjene z Dienerjevo lestvico, ki vključuje temeljno oz. nevtralno oceno, gibale okoli slednje. Vendar pa se ocene gibljejo nad sredino, tj. nad nevtralno oceno (Diener v Musek in Avsec 2002, 48). Socialna primerjava torej ne more biti ključni dejavnik SB. Po tej teoriji bi si težko razlagali, zakaj npr. bolne in prizadete osebe skoraj enako pogosto izražajo zadovoljstvo z življenjem kot zdrave in neprizadete. Razlaga, da se morda primerjajo le s tistimi, ki so še bolj prizadete od njih samih, se zdi precej neverjetna (Musek in Avsec 2002, 48). Prav tako se niso pojavile razlike v SB pri osebah z enakim življenjskim standardom, glede na to, ali živijo v revnem ali bogatem okolju (Diener v Musek in Avsec 2002, 48). Možno je, da socialno primerjanje ne poteka na reprezentativen, temveč na selektiven način. Morda nezavedno v svoj primerjalni

vzorec izbiramo tiste osebe, ki bodo pozitivno spodbudile samospoštovanje in zaznavanje zadovoljstva. Takšen spodbudni sistem lahko imajo posamezniki, ki so objektivno na slabšem, kot tisti, ki so na boljšem od večine ljudi. Morda delujejo mehanizmi socialnega primerjanja v tem selektivnem smislu, medtem ko je pričakovanje, da bodo primerjalni vzorci odraz našega reprezentativnega socialnega okolja, preveč poenostavljeno (Taylor v Musek in Avsec 2002, 49).

- ***Doseganje zavestno postavljenih ciljev:***

SB je lahko odvisen od tega, kako dosežemo svoje cilje (Diener v Musek in Avsec 2002, 48). Ljudje z visokim SB ocenjujejo svoje cilje kot pomembnejše v primerjavi s posamezniki z nizkim SB, poleg tega se jim zdi bolj verjetno, da jih bodo dosegli (Emmons v Musek in Avsec 2002, 48). Ljudje z nižjim SB pa zaznavajo svoje cilje kot medsebojno bolj konfliktne (Emmons in King v Musek in Avsec 2002, 49). Doseganje nadpovprečnih ciljev veča doživljanje pozitivnih čustev in manjša doživljanje negativnih, doseganje podpovprečnih ciljev pa vodi k večanju negativnih čustev in manjšanju pozitivnih (Carver in Scheier v Musek in Avsec 2002, 49). Rezultati vzdolžne študije so pokazali, da zaznavanje napredka pri doseganju ciljev vodi do pozitivnih sprememb v SB, enak učinek ima tudi višja raven zavzetosti in angažiranosti pri doseganju ciljev (Brunstein v Musek in Avsec 2002, 49).

Učinek na SB je bolj pozitiven, če posameznikove strategije doseganja ciljev ustrezajo njegovim osebnostnim značilnostim in situacijskim zahtevam. Pesimisti npr. boljše rešujejo naloge v pogojih, ko je potrebno razmišljati, optimisti pa v pogojih distrakcije (Norem in Cantor v Musek in Avsec 2002, 49). SB je tem višji, čim večja je skladnost med življenjskimi nalogami in socialnim kontekstom (Cantor in Harlow v Musek in Avsec 2002, 49).

Intrinzični cilji in nagrade (avtonomnost, kompetentnost, navezanost, pripadnost) imajo močnejši pozitiven učinek na SB kot ekstrinzični cilji (finančni uspeh, ugled, telesna privlačnost) (Kasser in Ryan v Musek in Avsec 2002, 49)

Življenjsko zadovoljstvo je odvisno od uspešnosti doseganja cilja, ki si ga posameznik zastavi. Med posamezniki obstajajo razlike glede na to, kateri cilji so jim pomembni.

Razlike v ciljih in vrednotah pomenijo različne vire življenjskega zadovoljstva. Tako so nekaterim posameznikom pomembni dosežki, nekaterim drugim na npr. intimni odnosi. Po tej razlagi je zadovoljitev posamezniku pomembnih potreb merilo posameznikovega življenjskega zadovoljstva.

Po teoriji socialnih norm sprejemljivo vedenje določajo kulturne norme: pomembno jih je upoštevati, kar posamezniku prinaša zadovoljstvo. Čeprav imajo posamezniki v isti kulturi podobne cilje, obstajajo glede na teorijo doseganja cilja med njimi znotrajkulturene razlike glede virov zadovoljstva. Za posameznikovo življenjsko zadovoljstvo je pomembno upoštevati kulturne norme, prav tako pa slediti osebnim ciljem. Teorija socialnih norm - kulturni model pojasnjuje individualne razlike v življenjskem zadovoljstvu s kulturnimi normami, model doseganja cilja pa predpostavlja učinek osebnih spremenljivk (Kasser in Ryan v Musek in Avsec 2002, 50).

Ob dokazanem delovanju vzročnih dejavnikov SB vseeno nobeden od modelov ne more pojasniti aspektov SB v celoti: vsak od njih pojasnjuje pomemben del variance SB, toda ne celotne. Vse dejavnike skupaj najboljšo povezuje model dinamičnega ravnovesja. Vloge posameznih dejavnikov in interakcije med njimi pa bodo najbrž dolgo predmet raziskovanja (Musek in Avsec 2002, 50). Enoten in celovit vzročni model ali teorija še ne obstajata, vendar je jasno, da bo takšen model moral vključevati tako genetske kot tudi okolijske dejavnike. Ti dejavniki delujejo po zakonitostih, ki jih izpostavljajo predvsem dve teoriji: teorija ravni adaptacije in teorija socialnega primerjanja. Tako učinki genetskih dejavnikov na SB kot tudi delovanje ravni adaptacije in socialnega primerjanja so podrti z dokazi (Musek in Avsec 2002).

Campbellov integracijski model:

Campbell in sodelavci so leta 1997 predstavili hevristični model, ki razlaga, da je subjektivni blagor funkcija posrednih in neposrednih učinkov demografskih spremenljivk (npr. spola, starosti, zakonskega položaja, kraja bivanja), objektivnih življenjskih pogojev (stanovanje, dohodek, socialna mreža, socialne dejavnosti, telesno in mentalno zdravje) in subjektivnih ocen doživljanj teh področij življenjskih

pogojev (subjektivna ocena lastnega zdravja, vida, sluha, mobilnosti, zadovoljstvo s finančnim stanjem in dejavnostmi, zadovoljstvo z družino in socialnimi odnosi). Objektivni življenjski pogoji imajo lahko neposreden učinek na SB, vendar ne napovedujejo posameznikove ocene teh pogojev. Možno je, da obstaja tesna zveza med objektivnim položajem na nekem področju in subjektivnim zadovoljstvom s tem področjem.

1.1.2 Merjenje subjektivnega blagostanja ter zadovoljstva z življenjem

Zadovoljstvo z življenjem se običajno meri s preprosto lestvico z eno ali več postavkami, ki od udeležencev zahteva, naj ocenijo, kako zadovoljni so s svojim življenjem (oz. s področjem življenja, ki ga merimo). Raziskovalci večinoma poročajo o visoki interni konsistentnosti in časovni stabilnosti (merske karakteristike lestvic so ugodnejše, kadar lestvico sestavlja več postavk).

(Diener v Cecić-Erpič 1998, 26) navaja, da večina raziskav, ki preučujejo zadovoljstvo, temelji na samoocenah posameznikov, obstajajo pa tudi drugi načini merjenja, kot npr. kodiranje tona govora in obraznih izrazov ter ocena posameznikovega zadovoljstva, ki jo poda druga oseba.

Subjektivno zadovoljstvo z življenjem so raziskovalci začeli preučevati z lestvicami, ki imajo eno samo postavko, kar ima (Diener v Košir 2001,8) tako prednosti kot tudi pomanjkljivosti. Prednost takšnega preučevanja je hitrost in preprostost postopka. Ena izmed glavnih pomanjkljivosti je, da takšne lestvice ne morejo pokriti vseh vidikov zadovoljstva, saj obsegajo samo vsoto posameznikove interpretacije vseh življenjskih področij in ne omogočajo natančne diferenciacije posameznikovega zadovoljstva. Diener meni, da moramo za preučevanje življenjskega zadovoljstva uporabljati lestvice, ki vsebujejo več postavk, razen če nas zanima le groba ocena posameznikovega zadovoljstva. (Košir 2001, 9).

Zaradi navedenih psihometričnih pomanjkljivosti lestvic z eno postavko so v poznih sedemdesetih letih prejšnjega stoletja raziskovalci začeli oblikovati lestvice z več postavkami. Prve takšne lestvice so bile namenjene preučevanju starostnikov. Na njihovi osnovi so pozneje razvili lestvice subjektivnega zadovoljstva z več postavkami, ki so jih uporabljali za različno stare udeležence (Košir 2001, 12). Spoznavno sestavino zadovoljstva merijo vprašalniki, kot je *SWLS* (Satisfaction With Life Scale), ki so ga vpeljali Diener, Emmons, Larsen in Griffin leta 1985. Uporabnost in metodološka primernost tega pripomočka je bila vsestransko raziskana. Ko se je koncept subjektivnega blagorja razširil in je zajel v bistvu tri sestavine (sestavina

pozitivnih čustev, sestavina negativnih čustev ter ocena zadovoljstva z življenjem), so raziskovalci Lestvico zadovoljstva z življenjem uporabljali predvsem za mero zadovoljstva z življenjem kot ene temeljnih komponent subjektivnega blaga. Obe drugi sestavini, pozitivna in negativna čustva, pa najpogosteje meri PANAS (Positive and Negative Affect Scale narejena s strani Watsona, Clarka in Tellegena leta 1988.

V nalogi je bila v prvem delu vprašalnika za merjenje zadovoljstva z življenjem uporabljena Lestvica zadovoljstva z življenjem SWLS - Satisfaction With Life Scale. To je najbolj poznana lestvica za merjenje zadovoljstva in je prevedena tudi v slovenščino. Lestvica obsega pet postavk, zastavljenih kot pozitivne trditve, na katerih udeleženci ocenijo svoj odnos do življenja na splošno. Pri vsaki postavki se na sedemstopenjski lestvici izrazi stopnja strinjanja s posamezno trditvijo (1-splošno ne drži, 4-nekaj vmes, 7-povsem drži). Vsota ocen pri posamezni postavki predstavlja posameznikovo zadovoljstvo z življenjem nasploh, pri čemer lahko na oceno gledamo bodisi relativno glede na trenutni vzorec ali pa absolutno glede na priloženo interpretacijo. Po njej so posamezniki, ki so dosegli 5-9 točk skrajno nezadovoljni z življenjem, 10-14 točk zelo nezadovoljni, 15-19 rahlo nezadovoljni, 21-25 nekoliko zadovoljni, 26-30 zelo zadovoljni in 31-35 skrajno zadovoljni z življenjem. Doseženih 20 točk predstavlja povsem nevtralno oceno.

1.2 Opredelitev pojma osebnosti in teorije osebnosti

Osebnost v splošnem lahko opredelimo kot razmeroma trajno in enkratno celoto duševnih, vedenjskih ter telesnih značilnosti posameznika (Musek 1991), čeprav jo je moč opredeliti tudi z drugih vidikov. Tako poznamo npr. esencialistične in individualistične opredelitve osebnosti. Mnogo avtorjev daje poudarek sestavljenosti in kompleksnosti osebnosti, med katerimi lahko razlikujemo med elementarističnim, analitičnim ter celostnim ali holističnim pristopom (Musek 1991). Nekateri avtorji poudarjajo razvoj in spreminjanje osebnosti, osebnost pojmujejo kot proces, v katerem sestavine dinamično sovplivajo, posameznik pa ohranja identiteto, prav tako pa tudi

osebnost ohranja svoje bistvene poteze. Mnogi govorijo o odnosu med organizmom in okoljem. Kljub različnim pogledom lahko strnemo glavne opredelitve kategorije osebnosti, ki so trajnost in spremenljivost, individualnost in splošnost, sestavljenost in celovitost, določenost in avtonomnost ter objektivnost in subjektivnost (Musek 1991, 213-216).

Teorije osebnosti razdelimo na tiste, ki proučujejo vpliv dejavnikov znotraj ali pa zunaj osebe (Musek 1991, 217)

znotraj osebe:

- motivi, nagoni, potrebe, cilji, vrednote (psihodinamske teorije; Freud, Adler, Jung neoanalitiki, postanalitiki, McDougall, Murray, Lewin),
- poteze, lastnosti, tipi, dimenzije (potezne teorije, tipologije; Kretshmer, Sheldon, Allport, Guilford, Cattell, Eysenck),
- kognicije, predstave, sheme (kognitivne teorije; Piaget, Kelly, Carver, Scheier, atribucijske teorije);

zunaj osebe:

- dražljaji (vedenjske teorije; Dollard, Miller, Skinner),
- situacije (socialne teorije; Mead, Vigotski ter socialno-kognitivne teorije; Rotter, Bandura, Mischel).

1.2.1 Model »velikih pet« dejavnikov osebnosti

Kljub obstoju večjega števila teorij o osebnosti je od začetka devetdesetih let prejšnjega stoletja moč opaziti konvergentnost različnih vrst teoretskega proučevanja strukture osebnosti k modelu, ki vsebuje pet ortogonalnih, tj. razmeroma neodvisnih, ekskluzivnih dejavnikov (Digman in drugi 1994). Ti dejavniki so energija, sprejemljivost, vestnost, čustvena stabilnost in odprtost (Caprara 1997). Petfaktorska struktura osebnosti je bolj posplošena kot nekateri klasični modeli osebnosti. Njen pomemben doprinos k razvijanju osebnosti je ta, da omogoča integracijo rezultatov mnogih študij in različnih pristopov, ki so se ukvarjali in se še ukvarjajo s preučevanjem osebnosti (Costa in McCrae 1985). Rezultati študij kažejo, da se petfaktorska struktura potrjuje preko različnih teorij in preko različnih raziskovalnih pristopov (McCrae 1992). Za večino klasičnih teorij so na voljo podatki, ki podpirajo konvergentnost različnih modelov osebnosti k »velikim pet«. To velja za Catellovo teorijo in vprašalnik 16PF, Eysenckovo teorijo in vprašalnik EPQ, Myers-Briggsov indikator tipov, Minnesotski MMPI in MMPI-2, Comreyeve osebnostne lestvice, različne lestvice depresivnih osebnostnih slogov, za Hollandovo teorijo interesnih tipov ter njegov RIASEC model (Bucik in drugi 1995).

K »popularnosti« velikih pet dejavnikov prispeva tudi ujemanje le-teh z implicitno strukturo osebnosti. Rezultati raziskav kažejo, da gre pri petfaktorski strukturi za robustne dejavnike, ki se dosledno pojavljajo, kadar udeležence prosimo, naj ocenijo svojo osebnost ali osebnost nekoga drugega na podlagi velikega števila opisov osebnosti z največjo možno mero heterogenosti v vsebini (npr. s pomočjo pridevnikov, ki opisujejo osebnost, ali pa preko trditev v samoocenitvenem vprašalniku). Prednost modela »velikih pet« je tudi v skladnosti med dvema vejama raziskovanja osebnosti: leksikalne tradicije, v kateri vzamemo za opredelitev področij osebnosti jezikovne pridevnike osebnostnih potez, in tradicije osebnostnih vprašalnikov, v kateri razvijamo lestvice tako, da z njimi poskušamo meriti psihološke konstrukte, ki jih predlagajo ali predpostavljajo teorije osebnosti (Caprara in drugi 1997). Analiza odnosov med različnimi osebnostnimi opisniki je največkrat pokazala nujnost uporabe petih dejavnikov, in

sicer ne glede na postopke analiziranja podatkov, naravo in postopke ocenjevanja, značilnosti udeležencev (spol, starost, izobrazba, ipd.) ter jezikovne in kulturne kontekste (McCrae 1992). Pet dejavnikov predstavlja središčno točko tako implicitnih kot tudi eksplicitnih teorij osebnosti (Bucik in drugi 1995).

Za merjenje »velikih pet« sta Costa in McCrae leta 1985 oblikovala vprašalnik NEO-PI (NEO-Personality Inventory), iz katerega izhaja italijanska oblika vprašalnika avtorjev. (Bucik in drugi 1995). Slednji so opozorili na pomanjkljivost NEO-PI, saj so bili kriteriji, po katerih so bile v NEO-PI-R razvrščene poteze osebnosti, neenaki. Kritični so bili tudi do redundantnega števila osebnostnih potez oz. poddimenzij, ki so se med seboj po nepotrebnem prekrivale. Italijanska oblika vprašalnika upošteva teoretske predpostavke in empirične podatke McCraeja in Coste, vendar želi izboljšati nekatere slabosti izvirnega vprašalnika. Tako je nastal BFQ (Big Five Questionnaire), vprašalnik petih velikih dejavnikov osebnosti (Caprara 1997, 43), ki predstavlja tudi osnovo za slovensko različico vprašalnika za merjenje robustnih potez osebnosti.

1.2.2 Osebnost in življenjsko zadovoljstvo

Življenjsko zadovoljstvo je do neke mere podedovana lastnost, vsekakor pa je povezana z osebnostnimi dispozicijami in potezami (Musek in Avsec 2002, 53). Dispozicije in temperament do določene stopnje »narekujejo« raven življenjskega zadovoljstva, po drugi strani pa na to raven učinkujejo tudi dejanske izkušnje posameznika in pridobljeni oz. naučeni načini predelave informacij ter razlaganje stvarnosti. Sama inteligentnost in njene sestavine ne kažejo posebne povezanosti z življenjskim zadovoljstvom (Musek in Avsec 2002, 53).

Po izsledkih večjega števila raziskav tujih avtorjev med najboljše napovedovalnike življenjskega zadovoljstva sodita ekstravertnost in nevroticizem. To velja za vse tri sestavine SB (tj. pozitivna čustva, negativna čustva in zadovoljstvo z življenjem).

Povsem mogoče je, da so pod vplivom genetskih dejavnikov tudi tisti vidiki življenjskega zadovoljstva, ki se povezujejo z ekstravertnostjo in nevroticizmom ter njenimi poddimenzijami (Musek in Avsec 2002, 52). Prav tako je možno, da so nekatere poddimenzije temeljnih dimenzij osebnosti bolj dedljive od drugih in predvsem bolj dedljive od robustnih petih dimenzij. Možno je, da se vplivi posameznih genov lahko močnejše izrazijo pri bolj specifičnih sestavinah osebnosti (Musek in Avsec 2002, 52).

Subjektivni blagor se dejansko pomembno povezuje z nekaterimi dimenzijami osebnosti. Ekstravertnost in nevroticizem naj bi sodila med najboljše napovedovalce subjektivnega blagra (Costa in McCrae 1985), pri čemer je pozitiven afekt povezan z ekstravertnostjo in negativen afekt z nevroticizmom. V novejši norveški raziskavi (Vitterso 2001) so ugotovili, da je ekstravertnost povezana in tudi vpliva na pozitiven afekt, vendar pa je emocionalna stabilnost (torej pozitivni pol osebnostne dimenzije nevroticizma) močnejši prediktor tako pozitivnega kot tudi negativnega afekta in nasploh močnejši prediktor subjektivnega blagra.

Costa in McCrae sta leta 1985 ugotovila, da se osebnostne poteze emocionalnosti, strašljivosti (fearfulness), sovražnosti in impulzivnosti vprašalnika Velikih pet povezujejo z nizkim subjektivnim blagom (avtorja sta uporabljala pojem srečnosti in vprašalnik Oxford Happiness Inventory) ter še zlasti z visokim negativnim afektom, medtem ko sta na potezi sociabilnosti in aktivnosti povezovali z visokim občutjem srečnosti. Avtorja sta predpostavila povezavo med srečnostjo in osebnostnimi potezami za poteze ekstravertnosti, sociabilnosti in močjo/odločnostjo (*vigour*). V raziskavi Furnhama in Chenga leta 1997 so se za pomembne izkazale povezave srečnosti z vsemi petimi dejavniki vprašalnika Velikih pet. Hierarhična regresijska analiza podatkov je pokazala, da osebnostne poteze napovedujejo 43 % variance srečnosti (Musek in Avsec 2002, 53).

1.2.3 Genetski vpliv, dednost in spol v korelaciji z zadovoljstvom z življenjem

Rezultati minnesotske raziskave so pokazali, da je raven zadovoljstva bistveno bolj podobna pri enojajčnih dvojčkih, ki odraščajo ločeno, kot pri dvojajčnih dvojčkih, ki so živeli skupaj; o podobnih rezultatih poročajo tudi druge študije dvojčkov in rezultati posvojitvenih študij. Izkazalo se je celo, da ima SB, zlasti nekatere sestavine, razmeroma visoko raven dednosti. Genetski dejavniki pojasnjujejo 80 % variance pri dolgotrajnih negativnih čustvih, za SB pa se ta ocena giblje okrog 50 % (Tellegen v Musek in Avsec 2002, 57).

Znano je, da je temperament oz. velik del osebnosti pogojen z genetskimi dejavniki. Če se subjektivni blagor tesno povezuje z nekaterimi dimenzijami in poddimenzijami osebnosti, bi torej lahko bil samo po sebi odvisen od genetskih dispozicij. Genetski vpliv na subjektivni blagor je bil dokazan že večkrat, in sicer je raven srečnosti bistveno bolj izenačena pri enojajčnih dvojčkih, ki so odraščali ločeno, kot pri dvojajčnih dvojčkih, ki so odraščali skupaj. Lykken in Tellegen ocenjujeta, da genetsko pojasnimo 40 % variance subjektivnega blagra. Prav tako sta našla visoko pomembno povezanost v stopnji subjektivnega blagra pri enozigotnih dvojčkih, medtem ko je bila le-ta zanemarljivo majhna pri dvozigotnih dvojčkih. Avtorja to pojasnujeta z interakcijskim delovanjem dednih zasnov in ne s preprostim seštevanjem le-teh (Lykken in Tellegen 1996, 187).

1.2.4 Vpliv vernosti na zadovoljstvo z življenjem

Pomemben vpliv na posameznikovo subjektivno blagostanje ima posameznikovo versko prepričanje (Myers v Musek in Avsec 2002). Udeleženci v raziskavi Ellison leta 1991, ki so se označili za globoko verne, so poročali o višjem zadovoljstvu z življenjem, večji osebni sreči in manjši izpostavljenosti psihosocialnim posledicam po travmatskih življenjskih dogodkih. Pozitivna povezava gotovosti v religiozni prepričanosti in zadovoljstva z življenjem je še zlasti izražena pri starejših osebah in osebah z nižjo formalno izobrazbo.

Harold Koenig z Duke University Medical Centra v Durhamu je proučil 100 študij na to temo in jih našel 79, ki kažejo na to, da postanejo ljudje, ki se vključijo v življenje religiozne skupnosti, srečnejši in bolj zadovoljni s svojim življenjem ali pa kažejo več pozitivnih čustev kot ostali. Toda zakaj, se sprašujejo znanstveniki? Vera v Boga ali v življenje po smrti daje ljudem smisel in občutek skupnosti, zlasti v poznejših letih. Tudi v časih težkih življenjskih preizkušenj je lahko vera v Boga izjemna sila, ki daje človeku moč, da vzdrži. Najbolj koristna pri religioznosti je njihova mreža socialnih interakcij, a ne toliko zaradi sprejemanja kot zaradi dajanja. Študije so pokazale, da tisti, ki tolažijo in pomagajo drugim, čutijo več radosti in živijo dlje od drugih. Prav zaradi dajanja, ne samo druženja, ima religija boljši efekt na srečo posameznika kot druga združenja, recimo športna društva ali zbori. Toda, ali vplivajo določene religije na srečo bolj kot druge? Abbot Ferriss z univerze Emory v Atlanti, Georgia, je izvedel raziskavo širom ZDA in ugotovil, da so, čeprav ne izrazito, najsrečnejši protestanti. Med najbolj srečnimi verniki nasploh pa so bili fundamentalisti, ki so verjeli, da so na edini pravi poti (NewScientist 2009).

1.3 Medkulturni in mednarodni vidiki subjektivnega blagostanja

Večina podatkov in navedenih raziskav velja za zahodni, razviti svet. Vendar pa se predstave o kakovosti življenja in splošnem življenjskem zadovoljstvu med kulturami zelo razlikujejo. Pomembno vlogo bi lahko pripisali prilagojenosti življenjskim razmeram in kulturnemu okolju. Primerjalni standardi za oceno zadovoljstva z življenjem so v razvitem svetu in relativnem bogastvu precej drugačni kot v nerazvitem svetu in relativni revščini.

Diener in Diener sta leta 1985 ugotovila, da je samospoštovanje močnejši prediktor zadovoljstva z življenjem v individualističnih kot v kolektivističnih kulturah. Posamezniki, socializirani v individualističnih kulturah, so navajeni razmišljati o svoji lastni vrednosti, lastnih čustvih in lastni stopnji avtonomnosti, kadar sodijo o zadovoljstvu z življenjem. Nasprotno pa ljudje, vzgojeni v kolektivističnem okolju, prej razmišljajo, ali je zanje primerno, da čutijo samozadovoljstvo, ter se pri ocenjevanju zadovoljstva z življenjem osredotočajo na zadovoljstvo v njihovi družini, skupnosti (Diener in Biswas-Diener 2000). Suh in Oishi pa poročata o višji povezanosti emocij s subjektivnim blagom v individualističnih kot tudi kolektivističnih kulturah, prav nasprotno pa velja za norme. Te se močneje povezujejo s subjektivnim blagom v kolektivističnih kot v individualističnih kulturah. Sklepamo lahko, da se kriteriji za presojanje posameznikovega zadovoljstva z življenjem v različnih kulturah razlikujejo in da ti kriteriji temeljijo na vrednostnih preferencah določene kulture (Suh in Oishi 1999).

Razen tega imajo velik vpliv na subjektivni blagor medosebni odnosi, zlasti odnosi z družino in bližnjimi prijatelji. V tem se razviti in nerazviti svet ne razlikujeta tako močno, morda bi lahko celo trdili, da bi manj razvite (kolektivistične) družbe v tem pogledu nudile več zadovoljstva svojim članom (Musek in Avsec 2002). Kljub temu pa naj bi kalifornijski brezdomci imeli nižji subjektivni blagor, četudi so bolj prehranjeni kot kalkutski. Vendar pa imajo slednji neprimerno boljše socialne odnose in socialno podporo, kar pozitivno prispeva k njihovem subjektivnemu blagru. Prav tako ne gre zanemariti dejstva, da se kolektivistične – vzhodne in individualistične – zahodne

kulture med seboj razlikujejo tudi v vrednostnih sistemih. Tako ima boljše prehranjeni kalifornijski brezdomec nižji subjektivni blagor že zato, ker družba v njegovem okolju bolj ceni lastne dosežke, torej je razkorak med pričakovanji družbe in njegovim dejanskim stanjem izredno velik. Medtem pa družbeni sistemi na vzhodu (npr. v Kalkuti) kot pomembne poudarjajo skupnost, kar je brezdomcu v Kalkuti dostopno, prav tako pa ga družba okoli njega ne obsoja, ker v življenju ni ničesar materialnega dosegel.

Tabela 1.1: Subjektivno zadovoljstvo in nacionalnost

Subjektivno zadovoljstvo in nacionalnost											
1	Tanzania	3,2	25	Uganda	5,1	49	Japan	6,2	73	Britain	7,1
2	Zimbabwe	3,3	26	Algeria	5,2	50	Taiwan	6,2	74	Honduras (4)	7,1
3	Moldova	3,5	27	Jordan	5,2	51	Uzbekistan (4)	6,2	75	Germany	7,2
4	Ukraine	3,6	28	Kenya (4)	5,2	52	China (1)	6,3	76	El Salvador	7,2
5	Armenia	3,7	29	Turkey	5,2	53	Czechia	6,4	77	New Zealand	7,2
6	Belarus	4,0	30	Lebanon (4)	5,3	54	Greece	6,4	78	Belgium	7,3
7	Georgia	4,1	31	Montenegro	5,5	55	Nigeria	6,4	79	USA	7,4
8	Bulgaria	4,2	32	Slovakia	5,5	56	Philippines	6,4	80	Malta	7,5
9	Pakistan	4,3	33	South-Africa	5,5	57	France	6,5	81	Netherlands	7,5
10	Albania	4,4	34	Hungary	5,6	58	Indonesia	6,6	82	Canada	7,6
11	Angola (4)	4,4	35	Morocco	5,6	59	Chile	6,7	83	Guatemala (4)	7,6
12	Russia	4,4	36	Bangladesh	5,7	60	Israel	6,7	84	Ireland	7,6
13	Lithuania	4,6	37	Ivory Coast (4)	5,7	61	Slovenia	6,7	85	Luxembourg	7,6
14	Iraq	4,7	38	Senegal (4)	5,7	62	Uruguay	6,7	86	Mexico	7,6
15	Latvia	4,7	39	Bolivia (4)	5,8	63	Argentina	6,8	87	Norway	7,6
16	Egypt	4,8	40	South-Korea	5,8	64	Brazil	6,8	88	Australia	7,7
17	Ghana (4)	4,8	41	Croatia	5,9	65	Dom. Republic	6,8	89	Finland	7,7
18	Azerbaijan	4,9	42	Poland	5,9	66	Singapore	6,8	90	Sweden	7,7
19	Macedonia	4,9	43	Iran	6,0	67	Venezuela	6,8	91	Iceland	7,8
20	Mali (4)	4,9	44	Peru	6,0	68	Cyprus	6,9	92	Austria	8,0
21	Romania	5,0	45	Portugal	6,0	69	Italy	6,9	93	Colombia (5)	8,1
22	Bosnia	5,1	46	Kyrgyzstan	6,1	70	Spain	6,9	94	Switzerland	8,1
23	Estonia	5,1	47	Vietnam	6,1	71	Kuwait (4)	7,0	95	Denmark	8,2
24	Brazil	5,1	48	India	6,2	72	Saudi Arabia	7,0			

VIR: Avsec (2009).

V Tabeli 1.1 dosegajo najvišje stopnje subjektivnega zadovoljstva skandinavske države, kar lahko utemeljimo s tem, da je ekonomska razvitost pomemben dejavnik, ki v medkulturni perspektivi vpliva na subjektivno zadovoljstvo.

Ta je v razvitem demokratičnem svetu višji kot v revnejših deželah in deželah z manj razvito demokracijo ter zaščito človekovih pravic. Obenem pa je malce presenetljivo, da subjektivno zadovoljstvo ni povezano z indikatorji ekonomske rasti in s kulturno homogenostjo (Diener in drugi 1997). Zanimivi so tudi raziskovalni podatki, ki kažejo na nižje stopnje subjektivnega zadovoljstva v postkomunističnih družbah, ki se najbolj otepajo s tranzicijskimi težavami – tako v primerjavi s sosednjimi državami kot tudi v primerjavi z lastnim prejšnjim stanjem (Diener 2000a).

Medkulturne razlike v subjektivnem zadovoljstvu so lahko tudi posledica dejstva, da se emocije in emocionalna stanja različno ocenjujejo v različnih kulturah (Diener 2000b). Na Zahodu, v Latinski Ameriki in Evropi se pozitivne emocije vrednotijo bolj pozitivno in negativne bolj negativno, kot npr. na Daljnem vzhodu. Kitajci, Japonci in Korejci (morda vpliv konfucijanstva) npr. menijo, da so negativne emocije prav tako dobre kot pozitivne (vsaj v moralno vrednostnem smislu). Zadovoljstvo in sreča se ne ocenujeta tako visoko. Očitno obstajata dva pomembna kazalca subjektivnega zadovoljstva v mednarodnem in medkulturnem pogledu: ekonomska in demokratična razvitost na eni strani in moralne norme, ki se nanašajo na emocije. Oba sta neodvisna drug od drugega. Tako bi zgolj na podlagi ekonomskih kriterijev pričakovali, da bi moralo biti subjektivnega zadovoljstva v deželah Daljnega vzhoda več kot v Latinski Ameriki, vendar ni tako (Musek in Avsec 2002,58).

1.4 Sociološke raziskave na področju zadovoljstva z življenjem v Sloveniji

Analiza občutkov sreče slovenskega prebivalstva (Bernik 2004, 176-181) je temeljila na podatkih iz raziskav Slovensko javno mnenje (SJM), ki jih pod vodstvom profesorja Nika Toša opravlja Center za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij na Fakulteti za družbene vede. Te raziskave so edini podatkovni vir, ki med drugim omogoča longitudinalni pogled na občutke sreče v Sloveniji. Zaradi zagotovitve primerljivosti podatkov bomo upoštevali le tiste raziskave SJM, kjer so bila o doživljanju sreče postavljena enaka vprašanja. Analizirali bomo podatke iz enajstih raziskav, od katerih je prva iz let 1981/1982, zadnja pa iz leta 2002. V raziskavi SJM, ki je bila opravljena v letih 1981/1982, je bilo vprašanje o sreči sploh prvič zastavljeno v SJM, po letu 1990 pa se je v glavnem v dveh različicah – z enajst- ali petstopenjsko lestvico za odgovor – pojavljajo v vseh raziskavah. Primerjavo intenzivnosti občutkov sreče v Sloveniji z nekaterimi evropskimi državami bomo oprli na izsledke dveh mednarodnih raziskav, ki sta bili v Sloveniji opravljeni pod okriljem Centra za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij.

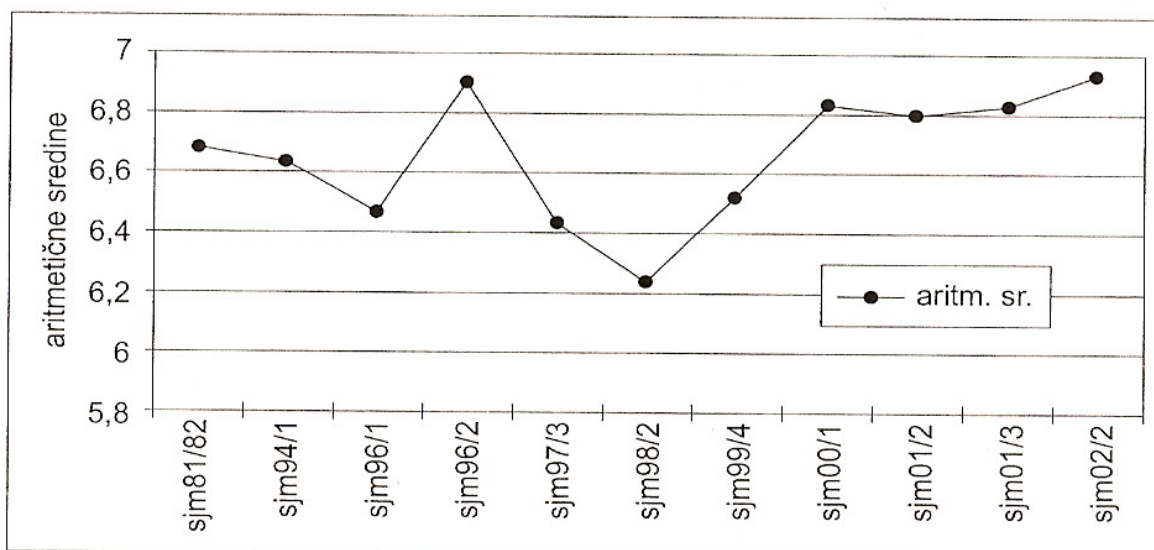
Pri preverjanju veljavnosti domneve, da so na intenzivnost občutkov sreče slovenskega prebivalstva v zadnjih dveh desetletjih močno vplivale splošne politične in gospodarske spremembe ter da so bila za te občutke značilna močna nihanja, je treba najprej omeniti dejstvo, da obstajajo primerljivi podatki za socialistično obdobje le iz leta 1981/1982. Naši podatki torej ne omogočajo vpogleda v spreminjanje občutkov sreče v osemdesetih letih, za katera naj bi bil po naši hipotezi značilen močan upad. Kljub tej omejitvi pa je v grafu – slika 2, v kateri so predstavljene povprečne vrednosti obravnavane spremenljivke iz enajstih raziskav, opravljenih v obdobju od 1981/1982 do 2004, mogoče razbrati nekaj trendov, ki so pomembni za presojo veljavnosti naše domneve o odnosu med občutki sreče in makrodružbenimi okoliščinami. Po tej domnevi bo morala biti ne le za krizna osemdeseta leta, temveč tudi za prva leta po slovenski osamosvojitvi značilna nižja povprečna intenzivnost občutkov sreče kot za obdobje stabilizacije nove politične in ekonomske ureditve.

Podatki v glavnem ne potrjujejo teh pričakovanj, saj je bila najnižja »povprečna sreča« izmerjena v letih 1997 in 1998 in ne v letu 1994. Še več – le leta 2002 je bila povprečna intenzivnost občutkov sreče višja kot v drugi meritvi leta 1996, pri čemer pa ni mogoče spregledati, da se rezultati prve meritve v tem letu močno razlikujejo od druge meritve. Čeprav podatkov iz zadnjih meritev ne moremo razumeti niti kot delno potrditev naše domneve, so vsekakor pomembni, saj v povezavi z drugimi podatki dopuščajo sklep, da časovno omejeno zniževanje življenjskega standarda ne vpliva na izrazito zniževanje intenzivnosti občutkov sreče, relativna ekonomska blaginja in politična stabilnost pa lahko razmeroma hitro vplivata na zviševanje njihove intenzivnosti (Bernik 2004, 179-181).

Graf 1.1: Intenzivnost občutkov sreče od leta 1981 do 2002

**(Povprečne vrednosti odgovorov na vprašanje: »Eni ljudje so bolj, drugi pa manj zadovoljni in srečni v življenju. Zanima nas, kako bi uvrstili sami sebe na spodnji lestvici glede na to, kako se počutite zadovoljni in srečni ali pa nezadovoljni in nesrečni.« Enajststopenjska lestvica, na kateri pomeni 0 popolnoma nesrečen in 10 popolnoma srečen.)*

Graf 1: Intenzivnost občutkov sreče od leta 1981 do 2002*



VIR: Bernik (2004, 181).

Večina raziskav zahodnih držav kaže, da ima družbeni položaj posameznikov majhen vpliv na njihovo doživljanje sreče. V središču hipoteze je ideja, da je v Sloveniji individualni družbeni položaj, še zlasti njegovi ekonomski vidiki, razmeroma močno povezan z intenzivnostjo občutkov sreče. To pričakovanje se zdi utemeljeno zlasti zato, ker naj bi bila tudi za ekonomsko razvitejše postsocialistične družbe značilna prevlada materialističnih vrednot nad postmaterialističnimi.

Mnogo težje pa je opredeliti in utemeljiti pričakovanja glede odnosa med življenjskim zadovoljstvom ter spolom in starostjo. Pri spolu se zdi utemeljena domneva, da so ženske v Sloveniji zaradi zapostavljenosti na nekaterih področjih ter še zlasti zaradi naraščajoče zavesti o tej zapostavljenosti na splošno manj srečne kot moški.

Ker je vpliv makrodružbenih okoliščin na povprečno raven občutkov sreče sicer zapleten, vendar pa nedvomen, je mogoče domnevati, da izpostavljenost posameznika oz. posameznice vplivu teh okoliščin v veliki meri določa njegove/njene občutke sreče. Zato smo bili zlasti pozorni na vpliv družbenega položaja na intenzivnost individualnih občutkov sreče. Utemeljeno bi bilo pričakovati, da so posamezniki z višjim ekonomskim in izobrazbenim položajem srečnejši, saj naj bi jim omogočal, da se bolj kot tisti z nizkim položajem izognejo neprijetnim dogodkom in doživetjem ter si tudi v negotovih časih zagotovijo dostop do prijetnih. Analiza kaže, da v Sloveniji vpliv družbenega položaja ni povsem zanemarljiv, vendar pa je razmeroma neznaten v primerjavi z občutkom zdravja in zakonskim stanom. To ugotovitev dopušča sklep, da na individualno srečo (tudi) v Sloveniji mnogo bolj kot makrodružbene razmere posameznikovega življenja vplivajo značilnosti njegovega mikrodružbenega sveta. Čeprav dogodki v tem razmeroma zaprtem svetu in njihovo doživljanje niso neodvisni od zunanjih družbenih vplivov, so mnogokrat enkratni in zato precej nedostopni za sociološko analizo. To pomeni, da se pri raziskovanju sreče sociologija lahko izkaže – kot je opozarjal že Durkheim – z analizo družbenih okoliščin, ki praviloma zelo posredno in od primera do primera različno posegajo v oblikovanje individualnih občutkov sreče.

Tabela 1.2: Intenzivnost občutkov sreče in slojevska pripadnost, izobrazba, spol, zdravje ter starost

Tabela 3: Intenzivnost občutkov sreče in slojevska pripadnost, izobrazba, spol, zdravje ter starost (rezultati regresijske analize)

SJM	F-statistika	Sign.	R ² – delež pojasnjene variance	Neodvisne spremenljivke	Stand. beta koefic.	Sign.
81/82	38.734	.000	0,104	ZDRAVJE*	0,265	0,000
				ZAKON. STAN	0,131	0,000
				IZOBRAZBA	0,090	0,000
				STAROST	-0,016	0,467
				SPOL	-0,002	0,911
94/1	22.349	.000	0,148	ZDRAVJE	0,292	0,000
				ZAKON. STAN	0,099	0,002
				IZOBRAZBA	0,074	0,032
				STAROST	-0,061	0,067
				SPOL	-0,084	0,008
96/2	21.442	.000	0,141	ZDRAVJE	0,249	0,000
				ZAKON. STAN	0,113	0,000
				IZOBRAZBA	0,072	0,036
				STAROST	-0,062	0,062
				SPOL	0,008	0,799
01/3	35.297	.000	0,195	ZDRAVJE	0,364	0,000
				ZAKON. STAN	0,078	0,007
				IZOBRAZBA	0,043	0,180
				STAROST	-0,055	0,081
				SPOL	0,035	0,217
02/2	39.111	.000	0,141	ZDRAVJE	0,298	0,000
				ZAKON. STAN	0,077	0,003
				IZOBRAZBA	0,093	0,000
				STAROST	-0,097	0,001
				SPOL	-0,054	0,030

VIR: Bernik (2004, 188).

Rezultati regresijske analize v prikazani tabeli kažejo, da ima med vsemi opazovanimi dejavniki največjo težo zdravje, saj je njegov vpliv na intenzivnost občutkov sreče v vseh petih meritvah statistično značilen. Osebe, ki se čutijo zdrave, so srečnejše od

tistih, ki niso zadovoljnimi s svojim zdravjem. Ta ugotovitev se ujema z izsledki raziskav zahodnih družb, ki kažejo, da je življenjsko zadovoljstvo višje »med tistimi, ki so fizični zdravi in polni moči« (Veenhoven 1995,33). Kot smo že nakazali, ta povezanost ni presenetljiva, saj posameznikovo/posamezničino zdravje oz. občutek zdravja in življenjske moči kaže na splošno zmožnost za spoprijemanje z življenjskimi izzivi. Zdravje oz. občutek zdravja je torej bolj ali manj neodvisno od družbenih okoliščin. Vendar pa tuje in slovenske raziskave kažejo, da vpliv ekonomskega statusa na zdravstveno stanje ni zanemarljiv (Černigoj-Sadar in Brešar 1996.) Zdravje je torej dvojni privilegij, saj po eni strani prispeva k ohranjanju ali celo zviševanju posameznikovega družbenega statusa, po drugi strani pa je dobrina, ki so jo bolj deležni ljudje iz višjih kot iz nižjih družbenih slojev. V odnosu med subjektivno oceno zdravja je torej mogoče prepoznati vzorec razporejanja družbenih dobrin, po katerem je tistim, ki že imajo, dodano, in tistim, ki nimajo, odvzeto. Ta vzorec je mogoče vsaj deloma prepoznati tudi v odnosu med neodvisnima spremenljivkama, izobrazba in družbeni status, ter občutkom sreče. Razen v meritvi iz leta 2001 se je vpliv izobrazbe na intenzivnost občutkov sreče v vseh meritvah pokazal za statistično značilnega. Ker je v slovenski družbi izobrazba razmeroma dober kazalec družbenega statusa, lahko iz teh podatkov sklepamo, da so (tudi) pri nas občutki sreče intenzivnejši pri pripadnikih in pripadnicah višjih slojev. To ugotovitev dopolnjujejo tudi podatki o odnosu med samopripisanim družbenim statusom (ta spremenljivka je bila vključena v tri od petih raziskav, ki jih zajema naša analiza) in srečo, saj je v analiziranih primerih vpliv samopripisanega statusa na intenzivnost občutkov sreče statistično značilen (Bernik 2004, 189).

V svoji raziskavi Kakovost življenja v Sloveniji 1994 je Ivan Svetlik meril zadovoljstvo z vprašanjem: »Gledano v celoti, ali ste zelo zadovoljni, dokaj zadovoljni, ne preveč zadovoljni z življenjem ali sploh niste zadovoljni z življenjem, ki ga živite?« Rezultati, ki jih kaže tabela 2, so na prvi pogled ugodni, saj le 17,1 % prebivalcev Slovenije s svojim življenjem ni zadovoljnih; 1,9 % pa jih sploh ni zadovoljnih. Če srednje vrednosti (niti zadovoljen niti nezadovoljen) pri zadovoljstvu z delom, plačo, prostim časom in stanovanjem razdelimo na polovico in prištejemo k vrednostim zadovoljstva oz. nezadovoljstva, pa se izkaže, da zadovoljstvo z življenjem sploh ni tako veliko.

Večji delež ljudi je bolj zadovoljen z delom in stanovanjem, kot pa s svojim življenjem v celoti.

Navedeni podatki nas po eni strani opozarjajo, da gre pri zadovoljstvu z življenjem res za nekakšen prerez zadovoljstva z različnimi področji življenja. Zato so tudi dobljene vrednosti za zadovoljstvo z življenjem nekako vmes med drugimi. Po drugi strani pa so nezadovoljstva s posameznimi področji življenja manj obremenjujoča kot nezadovoljstvo z življenjem v celoti. Mogoče je namreč zamenjati delodajalca in spremeniti plačo, mogoče je zamenjati stanovanje in način preživljanja prostega časa in s tem spremeniti tudi način življenja in zadovoljstvo z njim. Vendar je zelo težko en način življenja povsem zamenjati z drugim, s katerim bi bili potem zadovoljnejši. Zato več kot šestina s svojim življenjem nezadovoljnih ljudi nikakor ni zanemarljiva (Svetlik 1994, 337-339).

Tabela 1.3: Zadovoljstvo z življenjem in s posameznimi področji življenja (v % od populacije 18 let in več)

Tabela 1: Zadovoljstvo z življenjem in s posameznimi področji življenja (v % od populacije 18 let in več).

	ŽIVLJENJEM	ZADVOLJSTVO			STANO- VANJEM
		DELOM	Z/S PLAČO	PROSTIM ČASOM	
ZELO NEZADOVOLJEN (Sploh ni zadovoljen)	1.9	0.0	10.6	4.1	3.1
NEZADOVOLJEN (Ni preveč zadovoljen)	15.2	6.5	27.3	12.2	5.3
NITI ZADOVOLJEN NITI NEZADOVOLJEN		17.4	28.9	19.7	12.9
ZADOVOLJEN (Je dokaj zadovoljen)	71.2	62.3	33.2	58.1	57.7
ZELO ZADOVOLJEN (Je zelo zadovoljen)	11.6	13.8	0.0	5.9	21.0

VIR: Svetlik (1994, 339).

1.5 Skandinavski način raziskovanja kazalcev življenjskih pogojev – Allardtov pristop

Šved Allardt je kazalce zadovoljevanja potreb imeti, ljubiti in biti vpeljal v raziskovanje kakovosti življenja, zato se je večina raziskovalcev ravnala po njem. V današnjem času posamezniki sami pridobivajo sredstva in jih uporabljajo za zadovoljevanje potreb. Z raziskovanjem kakovosti življenja lahko posameznikom kot tudi širši javnosti podamo neekonomske mere za ocenitev njihovega položaja. Prav kakovost življenja je tista, ki povzroča oz. je nek osnutek, ki teži k višji kakovosti proizvodnje in k temu, da brez delovnega življenja ni storitev in izdelkov višje kakovosti (Svetlik 1996, 339).

Skandinavski način raziskovanja ni usmerjen samo v raziskovanje življenjske ravni, temveč je njegov pomemben del tudi raziskovanje kakovosti življenja. Ta se izraža v Allardtovem pristopu kot sestavnem delu merjenja blaginje oz. gre za nadaljevanje merjenja življenjske ravni z objektivnimi kazalci. Koncepta kakovosti življenja pa ne smemo omejiti samo na skandinavski način raziskovanja, saj v socialni psihologiji opredeljuje kakovost življenja z zadovoljstvom oz. nezadovoljstvom doseženih življenjskih pogojev kot blaginjo, ki je povezana s čustvi, pomembnimi za življenje (Kammann 1984; Veenhoven 1984). Po Allardtovem konceptu kakovosti življenja je poudarek predvsem na pomenu človekovih potreb, ki so merljive z opisnimi kazalci, značilna pa je tudi analiza želja in zadovoljstva ljudmi z danimi življenjskimi pogoji. Človek je bitje, ki mora imeti zagotovljen obstoj in razvoj. Izpolnjeni morajo biti pogoji, ki to zagotavljajo. »Imeti«, »ljubiti« in »biti« so temelji, na katere se nanašajo pogoji, ki človeku zagotovijo obstoj in razvoj. V tabeli imamo prikazane kazalce življenjskih pogojev.

Tabela 1.4: Kazalci življenjskih pogojev

	Objektivni kazalci	Subjektivni kazalci
"Imeti" (materialne in neosebne potrebe)	1. Objektivne mere življenjske ravni in ekoloških razmer	4. Subjektivni občutki (ne)zadovoljstva z življenjskimi pogoji
"Ljubiti" (socialne potrebe)	2. Objektivne mere odnosov z drugimi ljudmi	5. (Ne)sreča - subjektivni občutki o socialnih odnosih
"Biti" (potreba po osebnem razvoju)	3. Objektivne mere odnosov do družbe in narave	6. Subjektivni občutki o odtujenosti in osebnem razvoju

VIR: Allardt (1993, 90).

S pojmom »*imeti*« označujemo oz. opisujemo materialne in neosebne potrebe. Pojem nam pojasni tudi subjektivne občutke (ne)zadovoljstva z življenjskimi pogoji. »*Ljubiti*« je naslednji pojem, ki pa označuje socialne potrebe in mere odnosov z drugimi ljudmi. Subjektivni kazalci kažejo na subjektivne občutke o socialnih odnosih. Gre za subjektivne občutke, pri katerih posameznik ob zadovoljitvi potreb doživi samopotrditvev (Novak 1996,19).

2 PROBLEM IN HIPOTEZE

Cilj naloge je bil ugotoviti, kako je zadovoljstvo z življenjem povezano z ekonomskim položajem. Posvetila sem se tudi ostalim dejavnikom, kot so spol, starost, religioznost, zakonski položaj.

Izhajajoč iz teoretičnih predpostavk in empiričnih rezultatov sem sklepala, da osebe z višjim ekonomskim položajem niso bolj zadovoljne z življenjem v primerjavi z osebami z nižjim ekonomskim položajem. (H1)

Večje vrednosti pa po lestvici zadovoljstva z življenjem dosegajo osebe, ki so verne, ne glede na ekonomski položaj. (H2)

Torej predpostavljam (H1), da je ekonomski položaj podobno kot drugi demografski dejavniki (spol, izobrazba, starost, zakonski stan) v manjši meri povezan z življenjskim zadovoljstvom, kot so povezani osebnost, genetski dejavniki, izkušnje, osebnost, samopodoba, emocionalni, motivacijski in kognitivni dejavniki, cilji ter vrednote. Kot že rečeno, so psihološki vidiki kakovosti življenja pomembnejši od materialnih in socioloških.

V drugem delu me je zanimala vera. Kolikšne vrednosti dosegajo osebe, ki so verne? Na podlagi študij sklepam, da verne osebe dosegajo visoko stopnjo življenjskega zadovoljstva, ne glede na ekonomski položaj.

Najvišje vrednosti pa dosegajo osebe, ki so poročene, verne ter zadovoljne v partnerskem odnosu (H3), ne glede na ekonomski položaj.

Starost ni povezana z zadovoljstvom z življenjem. (H4)

3 METODA

3.1 Vzorec

V mojo analizo je bilo vključenih 100 ljudi, od tega 43 (43 %) moškega in 57 (57 %) ženskega spola. Njihova povprečna starost je 35,31 let, starostni razpon pa se giblje med 19 in 69 leti.

3.1.1 Način izbora vzorca - Postopek

Udeleženec je bila lahko vsaka odrasla (polnoletna) oseba. Naključno izbranim udeležencem je bil podan vprašalnik. Podan je bil v obliki papir-svinčnik in so ga izpolnili na mestu samem.

Ker se gibljam v določenem krogu ljudi, ki imajo pretežno srednji socialni položaj, sem iskala vzorec, ki bi bil čim bolj heterogen. Vključila sem prijatelje, poslovni krog in družino.

Vprašalniki so bili anonimni.

Zbiranje podatkov je potekalo marca in aprila 2009. Uporabila sem le rezultate udeležencev, ki so pravilno izpolnili vprašalnik, tako da jih je od 117 udeležencev ostalo le 100.

Obdelava rezultatov je potekala s pomočjo programov SPSS, Access ter Excel. Izračunala sem povezanost posameznih spremenljivk.

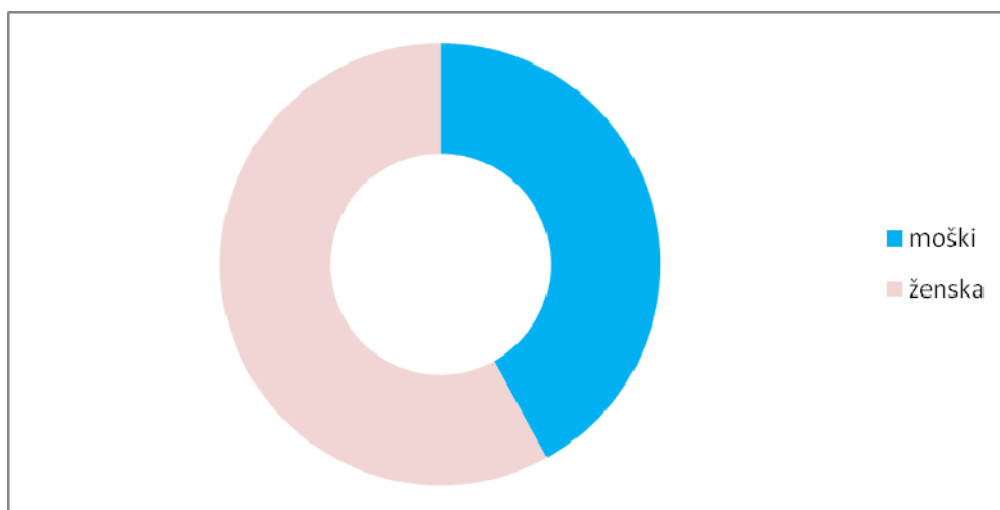
T testi so bili opravljeni med posameznimi spremenljivkami in SWLS (ocenjevanja zadovoljstva).

Pri nobenem testu ni statistično značilne razlike med anketiranci, ki so trdili, da imajo nek ekonomski (se pravi nizek, zadovoljiv oz. visok) standard oz. ne.

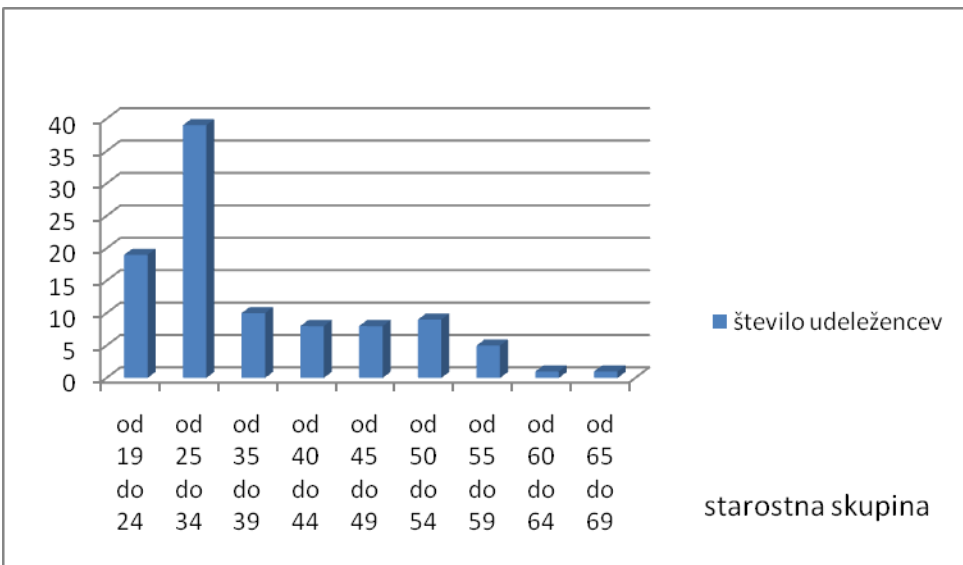
V prvi tabeli imamo samo število posameznih anketirancev. Nato imamo mean = povprečje, std. deviation = standardni odklon in std. error mean = standardno napako od povprečja. V drugi tabeli je prikazan izračunan t test. Imamo po dve vrstici. Ena predpostavlja, da je varianca v obeh skupinah enaka, druga pa, da varianci nista enaki. Test, s katerim preverjamo, ali je enaka varianca v dveh skupinah ali ne, se imenuje Levenov test. Če je ta test signifikanten (sig. = 0,05 ali manj), potem gledamo vrstico, kjer imamo predpostavko, da sta varianci enaki (prva vrstica). Če pa je sig večja od 0,05, gledamo drugo vrstico. Potem pa pogledamo sig. (2-tailed) za t test, ki ti pove, ali je razlika med povprečji v skupinah statistično značilno različna.

V naših primerih je signifikanca pri Levenovem testu povsod večja od 0,05 in zato gledamo drugo vrstico v vseh treh tabelah. Tudi v drugih vrsticah je povsod potem t test nesignifikanten oz. ni statistično značilnih razlik med skupinama.

Graf 3.1: Delež udeležencev glede na spol

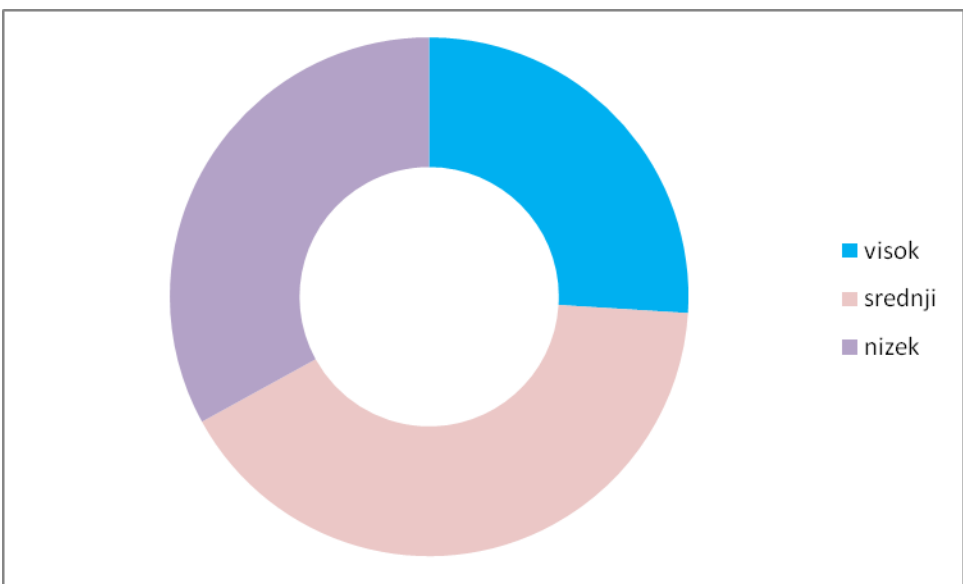


Graf 3.2: Starost udeležencev



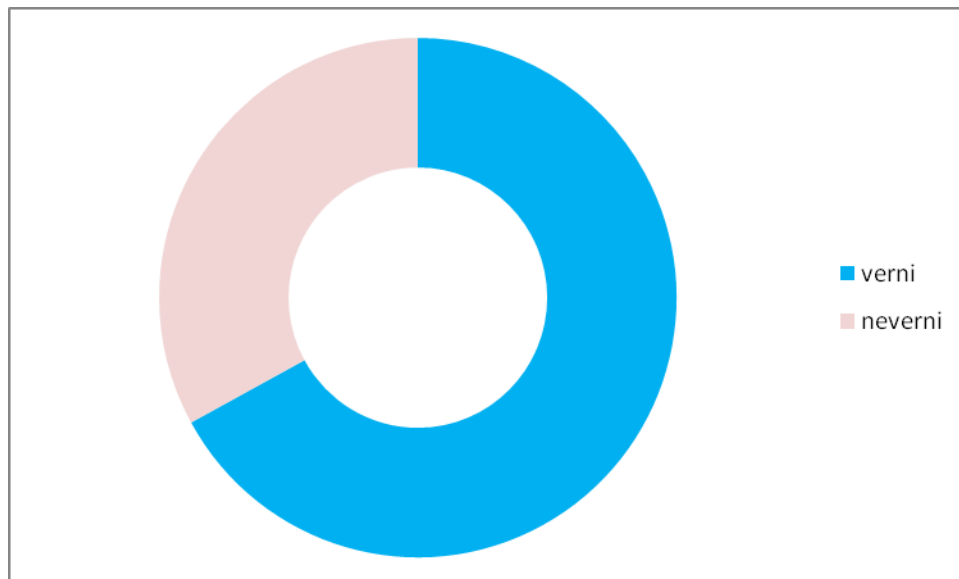
Med vsemi udeleženci se jih je 26 % opredelilo, da imajo visok ekonomski položaj, 41 % se je opredelilo, da imajo srednji ekonomski položaj, 33 % pa jih ima nizek ekonomski položaj.

Graf 3.4: Ekonomski položaj udeležencev



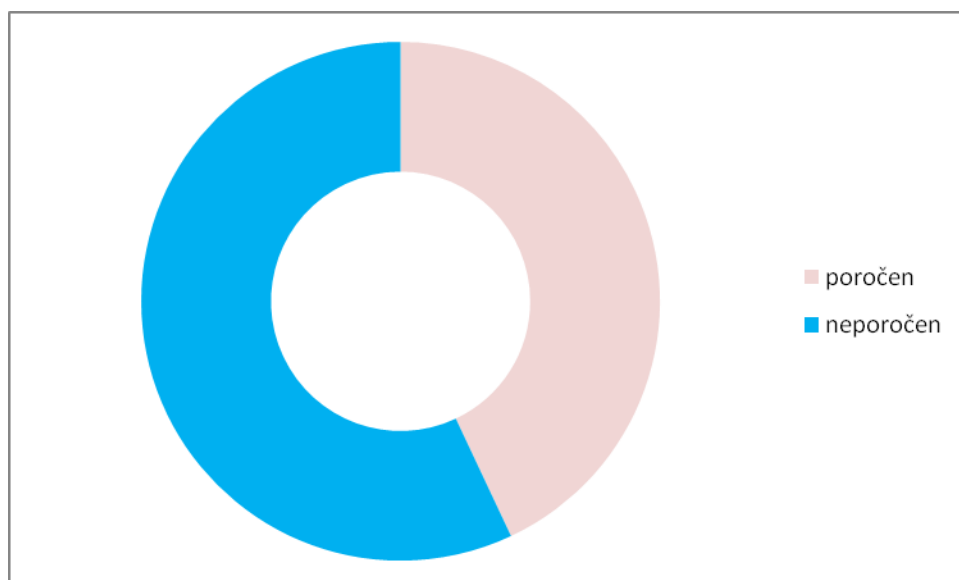
69 % udeležencev analize je vernih, medtem ko se jih 31 % opredeljuje za neverne.

Graf 3.5: Verski položaj udeležencev



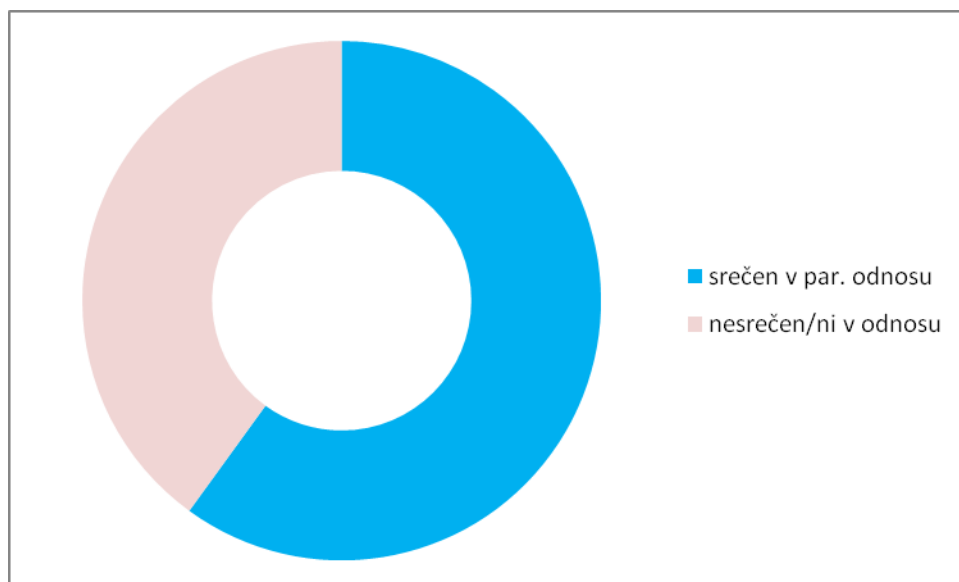
43 % udeležencev je poročenih, 57 % pa neporočenih.

Graf 3.6: Zakonski stan udeležencev



Pomembno je, da je 60 % udeležencev srečnih v partnerskem odnosu, 40 % pa ni srečnih v odnosu, v katerem so.

Graf 3.7: Situacija udeležencev v partnerskem odnosu



3.2 Pripomočki

3.2.1 Lestvica zadovoljstva z življenjem (SWLS)

V prvem delu vprašalnika je bila za merjenje zadovoljstva z življenjem uporabljena Lestvica zadovoljstva z življenjem (SWLS - Satisfaction With Life Scale) glej Priloga A - prvi del.

V drugem delu pa so udeleženci odgovarjali na vprašanja, s katerimi sem lahko opredelila demografske spremenljivke in na podlagi njih izračunala stopnjo zadovoljstva glede na demografsko značilnost udeleženca glej Priloga A - drugi del.

Povprečne vrednosti prvega dela (SWLS-ja) sem torej glede na opisne spremenljivke v drugem delu primerjala ter potrdila oz. zavrnila svoje hipoteze.

4 REZULTATI

V tem poglavju bom predstavila opisne spremenljivke ter njihove vrednosti v kombinaciji s hipotezami.

4.1 Ekonomski položaj in zadovoljstvo z življenjem

Tabela 4.1: T test med nizkim ekonomskim položajem in SWLS

	Nizek_ES Nizek ekonomski status	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SWLS Zadovoljstvo z življenjem	1 Da	33	22,61	4,250	,740
	2 Ne	67	21,84	3,378	,413

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
SWLS Zadovoljstvo z življenjem	1,715	,193	,983	98	,328	,770	,784	-,785	2,326
			,909	52,552	,367	,770	,847	-,929	2,470

Tabela 4.2: T test med visokim ekonomskim položajem in SWLS

	Visok_ES Visok ekonomski status	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SWLS Zadovoljstvo z življenjem	1 Da	26	21,85	3,146	,617
	2 Ne	74	22,18	3,872	,450

Independent Samples Test

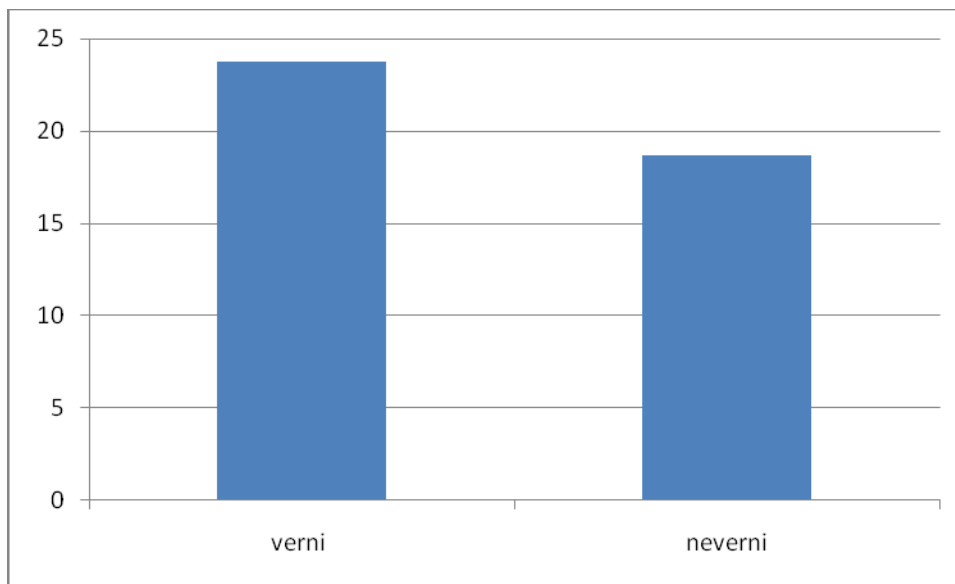
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
SWLS Zadovoljstvo z življenjem									
Equal variances assumed	,909	,343	-,391	98	,697	-,330	,844	-2,004	1,345
Equal variances not assumed			-,431	53,515	,668	-,330	,764	-1,861	1,202

Tako pri primerjavi oseb z nizkim ekonomskim položajem in ostalimi kot tudi pri primerjavi oseb z visokim ekonomskim položajem in ostalimi statistično značilnih razlik med skupinama ni bilo. V obeh primerih pa je imela skupina z nižjim ekonomskim položajem višje povprečje na lestvici zadovoljstva z življenjem.

4.2 Vernost in zadovoljstvo z življenjem

Statistično pomembna razlika v povprečju pa se je pokazala med vernimi in nevernimi udeleženci.

Graf 4.1: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za verne/neverne skupine udeležencev



Udeleženci, ki so se opredelili za verne, dosegajo višja povprečja na lestvici zadovoljstva z življenjem, in sicer povprečna vrednost znaša 23,76, udeleženci, ki pa se opredeljujejo za neverne, pa imajo povprečje 18,69.

Razlike med dvema skupinama so statistično značilne.

Večje vrednosti po lestvici zadovoljstva z življenjem dosegajo osebe, ki so verne, ne glede na ekonomski položaj.

Tabela 4.3: T test med SWLS in vernostjo

Group Statistics

	vera	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SWLS	verni	67	23,7612	2,87143	,35080
	neverni	33	18,6970	2,69820	,46970

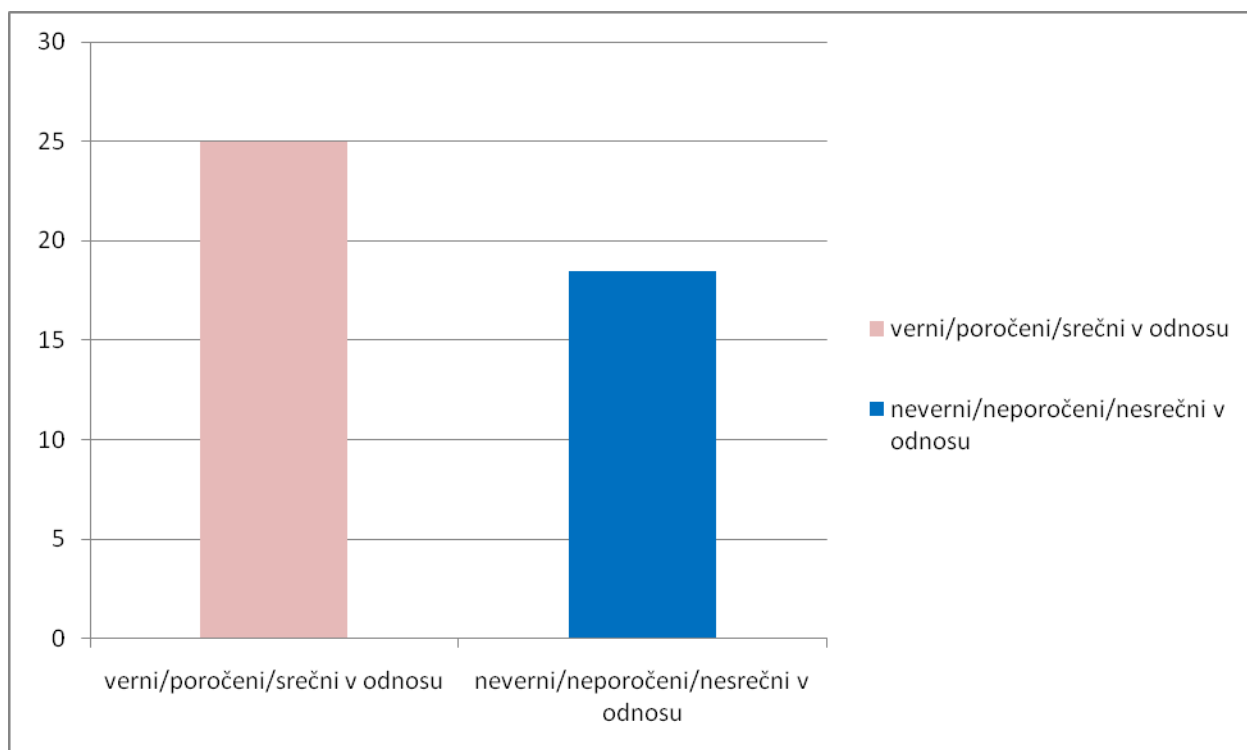
Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
SWLS	Equal variances assumed	,790	,376	8,456	98	,000	5,06422	,59889	3,87575	6,25270
	Equal variances not assumed			8,638	67,477	,000	5,06422	,58624	3,89424	6,23421

4.3 Zadovoljstvo v partnerski vezi in zadovoljstvo z življenjem

Glede na hipotezo 3 so me zanimalo osebe, ki so poročene, verne ter zadovoljne v partnerskem odnosu, ne glede na ekonomski položaj, v odnosu do skupine, ki ni verna, ni poročena in je nesrečna v odnosu.

Graf 4.2: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za verne/poročene/srečne v odnosu ter neverne/neporočene/nesrečne v odnosu skupine udeležencev



Prva skupina udeležencev, ki se opredeljujejo hkrati za verne, poročene ter srečne v odnosu, ima povprečno vrednost seštevka 24,98. Druga skupina ima povprečno vrednost 18,48.

Tabela 4.4: T test med ekstremnima skupinama

Group Statistics

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
SWLS	verni_porceni_srecni verni/poročeni/srečni v odnosu	35	24,9714	2,87469	,48591
	neverni/neporočeni/ne srečni v odnosu	23	18,4783	2,08609	,43498

Independent Samples Test

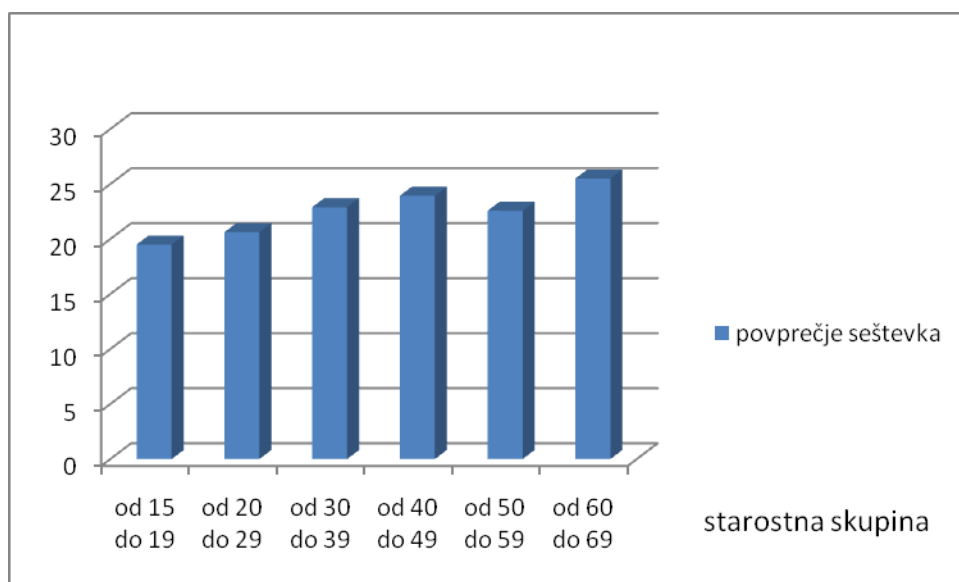
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
SWLS	Equal variances assumed	2,325	,133	9,327	56	,000	6,49317	,69619	5,09854	7,88780
	Equal variances not assumed			9,956	55,372	,000	6,49317	,65216	5,18640	7,79994

4.4 Starost in zadovoljstvo z življenjem

Zanimalo me je tudi v skladu s H4, kako vpliva starost na zadovoljstvo z življenjem.

Podatke sem aplicirala v naslednji graf, kjer je dobro vidna razlika povprečja vrednosti SWLS skale po starostnih skupinah.

Graf 4.3: Povprečje vrednosti seštevka SWLS skale za posamezne starostne skupine udeležencev ankete



Povprečne vrednosti glede na starostne skupine so naslednje:

Od 15 do 19: seštevek znaša 19,50

Od 20 do 29: seštevek znaša 20,62

Od 30 do 39: seštevek znaša 22,89

Od 40 do 49: seštevek znaša 23,94

Od 50 do 59: seštevek znaša 22,57

Od 60 do 69: seštevek znaša 25,50

Postavila sem starostne skupine v intervalih: mladi od 15 do 29 let, srednjih let od 30 do 49 let in starejši več kot 50 let, ter aplicirala analizo variance.

Tabela 4.5: Analiza variance za starostne skupine

Descriptives

SWLS SWLS

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
15-29 let	41	20,5122	2,97592	,46476	19,5729	21,4515	14,00	29,00
30-49 let	43	23,2791	3,52086	,53693	22,1955	24,3626	16,00	30,00
več kot 50 let	16	22,9375	4,43424	1,10856	20,5747	25,3003	10,00	27,00
Total	100	22,0900	3,68479	,36848	21,3589	22,8211	10,00	30,00

ANOVA

SWLS SWLS

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	174,357	2	87,179	7,229	,001
Within Groups	1169,833	97	12,060		
Total	1344,190	99			

Ker je sig manjša od 0,05, obstajajo statistično značilne razlike med skupinami.

Zanimalo me je še, kdo se opredeljuje za najbolj zadovoljno osebo in kakšne opisne spremenljivke ima.

Med udeleženci sta dva, ki sta najvišje ovrednotila zadovoljstvo z življenjem. Oba sta dosegla seštevek 30, pri čemer je en moški, star 47 let, druga pa je ženska, stara 34 let. Oba sta poročena, srečna v partnerskem odnosu, verna in imata srednji ekonomski položaj.

5 RAZPRAVA

Preverjanje hipotez

V prvi hipotezi, ki jo potrjujem v nadaljevanju, sem v skladu z rezultati predhodnih raziskav predvidevala, da ljudje z boljšimi prihodki in z več denarja ter imetja ne živijo bolj kakovostno in zato niso bolj zadovoljni z življenjem.

Kot vidimo v poglavju Rezultati (glej Tabeli 4.1 in 4.2), so najbolj zadovoljni ljudje s srednjim ekonomskim položajem. Celotni udeleženci ankete, ki so se opredelili za nizki ekonomski položaj, imajo večje zadovoljstvo z življenjem kot udeleženci z visokim ekonomskim položajem. Kot že rečeno, so dejavniki, kot so osebnost, genetski dejavniki, izkušnje, osebnost, samopodoba, emocionalni, motivacijski in kognitivni dejavniki, cilji ter vrednote, pomembnejši od materialnih in socioloških dejavnikov. Kot je zaključil že Wilson, ima vpliv na blagostanje tudi denar, vendar je povezava pomembna le pri osebah, ki imajo najnižje dohodke v populaciji, torej morda nimajo zagotovljenih osnovnih življenjskih potrebščin, pri višjih dohodkih pa stopnja zadovoljstva ne raste skupaj z višino prihodkov. Tudi v državah, kjer se je v zadnjih 20 letih zvišal povprečni dohodek (ZDA, Japonska, Francija), ne beležijo splošnega dviga zadovoljstva z življenjem (Diener 2000a).

Večje vrednosti po lestvici zadovoljstva z življenjem dosegajo osebe, ki so verne, ne glede na ekonomski položaj. Drugo hipotezo potrjujem (glej Tabela 4.3). Raziskave tudi kažejo, da so v povprečju verni ljudje bolj zadovoljni z življenjem kot neverni (Ellison 1991; Myers 1992; Pollner 1989 v Musek in Avsec 2002). Udeleženci v tej raziskavi so poročali o višjem zadovoljstvu z življenjem, večji osebni sreči in manjši izpostavljenosti psihosocialnim posledicam po travmatskih življenjskih dogodkih. Pozitivna povezava gotovosti v religiozni prepričanosti in zadovoljstvu z življenjem je še zlasti izražena pri starejših osebah in osebah z nižjo formalno izobrazbo (Myers 1995).

Iz Tabele 4.4 pa so razvidne pomembne razlike glede na osebe, ki so poročene ali srečne v partnerskem odnosu ter verne, glede na tiste, ki niso. Morda tudi zato, ker imajo poročeni pari srednjih let več ekonomskih virov, več socialne podpore in tudi boljše psihično zdravje. Večina raziskav kaže nekaj višjo stopnjo psihičnega blagostanja za poročene osebe (Diener 2000b).

Hipotezo, da starost ne vpliva na zadovoljstvo z življenjem, zavračam, saj Graf 4.3 kaže drugače. Najvišje vrednosti dosegajo ljudje v skupini od 60 do 69 let. Včasih je veljalo, da je človek najbolj srečen, ko je mlad, z leti pa bo njegovo zadovoljstvo z življenjem upadalo. Suh in Diener pa sta leta 1996 v mednarodni študiji ugotavljala, da osebe skozi čas sicer res doživljajo manj pozitivnih emocij, vendar pa je doživljanje negativnih emocij ostalo nespremenjeno. Avtorja menita, da lahko upad v doživljanju negativnih emocij pripišemo načinu merjenja doživljanja emocij, ki v ospredje postavljajo intenzivne pozitivne emocije (zaljubljenost, navdušenje ...) in manjkrat zmernejše pozitivne emocije (zadovoljstvo, naklonjenost ...), značilnejše za zrelo obdobje.

6 SKLEP

Cilj moje diplomske naloge je bil raziskovati vpliv socialnih, demografskih in ekonomskih dejavnikov na zadovoljstvo z življenjem. Predvsem sem želela raziskati, ali obstaja korelacija med ekonomskim statusom in zadovoljstvom z življenjem.

Pozornost sem posvetila še ostalim možnim dejavnikom, kot so zakonski stan, starost in vera. V uvodu sem predstavila teoretska ozadja: teorije zadovoljstva z življenjem, opredelitev pojma in teorije osebnosti, model »velikih pet« dejavnikov osebnosti ter sociološke raziskave na področju zadovoljstva z življenjem v Sloveniji in postavila hipoteze. Moje hipoteze so se skladale s teorijami, saj sem ugotovila, da so korelacije osebnim dohodkom in drugimi kazalci ekonomskega položaja in življenjskim zadovoljstvom nižje kot korelacije med vero, zakonskim stanom in življenjskim zadovoljstvom. Rezultati analize so pokazali, da so najbolj zadovoljni ljudje s srednjim ekonomskim položajem, ter da imajo celo tisti udeleženci ankete, ki so se opredelili z nizkim ekonomskim položajem, večje zadovoljstvo z življenjem, kot udeleženci z visokim ekonomskim položajem. Prihodek in ekonomski položaj sta podobno kot drugi dejavniki, kot so spol, starost, izobrazba, zdravstveno stanje, v manjši meri povezana z življenjskim zadovoljstvom, kot so povezani notranji, psihični dejavniki, kot so osebnost, genetski dejavniki, izkušnje, samopodoba, emocionalni, motivacijski in kognitivni dejavniki, cilji ter vrednote.

Potrdila so se predvidevanja, da denar ni pomemben, razen v primeru hude revščine, in da sta pomembnejši družina ter socialna mreža, ki jo imamo.

Ugotovila sem, kdo se opredeljuje za najsrečnejšo osebo. Največjo vrednost dosegajo osebe, ki so verne, poročene in srečne v odnosu.

Diplomska naloga nas ponovno opozarja na misel, da »denar ni vse«.

7 LITERATURA

Allardt, Erik. 1993. Having, Loving, Beign, An alternative to Swedish Model of Welfare Research. V *The Quality of Life* , ur. Martha Craven Nussbaum in Amartya Sen, 88-94. Oxford: Clarendon Press.

Avsec, Andreja.2009. *Pozitivna psihologija*. Dostopno prek:<http://www.psiha.net/aavsec/PPT/10-Pozitivna%20psihologija.pdf> (10.november 2009).

Brina Malnar in Ivan Bernik, ur. 2004. *S Slovenkami in Slovenci na štiri oči*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Bucik, Valentin, Dušica Boben in Brigita Hruševar - Bobek. 1995. Pet velikih faktorjev osebnosti. *Psihološka obzorja* 4 (4): 75-88.

Campbell, Joseph. 1997. *An essay concerning human understanding*. New York: Dover Publications.

Caprara, Gian Vittorio. 1997. *Model "Velikih pet": pripomočki za merjenje strukture osebnosti: priročnik*. Ljubljana: Produktivnost, Center za psihodiagnostična sredstva.

Cecić-Erpič, Saša. 1998. *Spremljanje razvoja življenjskih struktur in življenjskega zadovoljstva v zgodnji odraslosti: primerjava med bivšimi vrhunskimi športniki in nešportniki*. Magistrsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Costa, Paul in Robert McCrae. 1985. *The NEO Personality Inventory manual*. Odessa, Florida: Psychological Assessment Resources.

Diener, Ed. 2000a. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist* 3: 34-43.

--- 2000b. Money matters [Review of the book *The Psychology of Money*]. *Contemporary Psychology APA Review of Books* 45: 642-643.

Durkheim, Emile. 1972. *Selected writings Emile Durkheim*. Cambridge: University Press.

Eysenck, J.Hans. 1970. *The structure of human personality*. London: Methuen.

--- 1991. Dimensions of personality: 16, 5, or 3? - Criteria for a taxonomic paradigm. *Personality and Individual Differences* (12): 773-790.

James, Wiliame. 1890/1950. *The Principles of Psychology*. New York: Dover Publications.

Kammann, Richard, Marcelle Farry in Peter Herbison.1984. The Analysis and Measurement of Happiness as a Sense of Well-Being. *Social Indicators Research* 15(2) : 91-115.

Košir, Katja. 2001. Povezanost med subjektivnim življenjskim zadovoljstvom ter odnosi mater do njihovih mladostnikov. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Lykken, David in Auke Tellegen. 1996. Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science* 7: 186-189.

Maslow, Abraham Harold. 1954. *Motivation and personality*. New York: Harper.

McCrae, Robert .1992. *Personality in adulthood: a five-factor theory perspective*. London: The Guilford Press.

Musek, Janek. 1991. Ocenjevanje in presojanje osebnostnih lastnosti: 1. del: Učinki konteksta in vrstnega reda pri ocenjevanju osebnostnih lastnosti in oblikovanju osebnostnega vtisa. *Anthropos* 23 (4-5): 213-227.

Musek, Janek in Andreja Avsec. 2002. Pozitivna psihologija: subjektivni (emocionalni) blagor in zadovoljstvo z življenjem. *Anthropos* 34 (1-3): 41-68.

Musek, Janek in Marko Polič. 1971. Vpliv serialnega konteksta na vrednostno ocenjevanje znakov. *Anthropos* 3 (1-2) : 9-14.

Myers, G.David in Ed Diener. 1995. Who is happy? *Psychological Science* 6: 10-19.

NewScientist. 2009. Kaj nas osrečuje? Dostopno prek: <http://www.pozitivke.net/article.php/20040329112339913> (10. november 2009).

Novak, Mojca. 1996. Konceptualna vprašanja preučevanje kakovosti življenja. V *Kakovost življenja v Sloveniji*, ur. Ivan Svetlik, 7-23. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Oishi, Shigehiro in Suh Mark. 1999. Cross-Cultural Variations in Predictors of Life Satisfaction: Perspectives from Needs and Values. *Personality and Social Psychology Bulletin* 25 (8): 980-990.

Suh, Mark, Diener Ed in Frank Fujita. 1996. Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology* 70: 1091-1102.

Svetlik, Ivan. 1996. *Kakovost življenja v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Veenhoven, Ruut. 1984. *Conditions of Happiness*. Netherlands: Springer Netherlands.

Watson, David, Anna Clark in Auke Tellegen. 1988. Development and validation of a brief measure of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology* 54: 1063-1070.

PRILOGA A: primer vprašalnika

SWLS (Satisfaction With Life Scale) - Lestvica zadovoljstva z življenjem

Spodaj je pet izjav. Vaša naloga je, da pri vsakem stavku s pomočjo 7-stopenjske lestvice označite, v kolikšni meri drži za vas.

1 – sploh ne drži

2 – pretežno ne drži

3 – drži v manjši meri

4 – nekaj vmes

5 – še kar drži

6 – pretežno drži

7 – povsem drži

1. V večini pogledov je moje življenje blizu idealnemu. _____
2. Moje življenjske razmere so izvrstne. _____
3. Zadovoljen/-na sem s svojim življenjem. _____
4. Do sedaj sem dobil/-a in dosegel/-la vse, kar sem si v življenju želel/-a. _____
5. Če bi še enkrat živel/-a, ne bi hotel/-a skoraj ničesar spremeniti. _____

Pri naslednjih izjavah odgovorite le z da/ne:

Menim, da je moj ekonomski položaj visok.

Menim, da je moj ekonomski položaj srednji.

Menim, da je moj ekonomski položaj nizek.

Sem verna/veren.

Sem poročena/poročen.

Sem srečna/srečen v partnerskem odnosu.

Sem moški/ženska (vpišite spol Ž-ženska, M-moški)

Prosimo, vpišite vašo starost
