

*mgr Joanna Pikul*<sup>1</sup>

Instytut Socjologii  
Uniwersytet Rzeszowski

## **Zadowolenie z życia i perspektyw na przyszłość a obiektywne i subiektywne czynniki sytuacji życiowej**

### WPROWADZENIE

Wiele czynników ma wpływ na nasze życie, ale w znacznej mierze są one zależne od nas samych. Z tej perspektywy istotnego znaczenia nabiera pojęcie szczęścia i zadowolenia z życia, które uwarunkowane jest przez czynniki obiektywne i subiektywne. Nagromadzone przez nas zasoby społeczno-ekonomiczne w postaci wykształcenia, dobrej pozycji na rynku pracy sprzyjają naszemu szczęściu i zadowoleniu. Jednakże także zadowolenie z życia sprzyja podejmowaniu nowych wyzwań, podnosi nasze ambicje, zatem kierunek tych relacji często bywa obustronny. Problematyka ta dobrze została ukazana w teoriach „dół-góra” oraz „góra-dół”. Dużą rolę odgrywają także relacje społeczne oraz czynniki psychologiczne. To jak oceniamy swoje życie, jak zapatrujemy się na przyszłość podlega wpływom wymienionych czynników. Celem niniejszej pracy jest rozpoznanie czynników mających największy wpływ na nasze zadowolenie z perspektyw na przyszłość oraz kierunku ich wpływu. Cel zostanie osiągnięty poprzez zaprezentowanie wyników badań ilościowych z zastosowaniem kwestionariusza indywidualnego w ramach projektu „Diagnoza Społeczna”.

### JAKOŚĆ ŻYCIA

Pojęciami kluczowymi w niniejszej pracy są szczęście i zadowolenie. „Zadowolenie jest świadomym docenianiem jakości życia jako całości, wiąże się z satysfakcją, jaką ze swojego życia czerpie jednostka” [Rostowska, 2009, s. 19]. Na ten wymiar składają się różne rodzaje zadowolenia – z małżeństwa, rodziny, pracy, zdrowia, ale także inne miary, jak na przykład skala „radosny – nieszczę-

---

<sup>1</sup> Adres korespondencyjny: e-mail: joanna.pikul@gmail.com

śliwy” [Rostowska, 2009]. Jak wskazuje J. Czapiński, każdy z nas ma pewien „traktor”, czyli stan względnie stabilnej równowagi, do którego „ustawicznie zmierza... i zazwyczaj trafia” [Czapiński 2001, s. 300]. Większość ludzi wciąż dąży do stanu równowagi, niezależnie od wytrącających zeń kolei losu, to nadzieja, zadowolenie z życia, optymizm oraz chęć życia sprzyja osiągnięciu stanu równowagi [tamże].

Niewątpliwie zagadnienia szczęścia i zadowolenia z życia wiążą się z pojęciem jakości życia. Jakość życia jest także określana jako: dobrostan, satysfakcja z życia, dobrobyt, a w szerokim znaczeniu – zdrowie. Zainteresowanie jakością życia pojawiło się w naukach społecznych w drugiej połowie XX wieku, lecz nie dotyczy ono zupełnie nowego problemu w nauce. Już od kiedy filozofowie zaczęli zadawać pytania o cel życia, jego sens i wartość, podejmowano również próby oceny ludzkiej egzystencji. Początkowo pojęcie „jakość życia” (*quality of life*) kojarzono tylko z satysfakcją wynikającą z posiadania dóbr materialnych (dom, bogactwo, wysoki standard życia). Z czasem jego znaczenie poszerzono o wartości niematerialne, takie jak: szczęście, zdrowie, wolność czy edukacja. Jakość życia jest także ujmowana w kontekście teorii potrzeb i traktowana jako stopień zaspokojenia materialnych oraz niematerialnych potrzeb jednostek, rodzin i społeczności. Podejście to sytuuje jakość życia w kategoriach motywacyjnych [por. Rostowska, 2009, s. 15–17]. R. Veenhoven wyróżnił trzy ujęcia badawcze jakości życia: obiektywne (normatywno-wartościujące), subiektywne (fenomenologiczne) i mieszane. Podejście obiektywne ma zastosowanie głównie w socjologii i ekonomii i odwołuje się do obiektywnych kryteriów [Rostowska, 2009, s. 38–39]. Kryteria te zostaną poddane analizie w kolejnej części pracy.

Przez długi okres dobrostan psychiczny był traktowany jako skutek położenia i zmiany położenia jednostki lub grupy na wymiarach obiektywnych. Dopiero całkiem niedawno kilku badaczy (Czapiński, Graham, Fitzpatrick, Lyubomirsky, King, Diener) odwróciło sposób rozumowania i zadało pytanie, czy to nie od szczęścia zależą niektóre z obiektywnych wymiarów jakości życia, dotąd uznawanych jedynie za jego przyczyny. W. Wilson w 1967 roku podsumował ówczesny stan badań, podając charakterystykę osoby szczęśliwej. Obejmowała ona głównie obiektywne cechy społeczno-demograficzne, jak młody wiek, zdrowie fizyczne, życie w związku małżeńskim, dobre wykształcenie, wysokie dochody. Jednakże wszystkie te zależności okazały się zbyt słabe i niekonsekwentne, aby można było mówić o zasadniczych pozapsychologicznych różnicach między bardziej i mniej szczęśliwymi ludźmi. Tylko w niektórych krajach, w tym w Polsce, lub tylko w pewnych okresach poszczególne czynniki obiektywne wyjaśniają z osobna więcej niż 1–2%, natomiast wszystkie łącznie więcej niż 10% zróżnicowania poziomu szczęścia [por. Czapiński, 2004, s. 197–199].

Owe czynniki obiektywne, do których zaliczamy także dobra materialne, są jednakże niezbędne do zaspokojenia elementarnych i uniwersalnych wymogów

życiowych – pożywienia, schronienia, ubrania itp., mają zatem wartość neutralną. Z drugiej strony dobra te są upragnione, ponieważ ich posiadania wymaga kultura, definiując pewne obiekty jako pożądane. Ponadto dobra materialne pomagają zdobyć inne cenione przez ludzi wartości – jak panowanie nad innymi czy sławę. Jednakże gdy ludzie zaspokoją nawet swoje elementarne potrzeby materialne, to na ich miejsce pojawiają się wyższe dążenia. Niewątpliwie jest to cecha natury ludzkiej, że ludzie nigdy nie są do końca zaspokojeni, że zawsze dążą do posiadania więcej niż mają [Sztompka, 2007, s. 333].

Pewne nowe okoliczności mogą uczynić człowieka na jakiś czas szczęśliwym lub smutniejszym, lecz ich wpływ na dobrostan psychiczny szybko maleje, a nawet całkowicie zanika, gdy tylko człowiek przyzwyczai się do nich [Sheldon, Lyubomirsky, 2007, s. 90]. Dobrem jest także wykształcenie, którego wartość wynika z podwójnych okoliczności. Po pierwsze, z satysfakcji autotelicznych, jakie daje wiedza zaspokajająca impuls ciekawości. Po drugie, wykształcenie ma wartość instrumentalną, pomocniczą w stosunku do wartości podstawowych – bogactwa, władzy i prestiżu. W nowoczesnym społeczeństwie wykształcenie jest jednym z najważniejszych i uznanych społecznie mechanizmów awansu majątkowego: uzyskania lepszej pracy, lepszych zarobków, wyższego standardu życiowego. Dobrem powszechnie pożądanym jest także zdrowie oraz sprawność fizyczna. Stanowi ono wartość autoteliczną, bowiem dobre samopoczucie jest źródłem bardzo silnej samoistnej satysfakcji. Jednakże jest to warunek *sine qua non* wszystkich pozostałych wartości: bogactwa, władzy, prestiżu oraz wykształcenia. Na ogół choroba lub niesprawność uniemożliwiają osiągnięcie tych dóbr, a w każdym razie ich skonsumowanie bądź wykorzystanie [por. Sztompka, 2007, s. 335–336].

Czynniki obiektywne różnicują ludzi, ale także w kwestiach szczęścia i zadowolenia z życia ludzie są zróżnicowani, bowiem „nierówność społeczna jest koniecznym, uniwersalnym, wiecznym składnikiem każdego społeczeństwa” [Sztompka, 2007, s. 361]. W krajach, w których przeprowadzono badania dotyczące dobrostanu (Stany Zjednoczone, kraje Unii Europejskiej, Australia, Kanada) wykazano, że szczęście ludzi nie zależy w istotnym stopniu od tego, jak ci ludzie obiektywnie żyją. Okazało się, że ludzie biedni są tylko nieco mniej szczęśliwi niż bogaci, osoby starsze tak samo szczęśliwe jak młodzi, a wykształceni odrobinę szczęśliwsi od niewykształconych. Jedynie zdrowie (ocena subiektywna) i stan cywilny wyraźnie i konsekwentnie różnicują poziom dobrostanu psychicznego. Szczęśliwsze są osoby żyjące w związku małżeńskim oraz te, które czują się zdrowe [Czapiński, 2004, s. 199–200]. Także B. Schwartz i A. Ward wskazują na podobne wyniki badań, z których wynika, że najważniejszym czynnikiem zwiększającym szczęście są bliskie relacje społeczne. Ludzie będący w związkach, mający przyjaciół oraz mający bliskie relacje ze swoją rodziną są szczęśliwsi od tych, którzy tego nie mają [Schwartz, Ward, 2007, s. 65]. Bardzo

silne korelacje z dobrostanem wykazują także również zmienne psychologiczne, zarówno temperamentalne (ekstrawersja i neurotyzm), ale także osobowościowe – samoocena, stabilność emocjonalna, ufność, poczucie kontroli, napięcie, optymizm oraz wiele innych [Czapiński 2004, s. 200]. Badania dowodzą także, że jednostki przywiązujące relatywnie dużą wagę do celów zewnętrznych, w porównaniu z celami wewnętrznymi, wykazują również niższą jakość swojego życia w kilku różnych miarach dobrostanu. Na przykład orientacji na cele zewnętrzne towarzyszy mniejsza satysfakcja z życia czy niższy poziom szczęścia [Kasser, 2007, s. 44].

### TEORIE DOBROSTANU PSYCHICZNEGO

Badania nad szczęściem nie obfitują w teorie, w szczególności teorie generyczne dużego zasięgu. W podejściu hedonistycznym, przeważają koncepcje małego zasięgu, a większość z nich wpisuje się w trzy ogólne ramy teoretyczne: „dół-góra”, (*bottom-up*), „góra-dół” (*top-down*) oraz ujęcie homeostatyczne. Teoria „dół-góra” zakłada, że ogólny dobrostan psychiczny (zadowolenie z całego życia, poczucie szczęścia) jest wynikiem algebraicznego rachunku na zbiorze satysfakcji cząstkowych z wszystkich istotnych aspektów życia bądź też na zbiorze wszystkich liczących się doświadczeń emocjonalnych w pewnym przedziale czasu. Rachunek satysfakcji oznacza, że na ogólne zadowolenie z życia składa się suma (ewentualnie ważona) zadowolenia z pracy, pieniędzy, małżonka, dzieci, miejsca zamieszkania, zdrowia itd. [Czapiński, 2004, s. 203].

Teoria „góra-dół” odwraca kierunek zależności. Głosi ona, że to raczej ogólne zadowolenie z życia czy poczucie szczęścia, ewentualnie pogoda ducha, optymizm, nadzieja warunkują satysfakcje cząstkowe (człowiek szczęśliwy będzie oceniał ten sam dochód i te same warunki pracy bardziej pozytywnie od nieszczęśliwego) oraz intensywność, a nawet znak wartościujący reakcji emocjonalnych na wydarzenia życiowe (człowiek szczęśliwy mniej negatywnie będzie reagował na niepomyślny bieg spraw oraz bardziej pozytywnie od nieszczęśliwego na korzystne zrządzenia losu). Teoria ta zakłada, że w ogóle zadowolenie jest dane genetycznie, w rezultacie długotrwałego procesu wychowania bądź też oddziaływania innych czynników niezwiązanych z aktualną sytuacją człowieka w zakresie konkretnych aspektów życia poddawanych ocenie. Zakłada swego rodzaju wewnętrzny homeostat gwarantujący stabilność ogólnego dobrostanu psychicznego w zmiennym środowisku życia [Czapiński, 2004, s. 204].

Do teorii homeostatycznych należy także cebulowa teoria szczęścia. Zakłada ona trójpoziomą strukturę dobrostanu psychicznego. Zależności między poszczególnymi poziomami są dwukierunkowe, lecz „wrażliwość” poszczególnych wymiarów dobrostanu na zmienne aspekty warunków życia jest zróżnico-

wana. Najsilniej uwarunkowany genetycznie poziom woli życia w dłuższym przedziale czasu jest najbardziej odporny na czynniki sytuacyjne. Z kolei poziom pośredni ogólnego dobrostanu subiektywnego jest umiarkowanie wrażliwy na zmiany obiektywnych aspektów jakości życia. Jedynie „najpłytszy” poziom satysfakcji cząstkowych, które odnoszą się do konkretnych dziedzin życia (pracy, pieniędzy, dzieci itd.) pozostaje w ścisłym związku z obiektywnym stanem owych dziedzin [Czapiński, 2004, s. 204]. Wola życia jest zatem najgłębszym i ostatecznym źródłem pozytywnej postawy wobec życia, jest zasadniczo odporna na zewnętrzne czynniki. Choć jej spadek zależy od czynników zewnętrznych, lecz jej wzrost jest warunkowany wewnętrznie kilkakrotnie silniej niż wzrost dobrostanu zależny, lecz w umiarkowanym stopniu od poprawy obiektywnych warunków życia [Czapiński, 2001, s. 301–302]. Teoria ta zakłada istnienie wewnętrznego „szczęśliwego atraktora” niwelującego wszelkie negatywne odchylenia dobrostanu w dwóch głębszych warstwach od właściwego dla danej osoby poziomu podstawowego. Źródło poczucia szczęścia umiejscowione jest wewnątrz, zaś czynniki zewnętrzne odpowiedzialne są za poczucie nieszczęścia [Czapiński, 2004, s. 204].

### CZY JESTEŚMY SZCZĘŚLIWI?

Zdecydowana większość osób, które biorą udział w badaniach socjologicznych, psychologicznych czy też epidemiologicznych deklaruje, iż czuje się bardzo czy też dosyć szczęśliwa. Badani przewidują raczej pozytywne niż negatywne scenariusze swego dalszego życia, zwracają uwagę w większym stopniu na przyjemne niż przykre strony rzeczywistości. Tendencja ta, która dominuje wśród ludzi została nazwana przez psychologów mianem „efektu Pollyanny” lub „inklinacją pozytywną”. Przejawy owej tendencji można odnaleźć niemal we wszystkich dziedzinach aktywności człowieka. Niewątpliwie w takich badaniach mamy do czynienia z efektem narzędzia badawczego, jakim są kwestionariusze. Zarzutom jaki kieruje się w ich stronę, jest to, iż mierzą raczej sposób, w jaki respondent prezentuje siebie w celu wywarcia jak najlepszego wrażenia na innych, niż faktycznie doświadcza, odczuwa czy też myśli [por. Czapiński, 2001, s. 284–285].

Warto wskazać także na zmiany, jakie dokonują się na rynku pracy. Jak wskazuje M. Seligman: „nasza gospodarka szybko zmienia się z gospodarki pieniądza w gospodarkę zadowolenia” [Seligman, 2005, s. 218]. Tendencje te raz zwyżkują, raz opadają, lecz od dwudziestu lat przechylają się zdecydowanie na korzyść osobistego zadowolenia. Prawnicy są teraz najlepiej opłacanym zawodem w Ameryce. Mimo to największe nowojorskie firmy prawnicze wydają więcej na zatrzymanie niż na nabór nowych pracowników, gdyż młodzi aplikan-

ci, a nawet wspólnicy, porzucają hurmem kancelarie dla pracy, która daje im większe zadowolenie. Perspektywa życia w wielkim bogactwie po paru latach katorżniczej pracy straciła wiele ze swego powabu. Nowo bitą monetą w tej dziedzinie stało się zadowolenie z życia [Seligman, 2005]. Także w Polsce coraz częściej obserwujemy podobne zmiany.

Dokonywanie takich wyborów niewątpliwie wymaga dużej pewności siebie, która jest jedną z pozytywnych emocji sprzyjających pozytywnemu postrzeganiu przyszłości. Do emocji pozytywnych odnoszących się do przyszłości należą także wiara, nadzieja, ufność i optymizm. Nadzieja i optymizm były przedmiotem tysięcy badań empirycznych, a co istotne można je wzmocnić. Zwiększają one odporność na depresję, kiedy zdarzy się coś złego, podnoszą wydajność pracy, szczególnie w zawodach, w których trzeba sprostać wysokim wymaganiom, przyczyniają się także do lepszego zdrowia fizycznego [Seligman, 2005, s. 119]. A.C. Bohart twierdzi, iż zdolność ludzi do przyjmowania orientacji na przyszłość ma fundamentalne znaczenie dla rozwoju człowieka, gdyż daje poczucie większych możliwości, sprzyja aktywności, dokonywaniu wyborów i braniu na siebie odpowiedzialności. Skojarzenie orientacji na przyszłość z większym poczuciem osobistej mocy oraz kontroli zostało wsparte badaniami empirycznymi. Jednakże A.C. Bohart podkreśla znaczenie optymalnego zrównoważenia perspektyw czasowych, które pozwala ludziom dążyć do przyszłych celów w zgodzie ze swoimi doświadczeniami z przeszłości oraz obecnymi uwarunkowaniami [Boniwell, Zimbardo, 2007, s. 126].

## METODYKA BADAŃ

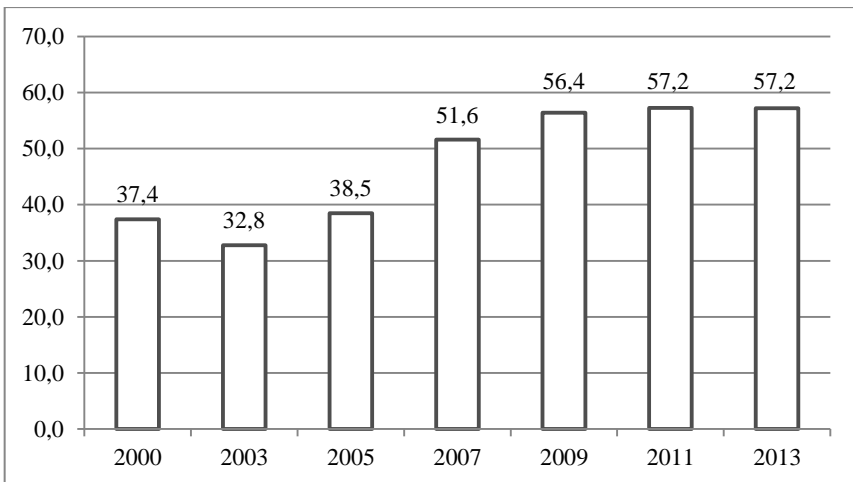
Część empiryczna niniejszej pracy została opracowana na podstawie wyników projektu badawczego *Diagnoza Społeczna 2013*. Projekt ten jest wspólnym naukowym przedsięwzięciem członków Rady Monitoringu Społecznego [Panek i inni, 2013, s. 30]. *Diagnoza Społeczna* jest projektem kompleksowym, uwzględnia w jednym badaniu wszystkie istotne aspekty życia poszczególnych gospodarstw domowych oraz ich członków, zarówno ekonomiczne jak i pozaeconomiczne [Czapiński, 2013, s. 13]. Badanie *Diagnoza Społeczna* ma charakter panelowy. Do 2013 roku zrealizowano siedem rund badania. W 2013 roku badaniu poddano 12 355 gospodarstw domowych z 36 293 członkami oraz indywidualnie 26 307 członków owych gospodarstw w wieku 16 lat i więcej. Gospodarstwa domowe wybierano do badań z zastosowaniem losowania warstwowego dwustopniowego. By uzyskane w badaniu wyniki były reprezentatywne poddano je odpowiedniemu waznieniu [por. Panek i inni, 2013, s. 30–32].

Wyniki badań przedstawione w pracy zostały opracowane na podstawie bazy danych indywidualnych respondentów (ds\_0\_13\_2014\_03\_23\_ind\_internet).

W celu wykonania analiz baza została odpowiednio przygotowana (filtr: F2013=1, waga: WAGA\_2013\_IND). Jednostkami poddanymi analizie są Polacy, którzy ukończyli 16 lat. Baza danych zawiera 25 431 takich jednostek, które udzieliły odpowiedzi na pytanie: W jakim stopniu zadowolona jest Pani z perspektyw na przyszłość?

### ZADOWOLENIE Z PERSPEKTYW NA PRZYSZŁOŚĆ

Jak już wcześniej było wspomniane, zadowolenie z życia zmienia się pod wpływem czynników obiektywnych i subiektywnych, ale także wraz z upływem czasu. Zmiany takie możemy zaobserwować na przełomie lat 2000–2013. W tym okresie zadowolenie Polaków z perspektyw na przyszłość systematycznie rosło, z wyjątkiem 2003 roku, kiedy jedynie 32,8% Polaków deklarowało zadowolenie. Natomiast od 2011 roku zadowolenie z perspektyw na przyszłość utrzymuje się na stałym poziomie – 57,2%.



**Rys. 1. Zadowolenie z perspektyw na przyszłość w latach 2000–2013 (w %)**

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Diagnoza Społeczna 2000–2013.

Kluczowe dla oceny zadowolenia z perspektyw na przyszłość są jednak czynniki obiektywne i subiektywne. One w największym stopniu różnicują nasze zadowolenia. By poznać ich wpływ, wykonano analizę regresji logistycznej, która jest jedną z metod opisu zależności pomiędzy jakościową zmienną celu, a zbiorem zmiennych objaśniających. Istotne w tej metodzie jest pojęcie ilorazu szans, które oznaczają, że wydarzenie nastąpi dla rekordów z wartością  $x=1$  przez szansę, że wydarzenie nastąpi dla rekordów z wartością  $x=0$  [por. Larose, 2008,

s. 163–171]. Zmienna zależna (jakościowa celu): *zadowolenie z perspektyw na przyszłość* została dekodowana do zmiennej binarnej, gdzie 1 oznacza zadowolenie z perspektyw na przyszłość, a 0 oznacza niezadowolenie. Jako zmienne objaśniające ostatecznie do modelu zostało zakwalifikowanych osiem zmiennych: w tym zmienna status społeczno-ekonomiczny – skala utworzona ze zmiennych: wykształcenie, status społeczno-zawodowy oraz dochód. Wszystkie zmienne objaśniające są istotne statystycznie. Model regresji spełnia wymagane parametry. R kwadrat Coxa i Snella wynosi 0,075, co oznacza, że wprowadzenie do modelu zmiennych niezależnych (objaśniających) nieznacznie poprawiło jego dopasowanie do danych. Także R kwadrat Nagelkerkego, równy 0,100, pozwala stwierdzić, że poprawiło się dopasowanie modelu. Istotność testu Hosmera i Lemeshowa jest większa od 0,05, co nie pozwala odrzucić hipotezy zerowej, że pomiędzy obserwowanymi wartościami zmiennej zależnej a wartościami oczekiwanymi, które przewiduje model nie ma różnicy. W związku z tym można założyć, że model jest dobrze dopasowany do danych.

Największy wpływ na zadowolenie z perspektyw na przyszłość ma status społeczno-ekonomiczny. Przyrost na skali statusu społeczno-ekonomicznego o jedno odchylenie standardowe powoduje wzrost szans znalezienia osób zadowolonych z perspektyw na przyszłość 1,457-krotnie, zatem szansa rośnie o 45,7%, przy pozostałych zmiennych na tym samym poziomie. Szanse na zadowolenie zwiększają także zmienne z obszaru relacji społecznych. Największy wpływ na zadowolenie ma fakt bycia w związku małżeńskim, gdyż zwiększa szanse aż 1,389-krotnie, zatem o 38,9%. Bardzo ważne jest także posiadanie przyjaciół, każdy kolejny przyjaciel zwiększa nasze zadowolenie 1,029-krotnie, czyli o 2,9%, z kolei każdy kolejny udział w nabożeństwie powoduje wzrost szans znalezienia osób zadowolonych 1,022-krotnie, czyli o 2,2%.

Niestety, nie wszystkie zmienne sprzyjają naszemu zadowoleniu z perspektyw na przyszłość. Posiadanie dzieci na utrzymaniu powoduje spadek szansy znalezienia się w grupie zadowolonych z perspektyw na przyszłość, szansa maleje o 11,7%, przy pozostałych zmiennych na tym samym poziomie. Także u osób nadużywających alkohol szanse na znalezienie zadowolonych z perspektyw na przyszłość maleją o 21,6%.

Bardzo ważnym dobrem wpływającym na zadowolenie jest zdrowie. Jego wpływ został zweryfikowany zmienną objaśniającą – *problemy ze zdrowiem, które utrudniały wykonywanie codziennych zajęć*, jako kategoria odniesienia została wybrana odpowiedź „nigdy”. W porównaniu do osób, które nigdy nie miały problemów ze zdrowiem i przy pozostałych zmiennych na tym samym poziomie, przynależność do grupy, która miała „częste” problemy zdrowotne powoduje, że szansa na zadowolenie z perspektyw na przyszłość maleje o 61,8%. Także szansa na zadowolenie u osób, które deklarowały, że problemy ze zdrowiem „zdarzały się” maleje o 32,6%.



Ostatnią zmienną objaśniającą jest wiek; tu jako kategoria odniesienia została wybrana grupa osób w wieku do 24 lat. Zatem w porównaniu do osób do 24 roku życia i przy pozostałych zmiennych na tym samym poziomie, przynależność do pozostałych grup wiekowych powoduje spadek szans znalezienia się w grupie osób zadowolonych z perspektyw na przyszłość. Najmniejszy spadek szans odnotowano w grupie 65 i więcej lat – szanse maleją o 18,3%, a największy wśród osób w wieku 45–59 lat – szanse maleją o 51,8%.

**Tabela 1. Regresja logistyczna – zmienne w modelu**

<i>Zmienne w modelu</i>	B	Błąd standardowy	Wald	Istotność	Exp(B)
Status społeczno- -ekonomiczny	,376	,019	387,084	,000	1,457
Ile osób zalicza Pan do grona swoich przyjaciół	,028	,003	111,633	,000	1,029
Żonaty/zamężna	,328	,037	77,293	,000	1,389
Pięłem za dużo alkoholu	-,243	,062	15,185	,000	,784
Jak często bierze udział w nabożeństwach	,022	,005	19,553	,000	1,022
Dzieci na utrzymaniu	-,125	,040	9,475	,002	,883
Problemy ze zdrowiem utrudniały Panu wykonywanie codziennych zajęć – kategoria odniesienia: nigdy			323,897	,000	
<i>często</i>	-,963	,055	306,301	,000	,382
<i>zdarzyło się</i>	-,395	,035	126,368	,000	,674
Wiek – kategoria odniesienia: do 24 lat			152,104	,000	
<i>25–34 lata</i>	-,431	,078	30,960	,000	,650
<i>35–44 lata</i>	-,600	,083	52,472	,000	,549
<i>45–59 lat</i>	-,729	,078	88,418	,000	,482
<i>60–64 lata</i>	-,344	,087	15,595	,000	,709
<i>65+</i>	-,202	,079	6,595	,010	,817
<b>Stała</b>	<b>,444</b>	<b>,069</b>	<b>40,833</b>	<b>,000</b>	<b>1,558</b>

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Diagnoza Społeczna 2013.

## PODSUMOWANIE

Zadowolenie z życia oraz perspektyw jego przyszłości jest dla każdego człowieka siłą napędową. Zatem śledzenie dobrostanu jest niezwykle istotne, bowiem wpływa on na jednostkę, a skumulowany na grupy społeczne oraz narody. Często spotykamy się ze stereotypem narzekającego Polaka, lecz zaprezen-

towane w niniejszej pracy dane pozwalają stwierdzić, że nasz optymizm rośnie i więcej wśród nas optymistów niż pesymistów. Jednakże nasze zadowolenie z perspektyw na przyszłość jest uzależnione od wielu czynników. Pozytywny wpływ na nasze zadowolenie ma m.in. status społeczno-ekonomiczny, przyjaciele, bycie w związku małżeńskim oraz udział w nabożeństwach. Z kolei negatywny wpływ ma nadużywanie alkoholu, posiadanie dzieci na utrzymaniu i problemy ze zdrowiem. Ponadto także wiek, lecz w tym aspekcie, że w porównaniu do najmłodszych Polaków szanse na zadowolenie z perspektyw na przyszłość wśród starszych maleją. Przedstawione wnioski ukazują jedynie jeden z wielu wymiarów w ocenie zadowolenia. Bardzo istotny jest także wymiar psychologiczny, w tym czynniki osobowościowe i temperamentalne. Niewątpliwie ocena zadowolenia z życia oraz postrzegania przyszłości wymaga zintegrowanego podejścia socjologów, ekonomistów i psychologów. Jednakże z powyższych informacji można wnioskować, że człowiek jest istotą społeczną. Im więcej mamy wśród siebie bliskich osób, tym jesteśmy szczęśliwsi.

#### BIBLIOGRAFIA

- Boniwell I., Zimbardo P.G., 2007, *Zrównoważona perspektywa czasowa jako warunek optymalnego funkcjonowania* [w:] *Psychologia pozytywna w praktyce*, red. P.A. Linley, S. Joseph, PWN, Warszawa.
- Czapiński J., 2001, *Szczęście – złudzenie czy konieczność? Cebulowa teoria szczęścia w świetle nowych danych empirycznych* [w:] *Złudzenia, które pozwalają żyć*, red. M. Kofta, T. Szustrowa, PWN, Warszawa.
- Czapiński J., 2004, *Ekonomiczne przesłanki i efekty dobrostanu psychicznego* [w:] *Psychologia ekonomiczna*, red. T. Tyszka, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Czapiński J., 2013, *Wstęp* [w:] *Diagnoza społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków*, red. J. Czapiński, T. Panek, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa.
- Kasser T., 2007, *Dobre życie czy życie dobrami? Psychologia pozytywna i poczucie dobrostanu w kulturze konsumpcji* [w:] *Psychologia pozytywna w praktyce*, red. P.A. Linley, S. Joseph, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Larose D.T., 2008, *Metody i modele eksploracji danych*, PWN, Warszawa.
- Panek T., Czapiński J., Kotowska I.E., 2013, *Metoda badania* [w:] *Diagnoza społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków*, red. J. Czapiński, T. Panek, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa.
- Rostowska T., 2009, *Małżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*, Impuls, Kraków.
- Schwartz B., Ward A., 2007, *Mieć się lepiej, ale czuć się gorzej: paradoks wyboru* [w:] *Psychologia pozytywna w praktyce*, red. P.A. Linley, S. Joseph, PWN, Warszawa.
- Seligman M., 2005, *Prawdziwe szczęście. Psychologia pozytywna a urzeczywistnienie naszych możliwości trwałego spełnienia*, Media Rodzina, Poznań.

- Sheldon K.M., Lyubomirsky S., 2007, *Trwały wzrost poziomu szczęścia: perspektywy, praktyki i zalecenia* [w:] *Psychologia pozytywna w praktyce*, red. P.A. Linley, S. Joseph, PWN, Warszawa.
- Sztompka P., 2007, *Socjologia. Analiza społeczeństwa*, Wydawnictwo Znak, Kraków.

### *Streszczenie*

Przedmiotem niniejszego artykułu jest szczęście i zadowolenie z życia oraz perspektyw na przyszłość. Jest to temat zawsze aktualny, zwłaszcza w obecnych czasach, przez niektórych autorów (A. Giddens, U. Beck) nazywanych późną nowoczesnością. Szczególnie w takich warunkach społecznych warto zatrzymać się i zastanowić, czy jesteśmy szczęśliwi i jak oceniamy swoją przyszłość. Wątpliwości te są wyjaśnione już w pierwszej części pracy, zawierającej znaczenia pojęć: jakość życia, szczęście, zadowolenie, dobrostan psychiczny wraz ze wskazaniem na czynniki obiektywne i subiektywne wpływające na ów dobrostan. Ponadto przedstawione są założenia teorii dobrostanu psychicznego: „dół-góra”, „góra-dół”, cebulowa teoria szczęścia. Kolejnym aspektem jest przyszłość w kontekście dobrostanu psychicznego, w tym znaczenie nadziei, wiary, optymizmu i pewności siebie.

Druga część pracy zawiera wyniki badań opracowane na podstawie projektu pn. *Diagnoza Społeczna*. Zmienną wyjaśnianą jest zadowolenie z perspektyw na przyszłość, w tym ukazanie, jak owe zadowolenie przedstawia się na przełomie lat 2000–2013. Kluczowe jest przedstawienie zmiennych mających największy wpływ na zadowolenie z perspektyw na przyszłość oraz poznanie kierunku ich wpływu. Pozytywny wpływ na nasze zadowolenie ma status społeczno-ekonomiczny oraz bliskie relacje społeczne, jak: posiadanie przyjaciół, bycie w związku małżeńskim i udział w nabożeństwach. Ponadto nasze zadowolenie różnicuje także wiek, stan zdrowia, posiadanie dzieci na utrzymaniu czy nadużywanie alkoholu. Jako, że na wiele rzeczy w swoim życiu mamy wpływ, warto zweryfikować, w których wymiarach możemy jeszcze zwiększyć nasze zadowolenie z perspektyw na przyszłość.

*Słowa kluczowe:* jakość życia, szczęście, zadowolenie z perspektyw na przyszłość, dobrostan psychiczny, teorie dobrostanu psychicznego

### **Satisfaction with Life and Prospects for the Future versus Objective and Subjective Factors Affecting One's Situation in Life**

#### *Summary*

This article is concerned with happiness and satisfaction with life and prospects for the future. The subject matter is always relevant, especially in these times, called by some authors (A. Giddens, U. Beck) late modernity. It is worth stopping and thinking, especially in such social conditions, whether we are happy and what the future will bring us. These doubts are explained in the first part of the paper, which contains the meanings of terms such as: life quality, happiness, satisfaction and psychological well-being. Moreover, objective and subjective factors are pointed out which have influence on that well-being. In addition, the assumptions of the theory of psychological well-being are presented: bottom-up and top-down models, the onion theory of happiness. Another aspect is the future in the context of psychological well-being, including the importance of hope, faith, optimism and confidence. The second part of the paper contains the results of the

---

research obtained on the basis of the project entitled Social Diagnosis. The variable being explained is satisfaction with future prospects and the extent of that satisfaction is presented with reference to years 2000-2013. The presentation of variables that have the greatest impact on satisfaction with future prospects and learning to what extent the variables affect the satisfaction is of key importance. The socio-economic status and close social relations such as having friends, being married and participation in church services have a positive influence on our satisfaction. Moreover, our satisfaction varies depending on our age, health condition, having children to maintain or if we abuse alcohol. Since there are a lot of things in our life that depend on us, it is worth analyzing in which aspects we can increase our satisfaction with the prospects for the future.

*Keywords:* life quality, happiness, satisfaction with prospects for the future, psychological well-being, theories of psychological well-being

JEL: Z130