

Doktorant: Wojciech Gulin

Tytuł rozprawy doktorskiej: Temporalne i społeczno-emocjonalne korelaty subiektywnego dobrostanu w późnej dorosłości

Promotor: dr hab. Barbara Cizkowicz, prof. UKW

STRESZCZENIE

Przedmiot i cel badań: Starzenie się populacji wiąże się z wieloma wyzwaniami, których rozwiązywanie powinno być traktowane priorytetowo. Kreowanie warunków sprzyjających jak najdłuższemu samodzielnemu i aktywnemu spędzaniu późnej dorosłości w zdrowiu oraz dobrym samopoczuciu będzie się wiązało z korzyściami indywidualnymi, społecznymi i ekonomicznymi. Realizacja działań praktycznych powinna być jednak poprzedzona wielowymiarowym poznaniem uwarunkowań satysfakcjonującego życia w późnej dorosłości. Istotnej wiedzy mogą dostarczyć psychologiczne badania naukowe dotyczące dobrostanu, utożsamianego w literaturze przedmiotu z optymalnym funkcjonowaniem i doświadczaniem rzeczywistości.

Za przedmiot badań przyjęto wielowymiarową relację między perspektywą czasową a subiektywnym dobrostanem osób we wczesnej starości. Badania miały na celu ustalenie związków między perspektywą czasową a subiektywnym dobrostanem osób we wczesnej starości, z uwzględnieniem zmiennych pośredniczących o charakterze społeczno-emocjonalnym: poczucia samotności, aktywności, stylu radzenia sobie ze stresem, subiektywnego stanu zdrowia oraz wybranych zmiennych socjodemograficznych.

Metoda: Dobór osób badanych do próby odbywał się metodą kuli śnieżnej. Przebadano $N = 363$ przedstawicieli wczesnej starości (w przedziale wiekowym 60–75 lat), o fizycznej i umysłowej sprawności umożliwiającej samodzielne funkcjonowanie. Średni wiek respondentów wyniósł 66 lat ($SD = 4,98$). Zastosowano siedem samoopisowych skal: *Kwestionariusz perspektywy czasowej Zimbardo*, *Skalę satysfakcji z życia*, *Skalę samotności de Jong Gierveld*, *Kwestionariusz radzenia sobie w sytuacjach stresowych*, *Skalę subiektywnego stanu zdrowia*, *Skalę aktywności osób starszych* własnej konstrukcji, zaadaptowaną *Skalę pozytywnych i negatywnych doświadczeń* oraz *Metryczkę* do pomiaru zmiennych socjodemograficznych.

Wyniki i wnioski: Wymiary perspektywy czasowej okazały się istotnymi predyktorami subiektywnego dobrostanu osób starszych, przy czym wyjaśniają większą część wariacji satysfakcji z życia (32,8%) niż pozytywnego (25,0%) i negatywnego afektu (18,3%). W świetle uzyskanych rezultatów, wysoki poziom przeszłości negatywnej oraz terażniejszości fatalistycznej można uznać za zagrażający, natomiast wysoki poziom przeszłości pozytywnej oraz terażniejszości hedonistycznej, za sprzyjający subiektywnemu dobrostanowi osób starszych. Wymiar przyszłości – jak się okazało – jest istotnym predyktorem satysfakcji z życia, natomiast nie jest znaczący dla dobrostanu emocjonalnego seniorów. Wyznaczono profil zrównoważonej perspektywy czasowej, najkorzystniejszy z punktu widzenia subiektywnego dobrostanu osób we wczesnej starości. Uzyskany optymalny poziom wymiarów perspektywy czasowej dla osób we wczesnej starości różni się od wskazywanego dla populacji ogólnej w ramach teorii perspektywy czasowej. Na tej podstawie można wnioskować, że właściwości psychologicznej sfery temporalnej zmieniają się z wiekiem. Uwzględnione zmienne, takie jak: poczucie samotności, aktywność, styl radzenia sobie ze stresem oraz subiektywny stan zdrowia okazały się istotnymi mediatorami części relacji między wybranymi wymiarami perspektywy czasowej a składowymi subiektywnego dobrostanu osób starszych.

Określono związki zmiennych socjodemograficznych, takich jak: wiek chronologiczny, płeć, wykształcenie, pozostawanie w związku, choroby przewlekłe, sytuacja zawodowa oraz ocena sytuacji ekonomicznej, zarówno z wymiarami perspektywy czasowej, jak i komponentami subiektywnego dobrostanu. Cztery spośród uwzględnionych zmiennych socjodemograficznych (wiek chronologiczny, płeć, pozostawanie w związku oraz ocena sytuacji ekonomicznej) okazały się moderatorami sześciu relacji między wybranym wymiarem perspektywy czasowej a poznawczą lub afektywną składową subiektywnego dobrostanu osób we wczesnej starości.

Uzyskane wyniki dotyczące temporalnych uwarunkowań subiektywnego dobrostanu w późnej dorosłości mogą stać się podstawą organizowania konkretnych, psychologicznych oddziaływań optymalizujących funkcjonowanie osób starszych. Możliwe jest kreowanie optymalnego – z punktu widzenia subiektywnego dobrostanu – układu wymiarów perspektywy czasowej. Konsekwencją stosowania działań powinny być korzystne zmiany poziomu wymiarów perspektywy czasowej, pozytywnie wiążące się z subiektywnym dobrostanem osób starszych.

Efektom realizacji prezentowanej pracy w wymiarze metodologicznym jest dostarczenie dwóch samoopisowych kwestionariuszy, o zadowalających właściwościach

psychometrycznych. Sfinalizowano prace konstrukcyjne *Skali aktywności osób starszych* do pomiaru rodzaju i poziomu podejmowanej przez osoby starsze aktywności oraz przeprowadzono adaptację kulturową *Skali pozytywnego i negatywnego afektu* na polskiej próbie osób starszych.

Słowa kluczowe: perspektywa czasowa, subiektywny dobrostan, poczucie samotności, aktywność, styl radzenia sobie ze stresem, subiektywny stan zdrowia, późna dorosłość.