

*Ranja Salmič*  
*Tadeja Glavan*  
*Valentina Jerenec*  
*Iva Pavičić*

**POVEZANOST  
ZADOVOLJSTVA  
PRI DELU IN  
IZOBRAZBE  
S PSIHIČNIM  
ZDRAVJEM  
UPOKOJENCEV**

*125-153*

BIČEVJE I  
SI-1000 LJUBLJANA  
RANJA.SALMIC@GMAIL.COM

JURČKOVA CESTA 9  
SI-1000 LJUBLJANA  
TADYKA.G@GMAIL.COM

NOVA VAS PRI PTUJU 32A  
SI-2250 PTUJ  
TINCA.VAL@GMAIL.COM

UL. JASMINA 10  
HR-43000 BJELOVAR

**::POVZETEK**

UPOKOJITEV JE ČAS PRENEHANJA zaposlitve in začetek prejetja pokojnine ne glede na starost. Ena skupina raziskav se ukvarja s proučevanjem trenutnih dejavnikov, ki vplivajo na psihično zdravje upokojencev, druga skupina pa s preteklimi izkušnjami, statusom in vlogami upokojencev z vidika vseživljenjskega razvoja, kamor sodi tudi naša raziskava. Naš namen je bil ugotoviti, ali višje izobraženi in bolj zadovoljni upokojenci na preteklem delovnem mestu pomembno pogosteje poročajo o višjem trenutnem psihičnem zdravju. V raziskavo smo vključili 74 slovenskih upokojenk in 27 upokojencev, v pokoju do največ 5 let. Uporabljena vprašalnika sta bila *MHC-LF* in *MSQ*. Stopnja izobrazbe se pomembno zmerno pozitivno povezuje z delovnim zadovoljstvom. Glede povezanosti psihičnega zdravja upokojencev ugotavljamo, da višje izobraženi poročajo o slabšem psihičnem zdravju, povezanost z delovnim zadovoljstvom pa ni bila pomembna. Izobrazba napoveduje več skupne variance psihičnega zdravja kot delovno zadovoljstvo. Prednost raziskave je proučevanje širšega konstrukta psihičnega zdravja, ne zgolj psihološkega blagostanja, ter proučevanje povezanosti zdravja z izobrazbo kot samostojnim dejavnikom.

**Ključne besede:** Psihično zdravje, upokojitev, delovno zadovoljstvo, izobrazba

**ABSTRACT*****CORRELATION BETWEEN WORK SATISFACTION AND EDUCATION LEVEL WITH PSYCHOLOGICAL HEALTH AMONG RETIREES***

*Retirement is the time of the end of employment and beginning receiving a pension in regardless of age. One type of studies is based on the study of the current factors that affect the psychological health of retirees and the second deals with past experience, status and roles as predictors of prosperity and derives from lifelong development, which is also our area of research. The purpose of this study was to examine whether higher educated retirees and those with higher job satisfaction before retirement were significantly more likely to report higher current psychological health. The study included 74 female pensioners and 27 male Slovene pensioners, in retirement for maximum 5 years. We used *MHC-LF* and *MSQ* questionnaires. Education level correlated significantly moderately positive with job satisfaction. We found higher education in negative correlation with psychological health in retirees, but results showed no significant relationship between psychological health and job satisfaction. Education indeed predicts*

*more total variance of psychological health than job satisfaction. Advantages of the research are that we examined psychological health as broader construct, not just psychological well-being, and the correlation between health and education as an independent factor.*

*Keywords: Psychological health, retirement, job satisfaction, education*

## **::UVOD**

Proučevanje različnih značilnosti upokojencev in procesa upokojevanja postaja v sodobni družbi vse bolj pomembno, saj pripadniki številčne "baby-boom" generacije živijo vse dlje. Podaljševanje življenjske dobe pomeni, da se bodo starostniki z vse večjo verjetnostjo soočali z zdravstvenimi problemi (Crimmins in Saito, 2000) tudi v duševnem zdravju. Poznavanje pozitivnih in negativnih dejavnikov duševnega zdravja starejših tako postaja bolj in bolj pomembno, saj družba le tako lahko deluje v smeri spodbujanja prvih in omejevanja drugih dejavnikov s ciljem doseganja zdravja starejše populacije.

Upokojitev opredeljujemo kot čas prenehanja zaposlitve in začetek prejemanja pokojnine ne glede na starost (O'Rand, 1990). Je mejnik v posameznikovem življenju, ki zaznamuje prehod v obdobje pozne odraslosti (Jungmeen in Moen, 2002). Ne predstavlja le objektivnega dogodka, saj povzroči tudi subjektivne psihološke in socialne spremembe, ki zaznamujejo posameznikovo fizično in psihično počutje (Moen, 2001). Gre za obdobje, ko posamezniki doživljajo spremembe na področju ekonomskega statusa (npr. Palmore, Fillenbaum in George, 1984) ter socialne in fizične aktivnosti (npr. Wells in Kendig, 1999).

## **::Upokojevanje in duševno zdravje**

Raziskave, ki se ukvarjajo s proučevanjem dejavnikov, ki vplivajo na duševno zdravje upokojencev, se delijo v dve skupini. Prva skupina raziskav temelji na proučevanju trenutnega konteksta in aktualnih dejavnikov, pri čemer se osredotočajo na sedanje resurse in aktivnosti (Szinovacz, 2003). Rezultati teh študij kažejo, da so najpomembnejši dejavniki, ki se povezujejo z višjim blagostanjem upokojencev, fizično zdravje in finančna preskrbljenost (npr. Kim in Moen, 2002; Richardson in Kilty, 1991; Scinovacz, 2003) ter poročen zakonski stan, identifikacija z zakonsko vlogo in skupne prostočasne aktivnosti z zakoncem (Price in Joo, 2005). Druga, manj obširna skupina raziskav, se ukvarja s preteklimi izkušnjami, statusom in vlogami kot prediktorji blagostanja in izhaja iz vseživljenjskega razvoja (Elder, 1995; Moen, 1996). Rezultati

kažejo, da poupokojitveno blagostanje spodbujajo upokojenčeva poklicna vloga, predupokojitvena socialna mreža in pretekla samopodoba ter zaznava samoučinkovitosti (Esteban, Haverstick in Sass, 2009; Reitzes in Mutran, 2004; vanSolinge in Henkes, 2005, 2008).

Pri opredeljevanju dela in njegovega vpliva na posameznika ločimo dve sociološki perspektivi, ki temeljita na diametralno različnih predpostavkah. Prva perspektiva delo povezuje z odtujitvijo in oddaljevanjem posameznika od samega sebe, zato upokojitev pomeni izboljšanje subjektivnega blagostanja. Upokojenci pridobijo več časa zase in pomembne druge. Posvečati se lahko začnejo hobijem, imajo več prostega časa in avtonomije (Drentea, 2002). Vplivnejša druga perspektiva definira delo kot koristen dejavnik posameznikovega blagostanja, ki se pozitivno povezuje z duševnim in fizičnim zdravjem (Matthews, Hertzman, Ostry in Power, 1998; Ross in Bird, 1994; Ross in Mirowsky, 1995; Verbrugge, 1985; Waldron in Jacobs, 1988). Plačano delo ljudem zagotavlja finančno stabilnost, varnost, občutek koristnosti, večjo socialno vključenost, socialno podporo in poznanstva. Delo in dohodki se pozitivno povezujejo z višjim blagostanjem, ki se odraža v močnejšem občutju kontrole in nižji depresivnosti ter anksioznosti (Horwitz, 1984; Mirowsky in Ross, 1989; Ross in Mirowsky, 1992). Upokojenci lahko potemtakem doživljajo občutja pomanjkanja življenjskega smisla, socialne mreže in izgubo (poklicne) identitete (Jungmeen in Moen, 2002).

T.i. *teorija vlog* (ang. "role theory") govori o tem, da upokojitev predstavlja prekinitev delovne vloge posameznika, prehod od zaposlenosti v upokojitev pa predstavlja izgubo delovne vloge (Merton, 1957; Moen, Dempster-McClain in Williams, 1992; Riley in Riley, 1994). Teorija zagovarja stališče, da takšna izguba vodi v doživljanje anksioznosti in depresivnosti (Rosow, 1967; Thoit, 1992) in posledično v nižje zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi. Ko je delovna vloga za posameznika ključna za njegovo identiteto, upokojitev predstavlja še posebej stresen dogodek (Burke, 1991). Nasprotno pa delavci, katerim delo predstavlja breme, upokojitev doživljajo pozitivno. Iz teorije vlog izhaja, da se pozitiven odnos do upokojevanja oblikuje na podlagi nizke pripadnosti preteklemu delu (manj časa, preživetega na delovnem mestu, in manjša poklicna identifikacija) (Erdner in Guy, 1990; Martin Matthews in Brown, 1988). Nekatere študije so pokazale, da se višja pripadnost delu in večja identifikacija z delovno vlogo povezuje s slabšim prilagajanjem na upokojitev in višjo stopnjo predupokojitvene anksioznosti (Austrom, Perkins, Damush in Hendrie, 2003; Feldman, 1994; Hayslip, Beyerlein in Nichols, 1997). Kilty in Behling (1985) sta ugotovila tudi, da je pomanjkanje identifikacije s poklicno vlogo povezano s prežgodnjim upokojevanjem.

Teoretični izsledki in raziskave o vplivu upokojevanja na duševno zdravje

so nekonsistentni. Nekateri avtorji, ki so proučevali duševno zdravje glede na zaposlitveni status, ugotavljajo, da upokožitev razbremeni posameznika, saj ta ne deluje več v stresnem delovnem okolju, občuti pa več osebne kontrole (Drentea, 2002; Kim in Moen, 2002). Drugi avtorji so ugotovili nižje psihološko blagostanje nezaposlenih v primerjavi z zaposlenimi odraslimi (npr. Dooley, Fielding in Levi, 1996; Murphy in Athanasou, 1999). Avtorji teh raziskav upokožitev pojmujejo kot izgubo pozitivnih vplivov, ki jih prinaša delovno okolje, kot so finančna stabilnost, občutek lastne koristnosti in socialna aktivnost (Moen, 1996). Te raziskave podpirajo predpostavko, da se upokoženci bolj verjetno soočajo z depresivnostjo in anksioznostjo po upokožitvi, zaradi česar je njihovo duševno zdravje slabše (Richardson in Kilty, 1991). Nekateri avtorji med zaposlenimi ugotavljajo višji nivo anksioznosti (Bossé, Aldwin, Levenson in Ekerdt, 1987; Richardson in Kilty, 1995), distresa (Abramson, Ritter, Gofin in Kark, 1992) in negativnega razpoloženja (Palmore, Fillenbaum in George, 1984), druge študije pa teh ugotovitev ne podpirajo (Bachman in Pillemer, 1991; George, Fillenbaum in Palmore, 1984). Rečemo lahko, da so rezultati raziskav na področju psiholoških posledic upokožitve nedokončni. Tudi rezultati prečnih študij ne kažejo enotnih ugotovitev. Nekateri prečne raziskave kažejo, da upokoženci bolj verjetno poročajo o slabšem psihološkem blagostanju v primerjavi z zaposlenimi vrstniki (Bossé idr., 1987), pri drugih pa med meritvami njihovega duševnega zdravja in psihološkega distresa ne prihaja do pomembnih razlik (Herzog, House in Morgan, 1991; Ross in Drentea, 1998). Omenjena nekonsistentnost ugotovitev raziskav ni bila razrešena niti z longitudinalnimi raziskavami, ki so se tipično osredotočale na medsebojno povezane skupine zaposlenih.

Avtorji preteklih raziskav izpostavljajo raznovrstnost *dejavnikov*, ki imajo posreden vpliv v odnosu med upokožitvijo in duševnim zdravjem, med katerimi so najpomembnejši: spol (Kim in Moen, 2002; Richardson in Kilty, 1995), samoučinkovitost (Wells in Kendig, 1999), psihološko blagostanje pred upokožitvijo (Kim in Moen, 2002), delovni in socialni pogoji pred upokožitvijo (Reitzes, Mutran in Fernandez, 1996), prostovoljnost upokožitve (Swan, Dame in Carmelli, 1991), fizično zdravje (Gall, Evans in Howard, 1997) in socialno-ekonomski status (Mein, Martikainen, Hemingway, Stansfeld in Marmot, 2003).

## **::Zadovoljstvo pri delu**

Zadovoljstvo pri delu odraža stopnjo, do katere delovno mesto in delovni pogoji zadovoljujejo posameznikova pričakovanja in želje (Spector, 1997). Delovno zadovoljstvo zaposlenih je pomembno poznati, saj se povezuje z nji-

hovim subjektivnim blagostanjem (Judge in Hulin, 1993) in zadovoljstvom z življenjem na splošno (Judge in Watanabe, 1993).

Ločimo *notranje in zunanje faktorje* zadovoljstva pri delu (Floyd, 2009). Notranje zadovoljstvo odraža stališča zaposlenega do narave delovnih nalog (Spector, 1997), to je glede smiselnosti, stabilnosti dela, statusa, avtonomnosti pri delu, osebne rasti, stopnje odgovornosti ter ravnotežja med delovnimi nalogami in zasebnim življenjem (Floyd, 2009). Zunanje zadovoljstvo vključuje občutke glede zunanjih vidikov delovne situacije in nalog (Spector, 1997), na primer plača, stopnja fleksibilnosti delovnika, možnost napredovanja idr. (Floyd, 2009). Notranje delovno zadovoljstvo kaže biti bolj pod vplivom genetskih dejavnikov (Hirschfeld, 2000). Z višjim zadovoljstvom naj bi se povezovale tudi osebne značilnosti ekstravertnosti, samozavedanja in sprejemljivosti (Floyd, 2009). Tesno povezan koncept z notranjim delovnim zadovoljstvom je *delovna vpletenost*.

Zadovoljstvo pri delu pred upokojitvijo lahko neposredno vpliva na zdravstveno stanje ter posredno na zadovoljstvo upokojenca (O'Brien, 1981). Stres na delovnem mestu, zadovoljstvo z delom in želja po upokojitvi visoko korelirajo. Z modifikacijo stresa na delovnem mestu lahko znižamo stopnjo prehitrega upokojevanja (Denton, Zeytinoglu, Davies in Lian, 2002; Luce, van Zwanenberg, Firth-Cozens in Tinwell, 2002). Avtorji raziskav, ki so proučevali, kako *značilnosti dela* vplivajo na osebnost in blagostanje zaposlenih, so ugotovili, da ne le delo samo po sebi, ampak značilnosti celotnega delovnega okolja vplivajo na osebnost in socialno blagostanje zaposlenih (Kohn in Schooler, 1983; Link, Lennon in Dohrenwend, 1993; Spenner, 1988). Kot najmočnejše prediktorje zadovoljstva z delom raziskave navajajo uporabo sposobnosti in veščin, raznolikost dela in možnost vplivanja/kontrole (O'Brien in Dowling, 1980). Verjetno so te lastnosti pomembne tudi pri dejavnostih upokojencev, saj te lastnosti prispevajo k vzdrževanju višje stopnje identitete, osebne kontrole in ugodnega počutja (Reid, Haas in Hawkings, 1977). V občutek *samokontrole* vodijo večja kompleksnost dela, avtonomnost pri delu in manj rutinskega dela. Takšen posameznik se čuti bolj sposobnega reševati probleme, kar se povezuje z manj delovnega distresa, to pa krepi občutek blagostanja in niža depresivna občutja (Kohn, 1976; Kohn in Schooler, 1982; Mirowsky in Ross, 1986). Občutek samokontrole se pozitivno povezuje z delovnim zadovoljstvom (Ross in Reskin, 1992). Tudi prilagodljivost oziroma zaznava posameznika, da se zmore prilagajati na delovne izzive in spreminjajoče se delovne pogoje, se povezuje z nižjo depresivnostjo in anksioznostjo (Antonovsky, 1987; Flannery, Perry, Penk in Flannery, 1994).

## **::Izobrazba**

Pomemben dejavnik duševnega zdravja po upokojitvi je tudi socialno-ekonomski status - SES (Singh, 2006). SES merimo kot kombinacijo izobrazbe, dohodka in poklica. Proučevanje socialno-ekonomskega statusa pogosto razkriva neenakost privilegijev, moči in kontrole ter dostopa do resursov (APA, 2007). Upokojenci z višjim SES manj poročajo o težavah, povezanih z duševnim zdravjem in blagostanjem (Zhan, Wang, Liu in Shultz, 2009). Vidiki, kot so višja izobrazba, dohodek in poklicni status, se pozitivno povezujejo z zadovoljstvom z življenjem po upokojitvi (Belgrave in Haug, 1995; Dorfman, 1989; George, Fillenbaum in Palmore, 1984; Richardson in Kilty, 1991) in tudi z načrtovanjem le-tega (Lee, 2003; Schellenberg, Turcotte in Ram, 2005). Posamezniki z višjih delovnih položajev in z višjim dohodkom z upokojitvijo po eni strani izgubijo svoj poklicni ugled, po drugi strani pa imajo v primerjavi z upokojenci z nižjih položajev več sredstev za prilagajanje na upokojitev, npr. višjo pokojnino, izobraževalne aspiracije, socialne veščine in sposobnost učinkovitega samousmerjanja. Vse to povečuje možnosti za socialne in prostočasne upokojitvene dejavnosti (Dorfman, 1989). Upokojenci z višjo izobrazbo in višjim SES zaradi tega bolj cenijo priložnosti za smiselne in notranje zadovoljujoče aktivnosti, ki jih upokojitev ponuja (Reitzes in Mutran, 2004). Višji SES se pozitivno povezuje tudi s pozitivno zaznavo procesa upokojevanja (Joo in Pauwels, 2002; Mutran, Reitzes in Fernandez, 1997).

Ljudje se med seboj razlikujejo po stališčih, ki jih imajo do upokojitve (Reitzes in Mutran, 2004). Posamezniki z nižjimi denarnimi dohodki imajo bolj verjetno negativno predstavo o upokojitvi, saj jih skrbi finančni primanjkljaj. Pomanjkanje dohodkov v tem primeru bolj verjetno vodi v strah pred revščino po upokojitvi kot v občutek svobode (Noone, Alpass in Stephens, 2010). Nižji SES je po nekaterih raziskavah povezan tudi z negativnimi osebnostnimi značilnostmi (Lachman in Weaver, 1998). Avtorja sta na primer dokazala, da posamezniki z nižjimi dohodki pri sebi zaznavajo manj kontrole in obvladovanja nad življenjskimi dogodki. Torej lahko nižja stopnja izobrazbe zaradi pomanjkanja občutka kontrole prispeva k manj učinkovitemu spoprijemanju z anksioznostjo ob upokojitvi.

## **::Namen raziskave**

Namen raziskave je proučiti, ali višje izobraženi upokojenci pomembno pogosteje poročajo o višjem subjektivnem blagostanju in ali se upokojenci z različno stopnjo zadovoljstva pri delu pred upokojitvijo razlikujejo med seboj glede na trenutno psihično blagostanje. Ugotoviti naravo povezanosti duševnega

zdravja po upokojitvi z dejavnikoma, ki izhajata iz dela, je pomembno, ker na slovenski populaciji tovrstna študija še ni bila izvedena. Rezultati raziskave bodo pomagali zaposlenim, da se bodo glede na karakteristike lastnega dela in izobrazbo znali bolje pripraviti na prihajajočo upokojitev. Ugotovljene povezave bodo odprle tudi možnost nadaljnjih študij, katerih avtorji bodo lahko raziskali povezanost ali vpliv specifičnih vidikov dela na duševno zdravje. Ob tovrstnih ugotovitvah se bo mogoče osredotočiti na izboljševanje teh vidikov dela z namenom kvalitetne priprave, lažjega prehoda posameznikov in posameznic v pokoj in zmanjševanja strahu pred staranjem.

Na osnovi predstavljenih teoretičnih ugotovitev postavljamo naslednje hipoteze:

**Posamezniki z višje izraženim zadovoljstvom pri delu pred upokojitvijo bodo poročali o nižjem psihičnem zdravju po upokojitvi.** Rezultati predhodnih raziskav kažejo, da posamezniki, ki so bolj zadovoljni s svojim delom, doživljajo manj distresa na delovnem mestu, kar vodi v višje psihično blagostanje v času zaposlitve. Takšni delavci se bolj identificirajo s svojo poklicno vlogo (Merton, 1957; Moen, Dempster-McClain in Williams, 1992; Riley in Riley, 1994). Zaradi boljših delovnih pogojev imajo nižje izraženo željo po upokojitvi, zato jim upokojevanje povzroča več prilagoditvenih težav, soočajo pa se tudi s pomanjkanjem življenjskega smisla in izgubo poklicne identitete (Jungmeen in Moen, 2002).

**Posamezniki z višjo stopnjo izobrazbe bodo poročali o višjem psihičnem zdravju v primerjavi z nižje izobraženimi posamezniki.** Višje izobraženi posamezniki prejemajo višji dohodek v času zaposlitve in imajo boljši poklicni status, kar se glede na pretekle raziskave pozitivno povezuje s kvaliteto življenja po upokojitvi (Belgrave in Haug, 1995; Dorfman, 1989; George, Fillenbaum in Palmore, 1984; Mayring, 2000). Več finančnih sredstev jim omogoča boljše prilagajanje na pokoj, kar vodi v bolj pozitivna stališča do procesa upokojevanja (Joo in Pauwels, 2002; Mutran idr., 1997). Zaradi višje pokojnine in izobraževalnih aspiracij se bolj verjetno ukvarjajo s prostočasnimi upokojitvenimi dejavnostmi (Dorfman, 1989). Ker jih ni strah revščine, doživljajo manj anksioznosti v primerjavi z nižje izobraženimi vrstniki.

**Izobrazba se bo izkazala kot pomembnejši prediktor psihičnega zdravja po upokojitvi, kot zadovoljstvo pri delu.** Veliko raziskav je pokazalo, da sta zdravje in finančna preskrbljenost prediktorja, ki najbolje napovedujeta tako odločitev za upokojitev kot tudi zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi (npr. Kimmel, Price in Walker, 1978; Kingson, 1982; McCune in Schmitt, 1981; Palmore, George in Fillenbaum, 1982; Taylor in McFarlane Shore, 1995; Quick in Moen, 1998). Medtem pa faktorji, povezani z delom, pogosto kažejo



majhen ali nepomemben odnos z upokojitvijo (Glamser, 1981; Poitrenaud, Vallery-Masson, Valleron, Demeestere in Lion, 1979; Schmitt, Coyle, Rauschenberger in White, 1979).

## ::METODA

### ::Opis vzorca

V raziskavo je bil vključen 101 udeleženec, od tega 74 upokojenk (73,3%) in 27 upokojencev (26,7%). Udeleženci so bili Slovenci, v pokoju od nekaj mesecev do največ 5 let. Namen naše raziskave je namreč bil, da je upokojevanje za udeležence še relativno svež dogodek in da prilagajanje na nov življenjski slog še poteka. Vzorčno izobrazbeno strukturo in strukturo glede dolžine upokojitve zaradi boljše preglednosti prikazujemo v spodnjih tabelah:

*Tabela 1: Izobrazbena struktura vzorca*

Izobrazbena stopnja*	Odstotek upokojencev
Druga stopnja (OŠ)	3,0%
Tretja stopnja	5,9%
Četrta stopnja	14,9%
Peta stopnja	32,7%
Šesta stopnja	16,8%
Sedma stopnja	24,8%
Osma stopnja	2,0%

*Tabela 2: Struktura vzorca glede na dolžino upokojitve*

Dolžina upokojitve	Odstotek upokojencev
Do 1 leto	18,8%
1 – 2 leti	26,7%
2 – 3 leta	22,8%
3 – 4 leta	10,9%
4 – 5 leta	20,8%

\* *Opombe.*

1. stopnja izobrazbe - nedokončana OŠ (manj kot 8 let)
2. stopnja izobrazbe – končana OŠ (8 let)
3. stopnja izobrazbe - nižje poklicno izobraževanje (2 leti)
4. stopnja izobrazbe - srednje poklicno izobraževanje (3 leta)

5. stopnja izobrazbe - gimnazijsko, srednje poklicno-tehniško izobraževanje, srednje tehniško oz. drugo strokovno izobraževanje (4 leta, 3+2 leti)
6. stopnja izobrazbe - višje strokovno izobraževanje (2 leti)
7. stopnja izobrazbe - visoko strokovno izobraževanje (3 leta) ali univerzitetno dodiplomsko izobraževanje (4 leta, 3+2 leti)
8. stopnja izobrazbe – magisterij (2 leti)
9. stopnja izobrazbe – doktorat (4 leta)

## **::Pripomočki in mere**

V raziskavi sta bila uporabljena Vprašalnik psihičnega zdravja *MHC-LF* (*Mental Health Continuum – Long Form*; Keyes, 2002) in krajša oblika Vprašalnika zadovoljstva z delom *MSQ* (*Minnesota Satisfaction Questionnaire*; Weiss, Dawis, England in Lofquist, 1967).

Trenutno psihično zdravje upokojencev smo kot odvisno spremenljivko proučevale z aplikacijo Vprašalnika psihičnega zdravja *MHC-LF*. Nanaša se na trenutno življenjsko situacijo. Pridobile smo tri mere psihičnega zdravja, tj. emocionalno, psihološko in socialno blagostanje, znotraj teh pa še trinajst mer na posameznih podlestvicah (dve podlestvici emocionalnega blagostanja in enajst podlestvic psihološkega in socialnega blagostanja. Avtorja navaja naslednje koeficiente notranje konsistentnosti posameznih lestvic: 0.81 na lestvicah psihičnega in socialnega blagostanja ter 0.91 na lestvici emocionalnega blagostanja (Keyes, 2002).

Lestvica emocionalnega blagostanja sestoji iz dveh komponent: počutja v zadnjem mesecu in ocene trenutne življenjske situacije na 10-stopenjski lestvici, pri čemer 0 pomeni "na splošno najslabšo možno trenutno življenjsko situacijo", 10 pa "na splošno najboljšo možno trenutno življenjsko situacijo". Počutje v zadnjem mesecu preizkušanece ocenijo na lestvici od 1 (nič časa) do 5 (ves čas) za razpoloženska stanja veselja, dobre volje, izredne sreče, umirjenosti, zadovoljstva in občutja polnosti življenja. Odgovarjanje na drugih dveh lestvicah poteka enotno, in sicer tako, da udeleženec označi svoje strinjanje s trditvami na 7-stopenjski lestvici, pri čemer 1 pomeni "močno se strinjam", 4 "ne vem", 7 pa "močno se ne strinjam". Druga lestvica psihičnega blagostanja sestoji iz osemnajstih postavk, ki oblikujejo šest podlestvic: avtonomnost, obvladovanje okolja, osebna rast, smisel življenja, sprejemanje sebe in medosebni odnosi. Tretji del vprašalnika, ki meri socialno blagostanje, sestavlja petnajst postavk, ki se združujejo v pet podlestvic. Te so socialna koherentnost, socialna integracija, sprejemanje drugih, prispevanje družbi in socialna aktualizacija. Skupni rezultat, ki ga dobimo s seštevkom skorov na vseh treh lestvicah, daje oceno psihičnega zdravja.

Krajša oblika vprašalnika zadovoljstva z delom *MSQ* je sestavljena iz treh lestvic: notranjega, zunanjega in splošnega zadovoljstva pri delu. Te vsebujejo postavke, ki opisujejo dvajset različnih vidikov dela (o delovnih pogojih, možnostih napredovanja, sposobnosti sprejemanja odločitev, zaslužku, pohvalah ipd.). Svoje strinjanje z njimi preizkušanec oceni s pomočjo 5-stopenjske lestvice, kjer 1 pomeni "zelo nezadovoljen", 5 pa "zelo zadovoljen". Za krajšo obliko *MSQ* koeficienti notranje konsistentnosti znašajo 0.86 za notranje zadovoljstvo, 0.80 za zunanje zadovoljstvo in 0.90 za splošno zadovoljstvo (Weiss idr., 1967). Test-retest korelacija za splošno zadovoljstvo je v raziskavi po enem tednu znašala 0.89, po enem letu pa 0.70 (Weiss idr., 1967).

Zadovoljstvo pri delu predstavlja prvo proučevano neodvisno spremenljivko, katere odnos s psihičnim zdravjem smo v raziskavi proučevale. Nanaša se na čustveno stanje posameznika ob ocenjevanju lastnega dela pred upokojitvijo. Delovno zadovoljstvo smo proučevale z aplikacijo krajše oblike Vprašalnika zadovoljstva pri delu *MSQ*. Tako smo pridobile tri mere zadovoljstva, tj. notranje, zunanje in splošno zadovoljstvo, ki je predstavljalo seštevek prvih dveh mer.

Druga neodvisna spremenljivka v raziskavi, katere povezanost s psihičnim zdravjem smo proučevale, je bila izobrazbena stopnja. Nanaša se na uspešno zaključeno stopnjo formalnega izobraževanja. O izobrazbeni strukturi vzorca smo izvedele tako, da smo vprašalniku dodale postavko o zaključeni izobrazbi.

Poleg obeh neodvisnih in odvisne spremenljivke smo od preizkušancev pridobile še demografske podatke o spolu in trajanju upokojitve.

## **::Postopek**

### *:Zbiranje podatkov*

Zbiranje rezultatov je potekalo v obdobju od januarja do marca 2012, v Ljubljani. Udeležence smo iskale individualno prek osebnih poznanstev, po principu snežne kepe, prek osebnih obiskov na Dnevni centrih aktivnosti za starejše, na Centru aktivnosti Fužine, prek telefonskih dogovorov s predstavniki slovenskih Društev upokojencev in spletnih forumov. V primerih, da do udeležencev nismo mogle pristopiti osebno in jih tako motivirati k sodelovanju v raziskavi, smo jim posredovale spletno obliko vprašalnika, katero smo razposlale tudi na spletne forume in spletne strani Društev upokojencev.

### *:Izpolnjevanje vprašalnika*

Udeleženci so vprašalnik izpolnjevali po principu papir-svinčnik ali prek spleta. Vprašalnik, ki smo jim ga posredovale za izpolnjevanje, je združeval

vprašalnika o psihičnem zdravju in zadovoljstvu pri delu. Na začetek smo v namen statistične obdelave podatkov dodale tudi postavke o spolu, višini izobrazbe in trajanju upokojitve. Izpolnjevanje vprašalnika je trajalo 15-20 minut.

### *:Statistična obdelava*

Statistično analizo smo izvedle z uporabo statističnega paketa SPSS Statistics 20. Z uporabo bivariatne *korelacijske analize* smo izračunale Pearsonov  $r$  korelacijski koeficient ali v primeru pomembnega odstopanja porazdelitve rezultatov na določeni spremenljivki od normalne porazdelitve Spearmanov neparametrični  $\rho$  korelacijski koeficient. Z *enosmerno analizo variance* smo v nadaljevanju preverile pomembnost razlik na področju psihičnega zdravja in zadovoljstva z delom glede na izobrazbeno strukturo. Udeležence smo razvrstile v tri po velikosti približno enakovredne izobrazbene skupine. Prva skupina je vključevala upokojence s končano 2., 3. in 4. stopnjo izobrazbe (23,8%), druga skupina upokojence s 5. stopnjo izobrazbe (32,7%), tretja skupina pa upokojence s končano 6., 7. in 8. izobrazbeno stopnjo (43,6%). Za prediktorje zadovoljstva z delom in izobrazbe smo izvedle tudi *multipla linearno regresijo*.

### *:Vrednotenje*

Vrednotenje Vprašalnika duševnega zdravja *MHC-LF* je potekalo tako, da smo najprej obrnile postavke, ki so opisovale negativne vidike subjektivnega blagostanja, nato pa s seštevanjem odgovorov na posamezne postavke dobile skupne rezultate na podlestvicah. Seštevki rezultatov podlestvic predstavlja končni rezultat in jo razumemo kot skupno oceno duševnega zdravja.

Rezultat prve komponente *emocionalnega blagostanja* predstavlja povprečje šestih postavk, ki opisujejo, koliko časa se je posameznik v zadnjih 30 dneh počutil veselega, dobre volje, izredno srečnega, umirjenega, zadovoljnega in polnega življenja. Rezultat za posameznika se torej giblje med oceno 1 (nič časa) in 5 (ves čas). Rezultat druge komponente te lestvice pa je ocena trenutne življenjske situacije in se giblje med 0 (najslabše možno) in 10 (najboljše možno). Vrednotenje na lestvici *psihičnega blagostanja* je potekalo tako, da smo sprva obrnile postavke 4, 5, 7, 10, 14, 15 in 16, nato pa seštele odgovore na posamezne postavke. Podobno je bilo tudi vrednotenje na lestvici *socialnega blagostanja*. *Le-to* je vključevalo obrnitev postavk 1, 2, 7, 8, 9, 10, 13 in 15 ter seštevanje odgovorov na postavke posameznih podlestvic. Za podrobnejša navodila vrednotenja glej Prilogo 1.

Vprašalnik zadovoljstva pri delu *MSQ* smo ravno tako vrednotile s seštevanjem postavk na lestvicah notranjega, zunanjega in splošnega zadovoljstva. Za podrobnejša navodila vrednotenja glej Prilogo 1.

## ::REZULTATI

### ::Zadovoljstvo z delom in izobrazba

Analiza surovih rezultatov s statističnim paketom *SPSS* je pokazala, da je izračunana povezanost izobrazbe z zadovoljstvom pri delu, katerega smo testirale z vprašalnikom *MSQ*, pomembno zmerno visoka. Neparametrični korelacijski koeficient  $\rho$  se je pri vseh lestvicah delovnega zadovoljstva gibal med 0,26 in 0,32 in bil statistično pomemben na 1-odstotni ravni tveganja. Numerus rezultatov, na podlagi katerih smo izračunale korelacijsko povezanost med delovnim zadovoljstvom in izobrazbeno stopnjo, je bil 94 na lestvici splošnega zadovoljstva, 95 na lestvici notranjega zadovoljstva in 99 na lestvici zunanjega zadovoljstva, razlike med njimi pa so rezultat manjkajočih vrednosti. Na spodnji tabeli 3 vidimo natančne koeficiente povezanosti med spremenljivkama izobrazbe in zadovoljstva z delom.

*Tabela 3: Povezanost ravni izobrazbe z delovnim zadovoljstvom*

Lestvica	$\rho$	$p$
Notranje zadovoljstvo	,323**	,001
Zunanje zadovoljstvo	,258**	,010
Splošno zadovoljstvo	,302**	,003

V hipotezah sicer nismo sklepale o povezanosti delovnega zadovoljstva z izobrazbo, a pomembnost povezanosti med njima vseeno velja omeniti. Rezultati v zgornji tabeli kažejo, da z izobrazbo najvišje korelira notranje zadovoljstvo ( $\rho=,323$ ;  $p=,001$ ), najnižje pa zunanje zadovoljstvo pri delu ( $\rho=,258$ ;  $p=,010$ ). Kaže, da bolj izobraženi upokoјenci v višji meri od nižje izobraženih doživljajo občutja smiselnosti svojega dela, k notranjemu občutju zadovoljstva pa vodi tudi zaznava odgovornosti, samostojnosti in ugleda dela (Floyd, 2009; v Drentea, 2002). Narava delovnih nalog višje izobraženih kaže biti takšna, da prispeva k notranjemu zadovoljstvu, medtem ko so nižje izobraženi bolj verjetno vpeti v bolj enoličen in manj ustvarjalen delovni proces, zaradi česar so manj vpeti vanj.

## ::Izobrazba in psihično zdravje

V nadaljevanju smo proučile smer in stopnjo povezanosti izobrazbe kot neodvisne spremenljivke s psihičnim zdravjem upokoјencev kot odvisno spremenljivko. Skupni dosežek na vprašalniku psihičnega zdravja *MHC-LF* se z izobrazbo sicer ne povezuje pomembno ( $\rho=,18$ ;  $p=,08$ ), kaže pa se negativni trend povezanosti, ki se približuje pomembni. Statistično pomembne korelacije z izobrazbo smo dobili na podlestvicah osebnostne rasti ( $\rho=-,208$ ;  $p=,038$ ), smisla življenja ( $\rho=-,254$ ;  $p=,011$ ) in socialne kohezivnosti ( $\rho=-,275$ ;  $p=,005$ ). Poudarimo naj, da so dobljene korelacije po večini nizke in posledično statistično nizko relevantne. Na večini podlestvic psihičnega zdravja se ni pokazala povezanost z izobrazbo upokoјencev, zato ne moremo z gotovostjo sklepati o smeri povezanosti med obema dejavnikoma. Za podroben pregled koeficientov povezanosti med ravno izobrazbo in lestvicami psihičnega zdravja glej Prilogo 2.

## ::Zadovoljstvo z delom in psihično zdravje

Analiza povezanosti delovnega zadovoljstva in psihičnega zdravja pokaže zanimive rezultate (glej Tabelo 4). Opazimo lahko povečini negativni trend povezanosti med obema konstruktoma, do pomembne povezanosti s psihičnim zdravjem pa je prišlo na lestvicah zunanjega ( $\rho=-,249$ ;  $p=,016$ ) in splošnega zadovoljstva ( $\rho=-,252$ ;  $p=,016$ ). Tudi pri povezanosti psihičnega zdravja z lestvico notranjega zadovoljstva pri delu kljub statistični nepomembnosti zasledimo negativni trend. Iz omenjenega lahko sklenemo, da tisti upokoјenci, ki so bili pri opravljanju preteklega dela bolj zadovoljni oziroma je njihova trenutna zaznava delovnega zadovoljstva boljša, poročajo o nižjem psihičnem zdravju v času upokoјitve. Zlasti tisti upokoјenci, ki so bili pri svojem delu zadovoljni z zunanjimi dejavniki dela, so v času pokoja dosegali nižje dosežke na področju psihičnega zdravja. Zadovoljstvo z zunanjimi vidiki delovne situacije in delovnih nalog, kot je zadovoljstvo s plačo, fleksibilnostjo delovnika, možnostjo napredovanja idr., je pomembno povezano s slabšim psihičnim počutjem mlajših upokoјencev, to je tistih, ki so v pokoju do največ pet let (takšen je bil vzorec v naši raziskavi). Višja plača pomeni boljšo preskrbljenost in ugodnejši ekonomski status v času zaposlitve, z upokoјitvijo pa se ta zniža, saj pokojnina ne dosega višine prejete plače. Tovrstna sprememba v finančnih prejemkih je lahko eden od dejavnikov slabšega psihičnega zdravja tistih upokoјencev, ki so bili bolj zadovoljni s svojim delom v času pred upokoјitvijo. Smer povezanosti psihičnega zdravja je z vsemi tremi lestvicami delovnega zadovoljstva negativna in zato precej prepričljiva.

Tabela 4: Povezanost delovnega zadovoljstva (DZ) s psihičnim zdravjem

Lestvice DZ	Lestvice psihičnega zdravja														Skupaj
	Emocionalno blagostanje				Psihično blagostanje				Socialno blagostanje						
	Trenutno počutje	Ocena življenjske situacije	Avtonomnost	Obvladovanje okolja	Osebnostna rast	Smisel življenja	Sprejemanje sebe	Medosebni odnosi	Soc. kohezivnost	Socialna integracija	Sprejemanje drugih	Prispevanje družbi	Socialna aktivizacija		
Notranje DZ															
	$\rho$	,104	,268**	-,121	-,159	-,047	-,097	-,082	-,218*	-,250*	-,139	-,128	-,051	-,203	
	$p$	,315	,009	,244	,123	,655	,353	,430	,034	,015	,178	,215	,622	,052	
	$N$	95	95	95	95	94	94	95	95	95	95	95	95	92	
Zunanje DZ															
	$\rho$	,171	,292**	-,125	-,129	-,187	-,105	-,097	-,198*	-,304**	-,186	-,152	-,097	-,249*	
	$p$	,091	,003	,217	,202	,066	,307	,339	,050	,002	,065	,135	,338	,016	
	$N$	99	99	99	99	98	97	99	99	99	99	98	99	94	
Splošno DZ															
	$\rho$	,165	,325**	-,149	-,201	-,136	-,120	-,113	-,191	-,296**	-,183	-,137	-,046	-,252*	
	$p$	,112	,001	,152	,052	,193	,251	,279	,065	,004	,077	,189	,658	,016	
	$N$	94	94	94	94	93	93	94	94	94	94	94	94	91	

Opombe. \*\*Korelacija je pomembna na 1-odstotni ravni tveganja.

\*Korelacija je pomembna na 5-odstotni ravni tveganja.

Z izjemo pomembne povezanosti skupnega dosežka na vprašalniku psihičnega zdravja z lestvicami delovnega zadovoljstva pa je večina preostalih korelacij s podlestvicami psihičnega zdravja nepomembna, a tudi med podlestvicami psihičnega zdravja in delovnim zadovoljstvom se kaže negativni trend povezanosti. Z delovnim zadovoljstvom pomembno korelirata le podlestvici socialne kohezivnosti in socialne integracije, torej podlestvici socialnega blagostanja. Glede na takšne rezultate lahko sklepamo, da tisti upokoјenci, ki so bili bolj zadovoljni z delom, v večji meri negativno poročajo o stopnji in kvaliteti trenutnih socialnih stikov. Ne moremo izključiti, da je specifična značilnost našega vzorca takšna, da so imeli med zaposlitvijo izrazito kvalitetne odnose s sodelavci, ki so lahko predstavljali velik del njihove socialne mreže, po upokojitvi pa je upadla pogostost stikov z njimi, kar je prispevalo k slabšemu socialnem blagostanju. Zavedati se je potrebno, da določen delež upokoјencev živi v socialni izolaciji oziroma so njihovi socialni stiki v primerjavi z obdobjem zaposlitve osiromašeni. Kljub večini negativnih korelacij, pa je zanimivo prišlo tudi do pomembno pozitivne povezanosti na podlestvici emocionalnega blagostanja, in sicer pri oceni trenutne življenjske situacije z vsemi lestvicami delovnega zadovoljstva, splošnim, zunanjim in notranjim zadovoljstvom.

Ob pregledu pomembnosti razlik med delovnim zadovoljstvom treh skupin upokoјencev glede na izobrazbeno strukturo ugotovimo, da prihaja do pomembnih razlik na področju notranjega ( $F=5,917$ ;  $p=,004$ ) in splošnega zadovoljstva ( $F=5,551$ ;  $p=,005$ ), pomembnost razlik na področju zunanjega zadovoljstva pa je zelo blizu statistični pomembnosti ( $F=3,028$ ;  $p=053$ ). Na področju psihičnega zdravja nismo ugotovili pomembnih razlik glede na izobrazbeno strukturo. Najnižje izobrazena skupina udeležencev (z 2., 3. in 4. stopnjo) je na lestvici notranjega delovnega zadovoljstva dosegla povprečen rezultat  $M=41,14$ , rezultat srednje izobrazene skupine (s 5. stopnjo) je bil za 1,64 točke višji, najbolj izobrazeni (s 6., 7. in 8. stopnjo) pa so dosegli za 4,32 točk višjega od najmanj izobrazenih upokoјencev. Na lestvici splošnega zadovoljstva, kjer so bile razlike med skupinami prav tako pomembne, opazimo, da prihaja do še večjih razlik. Najnižje izobrazena skupina je na lestvici splošnega zadovoljstva dosegla povprečni rezultat  $M=58,67$ , pri srednje izobrazenih je bil ta višji za 2,77 točk, pri najbolj izobrazenih pa za kar 9,04 točk. Za natančen prikaz povprečnih rezultatov in standardnih odklonov na vprašalniku delovnega zadovoljstva pri vseh treh starostnih skupinah glej Tabeli 5 in 6. Kljub pomembnosti razlik med različno izobrazenimi skupinami na področju delovnega zadovoljstva naj poudarimo, da skupine niso vključevale enakega števila udeležencev, zato niso popolnoma primerljive. Dajejo pa grobo oceno pozitivnega trenda, tj. naraščanja delovnega zadovoljstva premosorazmerno z izobrazbo.



*Tabela 5: Povprečni rezultati na vprašalniku zadovoljstva pri delu treh skupin upokoјencev glede na izobrazbo*

Izobrazba*	Notranje zadovoljstvo		Zunanje zadovoljstvo		Splošno zadovoljstvo	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Nižje izobraženi	41,14	8,78	18,00	5,12	58,67	13,45
Srednje izobraženi	42,78	7,29	18,64	4,17	61,44	11,05
Višje izobraženi	47,10	6,18	20,48	3,92	67,71	9,59

*Opombe.*

Nižje izobražena skupina vključuje upokoјence s končano 2., 3. in 4. stopnjo izobrazbe, srednje izobražena skupina vključuje upokoјence s končano 5. stopnjo izobrazbe, višje izobražena skupina pa vključuje upokoјence z dokončano 6., 7. in 8. stopnjo.

*Tabela 6: Analiza razlik med povprečnimi rezultati na vprašalniku zadovoljstva pri delu treh skupin udeležencev glede na izobrazbo (enosmerna ANOVA)*

Izobrazba		ss	df	MS	F	p
	Variabilnost med skupinami	611,23	2	305,61	5,98	,004
Nižje izobraženi	Variabilnost znotraj skupin	4751,66	92	51,65		
	Skupna variabilnost	5362,88	94			
	Variabilnost med skupinami	113,06	2	56,53	3,03	,053
Srednje izobraženi	Variabilnost znotraj skupin	1792,11	96	18,67		
	Skupna variabilnost	1905,17	98			
	Variabilnost med skupinami	1352,21	2	676,10	5,55	,005
Višje izobraženi	Variabilnost znotraj skupin	11083,03	91	121,79		
	Skupna variabilnost	12435,23	93			

Na koncu nas je zanimalo tudi, kateri od preučevanih prediktorjev ima večjo napovedno moč pri napovedovanju kriterijske spremenljivke psihičnega zdravja: izobrazba ali zadovoljstvo z delom. Ugotovili smo, da izobrazba predstavlja boljši napovednik, ki napove dobra 2% kriterijske spremenljivke, medtem ko zadovoljstvo z delom doda le še slab odstotek. Oba prediktorja sta pomembna na 5-odstotni ravni tveganja. Kljub temu napovesta le majhen delež variance psihičnega zdravja, saj nanj najverjetneje vpliva še množica drugih delujočih normativnih in nenormativnih dogodkov, ki jih v študiji nismo posebej nadzorovali. Podrobni rezultati multiple regresije so vidni v Tabeli 5.

Tabela 7: Napovedna moč faktorjev Izobrazba in Zadovoljstvo z delom

Napovednik	<i>R</i>	popr. <i>R</i>	$\Delta R^2$	<i>SNN</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Izobrazba	0,246	0,050	0,061	17,533	5,546	,021*
Zadovoljstvo z delom	0,283	0,058	0,080	17,451	3,700	,029*

\*Opomba. Napovedna moč je pomembna na 5-odstotni ravni tveganja.

## ::RAZPRAVA

### ::Izobrazba in zadovoljstvo pri delu

Na podlagi zbranih podatkov in izvedene bivariatne korelacijske analize, lahko z dovolj visoko verjetnostjo zaključimo, da se **stopnja izobrazbe pomembno zmerno pozitivno povezuje z zadovoljstvom pri delu**. Višje notranje, zunanje in splošno zadovoljstvo z delom pred upokojitvijo se pojavlja pomembno pogosteje pri tistih upokojenih, ki so tekom svojega izobraževanja dosegli višjo stopnjo izobrazbe. Najbolj izrazita je povezava z notranjim zadovoljstvom, kar pomeni, da so ti ljudje zaznavali svoje delo bolj smiselno, z večjo delovno avtonomnostjo ter možnostjo osebnostne rasti. Nižje izobraženi pa kažejo biti manj zadovoljni s svojim preteklim delom začasa zaposlenosti. Višje izobraženi ljudje praviloma dosegajo tudi višji socialno-ekonomski status (SES), kar pomeni, da zavzemajo višje poklicne položaje ter prejemaajo za svoje delo višje plačilo. To posledično ljudem prinaša znatnejši občutek kontrole nad življenjem ter udobje tudi v materialnem smislu. SES se je v predhodnih raziskavah pomembno povezoval tudi z osebnostnimi značilnostmi (Lachman in Weaver, 1998). Zaposleni z nižjimi dohodki namreč zaznavajo manjšo zmožnost nadzorovanja življenjskih dogodkov, zato se tudi manj učinkovito spoprijemajo s stresom in izkusijo več občutij anksioznosti. Posledično ni presenetljivo, da so višje izobraženi posamezniki bolj zadovoljni s svojim delom, saj jim boljši materialni položaj prinaša občutek varnosti, tako psihološke kot finančne.

### ::Izobrazba in psihično zdravje

Ugotavljali smo tudi smer in intenzivnost **povezanosti med stopnjo izobrazbe ter psihičnim zdravjem** po upokojitvi, v okviru česar smo postavili hipotezo, da bodo višje izobraženi posamezniki poročali o boljšem psihičnem zdravju. Izsledki so glede na predhodne ugotovitve študij, nekoliko neskladni in povečini statistično nepomembni. Stopnja izobrazbe se je pri naših udeležencih le na nekaterih podlestvicah povezovala pomembno, a le nizko, kar ne omogoča konkretnih in oprijemljivih zaključkov. Pomembne povezave

v okviru lestvice psihičnega blagostanja zasledimo zgolj pri komponentah osebnostna rast ter smisel življenja. Pri socialnem blagostanju pa lahko izpostavimo socialno kohezivnost, ki se s stopnjo izobrazbe povezuje pomembno negativno, a spet nizko. Višje izobraženi poročajo o slabši socialni kohezivnosti, kar implicira, da po upokojitvi le-ti ne zaznavajo želene količine socialnih stikov s svojim okoljem. Pri emocionalnem blagostanju ne najdemo nobene pomembne povezave. Na podlagi naših rezultatov lahko predpostavljamo le, da višje izobraženi po upokojitvi poročajo o nižjem psihičnem blagostanju oziroma širše, psihičnem zdravju. Dobljenih rezultatov ne moremo podpreti z izsledki prehodnih raziskav, ki kažejo, da posamezniki z višjim SES v manjši meri poročajo o težavah s psihičnim blagostanjem (Zhan idr., 2009). Avtorji drugih raziskav so pokazali pomembne povezave med vidiki SES in zadovoljstvom z življenjem po upokojitvi (Belgrave in Haug, 1995; Dorfman, 1989; George, Fillenbaum in Palmore, 1984; Richardson in Kilty, 1991). Naši rezultati torej kažejo neskladnost z dejstvom, da imajo posamezniki z višjimi finančnimi dohodki manj negativno predstavo o življenju po upokojitvi, saj so bolj finančno varni in imajo zagotovljen višji dohodek tudi po upokojitvi kot tisti z nižjimi dohodki začasa zaposlenosti. Alternativno razlago izsledkov pričujoče raziskave lahko podpremo s teorijo vlog, ki pojasnjuje proces upokojitve kot proces izgube pomembnega dela posameznikove identitete, s tem ko se je primoran posloviti od svoje vloge zaposlenega (Merton, 1957; Moen, Dempster-McClain in Williams, 1992; Riley in Riley, 1994). Kljub ugodnemu SES, vključujoč boljšo izobrazbeno strukturo, ki posameznikom tudi po upokojitvi nudi več varnosti, lahko posamezniki prehod v pokoj doživljajo kot nepovratno izgubo pomembnega dela identitete in posledično kot stresni dogodek s spremljajočo anksioznostjo in depresivnostjo (Rosow, 1967; Thoits, 1992). Drugi dejavnik slabšega počutja po upokojitvi je lahko izguba pozitivnih vplivov delovnega okolja kot so finančna stabilnost, občutek lastne koristnosti in socialne aktivnosti (Moen, 1996).

## **::Zadovoljstvo pri delu in psihično zdravje**

Naslednji vidik psihičnega zdravja, s katerim smo se ukvarjali v raziskavi, je narava povezanosti psihičnega zdravja z zadovoljstvom pri delu pred upokojitvijo. Na podlagi predhodnih ugotovitev različnih avtorjev smo izpeljali hipotezo, da bodo udeleženci z višjim delovnim zadovoljstvom poročali o nižjem psihičnem blagostanju. Predvidevali smo namreč, da bodo zaposleni z manj delovnega distresa, torej tisti delovno bolj zadovoljni, po upokojitvi v večji meri doživljali občutja izgube lastne poklicne vloge, saj so se z njo v času zaposlitve bolj identificirali (Merton, 1957; Moen, Dempster-McClain

in Williams, 1992; Riley in Riley, 1994). Rezultati so potrdili naše domneve, saj kažejo na pomembno negativno povezanost med proučevanima konstrukcijo, natančneje vsemi tremi lestvicami delovnega zadovoljstva in skupnega rezultata na vprašalniku psihičnega zdravja. Hipotezo torej sprejmemo, ne moremo pa je z gotovostjo potrditi, saj se korelacije delovnega zadovoljstva s posameznimi podlestvicami psihičnega zdravja po večini niso izkazale kot pomembne. Potrebno bi bilo izvesti dodatne raziskave, da bi proučili povezanost zadovoljstva pri delu s podlestvicami psihičnega.

S precejšnjo gotovostjo lahko zaključimo, da z delom zadovoljni zaposleni z upokojitvijo več pridobijo; pri njih ne pride do izgube delovne identitete, ki je močnejša pri tistih, ki svoje delo doživljajo kot del sebe, torej se z njim identificirajo in so z njim bolj zadovoljni. Manj delovno zadovoljni posamezniki upokojitve ne doživijo kot izgubo, čas, ki so ga nekoč preživeli na delu, ki jih ni osrečevalo v tolikšni meri, pa po upokojitvi lahko posvetijo njim bolj prijetnim dejavnostim

Nadalje naj omenimo tudi pomembno pozitivno povezanost delovnega zadovoljstva z *emocionalnim blagostanjem*, natančneje z oceno trenutne življenjske situacije. Posamezniki z visokim trenutnim čustvenim blagostanjem so bili v preteklosti pri opravljanju svojega dela bolj zadovoljni v primerjavi s tistimi, ki zdaj poročajo o nizkem emocionalnem blagostanju. Že avtorji predhodnih raziskav poročajo, da bolj zadovoljni zaposleni občutijo večjo emocionalno in materialno varnost ter so po upokojitvi bolj zadovoljni s svojim počutjem (O'Brien, 1981). To smo potrdili tudi z našo raziskavo: v preteklosti bolj delovno zadovoljni upokojenci so bolje ocenili svoje trenutno počutje in življenjsko situacijo.

Do pomembnih povezav je prišlo tudi pri *socialnem blagostanju*, kjer se je pri socialni integraciji in kohezivnosti povezanost pokazala kot pomembno negativna z zadovoljstvom pri delu. Kljub temu je bila precej nizka, kar ni za zanemariti, zato moramo biti pri resnejšem zaključevanju previdni. Udeleženci, ki so bili na svojem delovnem mestu večinoma zadovoljni, po upokojitvi poročajo o nezadovoljstvu s socialnim vidikom življenja. Ti posamezniki so v svojem delovnem okolju uspešno zadovoljevali potrebo po socialnem življenju, socialni vključenosti in aktivnosti, upokojitev pa jim tega ne nudi v zadovoljivi meri (Moen, 1996).

Povezave med zadovoljstvom pri delu ter podlestvicami *psihičnega blagostanja* so sicer nepomembne, a vse konsistentno negativne, kar pomeni, da zadovoljni posamezniki na delovnem mestu menijo, da v življenju po upokojitvi ne najdejo ustreznih možnosti za obvladovanje okolja, avtonomnega delovanja, osebne rasti, smisla življenja, pa tudi oblikovanja medosebnih odnosov. Na delovnem mestu so v preteklosti lahko v zadovoljivi meri uporabljali

socialne veščine in imeli možnost vplivanja in kontrole nad dogodki, kar po upokojitvi pogrešajo (O'Brien, 1981; O'Brien in Dowling, 1980). V splošnem s psihičnim zdravjem v največji meri korelirata splošno in zatem zunanje zadovoljstvo na delovnem mestu, ki sta tudi pomembna in kažeta na to, da pogoji kot so plačilo za opravljeno delo, možnost napredovanja in podobno (Floyd, 2009) verjetno posredno preko finančne varnosti vplivajo na dobro počutje po upokojitvi. Po drugi strani udeleženci z nižjim notranjim delovnim zadovoljstvom, ki vključuje možnost avtonomnosti pri delu in osebne rasti (Floyd, 2009), po upokojitvi poročajo o boljšem psihičnem zdravju, saj so pomanjkanje le-tega na delovnem mestu verjetno zapolnili z dejavnostmi, ki jih nudi upokojitev, npr. ukvarjanje z ljubimi priložnostnimi dejavnostmi, več časa za družino in sorodnike ipd. (Drentea, 2002).

Na koncu smo z multiplo regresijo preverjali tudi, **kako dobra prediktorja psihičnega zdravja na splošno sta faktorja izobrazbe in zadovoljstva z delom pred upokojitvijo**. Izkazalo se je, da izobrazba resnično napoveduje večji delež skupne variance kot zadovoljstvo z delom. S tem smo potrdili našo hipotezo, potrdili pa smo tudi rezultate predhodnih raziskav. Le-ti kažejo, da se dejavniki, povezani z delom pred upokojitvijo, na splošno zelo slabo povezujejo z upokojevanjem, pa naj bo to odločitev za upokojitev (Glamser, 1981; Poitrenaudetal, 1979; Schmitt idr., 1979) ali zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi (Taylor in McFarlane Shore, 1995). Najboljša prediktorja upokojevanja naj bi bila zdravje in finančna preskrbljenost (Taylor in McFarlane Shore, 1995; Beehr, 1986; Kim, Kwon in Anderson, 2005; Quick in Moen, 1998). Finančno preskrbljenost lahko povežemo z izobrazbo, saj posamezniki z višjo izobrazbo težijo k delovnim mestom z višjim poklicnim statusom, imajo večji zaslužek in so bolj finančno preskrbljeni v upokojitvi (Noone, Alpass in Stephens, 2010).

Naša raziskava ima kar nekaj prednosti, pa tudi slabosti, ki so povezane predvsem s strukturo vzorca in izvedbo testiranja. Prednosti raziskave so nedvomno, da je predmet našega raziskovanja psihično zdravje v širšem smislu in ne zgolj psihično blagostanje kot ožji konstrukt. S tem izpostavljam širšo sliko glede kakovosti upokojitve. Raziskovali smo tudi povezavo izobrazbe s psihičnim zdravjem kot samostojnim dejavnikom in ne le kot sestavnim delom socialno-ekonomskega statusa ter pokazali bolj neposredno povezavo med obema konstruktoma. Posredno smo izpostavili tudi potrebe upokojencev, zlasti na področju socialne vključenosti, ki se je v raziskavi pokazala kot negativno povezana z zunanjim delovnim zadovoljstvom, katerega eden glavnih dejavnikov so poleg delovnih razmer in varnosti zaposlitve tudi odnosi s sodelavci (Srebrnjak, 2003). Kot kaže, upokojenci po prenehanju zaposlitve pogrešajo socialno kohezivnost in integracijo, saj je bilo njihovo socialno blagostanje pred upokojitvijo boljše. Tudi na podlagi izsledkov te raziskave bi

lahko z organizacijo socialnih dejavnosti za upokojene izboljšali zadovoljenost njihovih potreb po socialnih stikih po upokojitvi.

Ena od pomanjkljivosti naše raziskave je zagotovo pomanjkanje moških udeležencev in neenakomerni deleži posameznikov z določeno stopnjo izobrazbe, kar posledično zmanjša splošljivost izsledkov raziskave. Ker je naš vzorec večinoma vključeval udeleženske ženskega spola, je možno, da je spolna struktura vzorca vplivala na to, da se je zadovoljstvo z delom izkazalo kot slab napovednik psihičnega zdravja po upokojitvi. Quick in Moen (1998) sta v svoji raziskavi namreč dokazala, da značilnosti dela pred upokojitvijo bolje napovedujejo zadovoljstvo z upokojitvijo pri moških kot pri ženskah (Quick in Moen, 1998). Za ženske pa naj bi bilo nekoliko boljša prediktorja kvalitete njihovega upokojenskega življenja zdravje (Martin Matthews in Brown, 1988) in finančna varnost (Dorfman, 1989). Izpostavimo naj dejstvo, da sta oba proučevana prediktorja v naši raziskavi le malo prispevala k napovedovanju kakovosti upokojevanja, saj poleg obeh prediktorjev na upokojevanje vpliva še množica dejavnikov, ki jih v raziskavo nismo zajeli (npr. normativni in nenormativni dogodki, kot so smrt partnerja, zdravstveno stanje, psihofizične zmogljivosti idr). Naslednja pomanjkljivost je ta, da niso bili vsi udeleženci deležni enakega pristopa k testiranju: nekateri so na vprašalnike odgovarjali samostojno na svojem domu, drugi so nanje odgovarjali v naši prisotnosti. Pri slednjih so se pojavile tudi negotovosti in vprašanja, na katere smo lahko odgovorile le prisotnim. Ne moremo izključiti, da tisti posamezniki, ki so odgovarjali na vprašalnike samostojno doma, niso imeli dilem in da so vsa vprašanja razumeli pravilno.

## ::LITERATURA

- Abramson, J. H., Ritter, M., Gofin, J. in Kark, J. D. (1992). Work-health relationships in middle-aged and elderly residents of a Jerusalem community. *Social science and medicine*, 34, 747–755.
- American Psychological Association – APA, Task force on socioeconomic status. (2007). *Report of the APA task force on socioeconomic status*. Washington, DC: APA.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Austrom, M. G., Perkins, A. J., Damush, T. M. in Hendrie, H. C. (2003). Predictors of life satisfaction in retired physicians and spouses. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 38, 134–141.
- Bachman, R. in Pillemer, K. A. (1991). Retirement: Does it affect marital conflict and violence? *Journal of Elder Abuse and Neglect*, 3, 75–88.
- Beehr, T.A. (1986). The process of retirement: A review and recommendations for the future investigations. *Personal psychology*, 39(1), 31–55.
- Belgrave, L. L. in Haug, M. R. (1995). Retirement transition and adaptation: Are health and finances losing their effects? *Journal of clinical geropsychology*, 1, 43–66.
- Bossé, R., Aldwin, C. M., Levenson, M. R. in Ekerdt, D. J. (1987). Mental health differences among retirees and workers: Findings from the normative aging study. *Psychology and aging*, 2, 383–389.
- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social stress. *American sociological review*, 56, 836–849.
- Crimmins, E. in Saito, Y. (2000). Change in the prevalence of diseases among older Americans: 1984–1994. *Demographic research*, 3, 1–20.
- Denton, M., Zeytinoglu, I.U., Davies, S. in Lian, J. (2002). Job stress and job dissatisfaction of home care workers in the context of health care restructuring. *International journal of health studies*, 32(2), 327–357.
- Dooley, D., Fielding, J. in Levi, L. (1996). Health and unemployment. *Annual review of public health*, 17, 449–465.
- Dorfman, L. T. (1989). Retirement preparation and retirement satisfaction in the rural elderly. *Journal of applied gerontology*, 8, 432–450.
- Drentea, P. (2002). Retirement and mental health. *Journal of aging and health*, 14, 167–194. DOI: 10.1177/089826430201400201.
- Elder, G. H. Jr. (1995). The life course paradigm: Social change and individual development. V: Moen, P., Elder, G. H. Jr. in Luscher, K. (ur.), *Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development* (str. 101–139). Washington, DC: APA Press.
- Erdner, R. A. in Guy, R. F. (1990). Career identification and women's attitude toward retirement. *International journal of aging and human development*, 30(2), 129–139.
- Esteban, C., Haverstick, K. in Sass, S. A. (2009). Gradual retirement, sense of control, and retirees' happiness. *Research on aging*, 31, 112–135.
- Feldman, D. C. (1994). The decision to retire early: A review and conceptualization. *Academy of management review*, 19, 285–311.
- Flannery, R. B., Jr., Perry, J. C., Penk, W. E. in Flannery, G. J. (1994). Validating Antonovsky's sense of coherence scale. *Journal of clinical psychology*, 50(4), 575–577.
- Floyd, C. (2009). *The relationship between intrinsic and extrinsic factors and super intendent job satisfaction – dissertation*. Texas: Tarleton State University. Dostopno na: [Google Books](#).
- Gall, T. L., Evans, D. R. in Howard, J. (1997). The retirement adjustment process: Changes in the well-being of male retirees across time. *Journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 52(3), 110–117.
- George, L. K., Fillenbaum, G. in Palmore, E. (1984). Sex differences in the antecedents and consequences of retirement. *Journal of gerontology*, 39(3), 364–371.
- Glamser, F. D. (1981). Predictors of retirement attitudes. *Aging and work*, 4, 23–29.
- Hayslip, B., Beyerlein, M. in Nichols, J. A. (1997). Assessing anxiety about retirement: The case of academicians. *International journal of aging and human development*, 44, 15–36.

- Herzog, A. R., House, J. S. in Morgan, J. N. (1991). Relation of work and retirement to health and well-being in older age. *Psychology and aging*, 6(2), 202–211.
- Hirschfeld, R. (2000). Does revising the intrinsic and extrinsic subscales of the Minnesota Satisfaction Questionnaire Short Form make a difference? *Educational and psychological measurement*, 60, 255–270. DOI: 10.1177/00131640021970493.
- Horwitz, A. (1984). The economy and social pathology. *Annual review of sociology*, 10, 95–119.
- Joo, S. H. in Pauwels, V. W. (2002). Factors Affecting Workers' Retirement Confidence: A Gender Perspective. *Financial counseling and planning*, 13, 1–10.
- Judge, T. A. in Hulin, C. L. (1993). Job satisfaction as a reflection of disposition: A multiple-source causal analysis. *Organizational behavior and human decision processes*, 56, 388–421.
- Judge, T. A. in Watanabe, S. (1993). Another look at the job satisfaction-life satisfaction relationship. *Journal of applied psychology*, 78(6), 939–948.
- Jungmeen, K. in Moen, P. (2002). Retirement transitions, gender, and psychological well-being: A life-course, ecological model. *Journal of gerontology: Psychological sciences*, 57B(3), 212–222.
- Kim, J. E. in Moen, P. (2002). Retirement transitions, gender and psychological well-being: A life-course, ecological model. *Journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 57(3), 212–222.
- Kim, J., Kwon, J. in Anderson, E.A. (2005). Factors related to retirement confidence: Wealth and health are two of the most important factors contributing to a successful retirement. *Financial counseling and planning*, 16(2), 77–89.
- Kimmel, D. C., Price, K. R. in Walker, J. W. (1978). Retirement choice and retirement satisfaction. *Journal of gerontology*, 33, 575–585.
- Kingson, E. R. (1982). Current retirement trends. V: Morrison, M. H. (ur.), *Economics of aging: The future of retirement* (str. 98–135). New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Kohn, M. (1976). Occupational structure and alienation. *American journal of sociology*, 82, 111–130.
- Kohn, M. L. in Schooler, C. (1982). Job conditions and personality: A longitudinal assessment of their reciprocal effects. *American journal of sociology*, 87, 1257–1286.
- Kohn, M. L. in Schooler, C. (1983). *Work and personality: An inquiry into the impact of social stratification*. Norwood, NJ: Ablex.
- Kilty, K. M. in Behling, J. H. (1985). Predicting the retirement intentions and attitudes of professional workers. *Journal of Gerontology*, 40, 219–227.
- Lachman, M. E. in Weaver, S. L. (1998). The sense of control as a moderator of social class differences in health and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 74, 763–773.
- Lee, W. K. (2003). Women and retirement planning: Towards the 'feminization of poverty' in an aging Hong Kong. *Journal of women and aging*, 15, 31–53.
- Link, B. G., Lennon, M. C. in Dohrenwend, B. P. (1993). Socioeconomic status and depression: The role of occupations involving direction, control, and planning. *American journal of sociology*, 98(6), 1351–1387.
- Luce, A., van Zwanenberg, T., Firth-Cozens, J. and Tinwell, C. (2002). What might encourage later retirement among general practitioners? *Journal of management in medicine*, 16(4), 303–310.
- Martin Matthews, A. in Brown, K. H. (1988). Retirement as a critical life event: The differential experiences of women and men. *Research on aging*, 9(4), 548–571.
- Matthews, S., Hertzman, C., Ostry, A. in Power, C. (1998). Gender, work roles and psychosocial work characteristics as determinants of health. *Social science and medicine*, 46(11), 1417–1424.
- McCune, J. T. in Schmitt, N. (1981). The relationship between job attitudes and the decision to retire. *Academy of management journal*, 24, 795–802.
- Mein, G., Martikainen, P., Hemingway, H., Stansfeld, S. in Marmot, M. (2003). Is retirement good or bad for mental and physical health functioning? Whitehall II longitudinal study of civil servants. *Journal of epidemiology and community health*, 57(1), 46–49.
- Merton, R. K. (1957). *Social theory and social structure*. Glencoe, IL: Free Press.
- Mirowsky, J. in Ross, C. E. (1986). Social patterns of distress. *Annual review of sociology*, 12, 23–45.



- Mirowsky, J. in Ross, C. E. (1989). *Social causes of psychological distress*. New York: Aldine de Gruyter.
- Moen, P. (1996). A life course perspective on retirement, gender, and well-being. *Journal of occupational health psychology*, 1, 131–144.
- Moen, P. (2001). The gendered life course. V: George, L. K. in Binstock, R. H. (ur.), *Handbook of aging and the social sciences* (5. izdaja, str. 179–196). San Diego, CA: Academic Press.
- Moen, P., Dempster-McClain, D. in Williams, R. W. Jr. (1992). Successful aging: A life course perspective on women's multiple roles and health. *American journal of sociology*, 97(6), 1612–1638.
- Murphy, G. C. in Athanasou, J. A. (1999). The effect of unemployment on mental health. *Journal of occupational and organizational psychology*, 72(1), 83–99.
- Mutran, E. J., Reitzes, D. C. in Fernandez, M. E. (1997). Factors that influence attitudes toward retirement. *Research on Aging*, 19, 251–73.
- Noone, J., Alpass, F. in Stephens, C. (2010). Do men and women differ in their retirement planning? Testing a theoretical model of gendered pathways to retirement preparation. *Research on Aging*, 32(6), 715–738. DOI: 10.1177/0164027510383531.
- O'Brien, G. (1981). Leisure attributes and retirement satisfaction. *Journal of applied psychology*, 66(3), 371–384.
- O'Brien, G. E. in Dowling, P. (1980). The effects of congruency between perceived and desired job attributes upon job satisfaction. *Journal of Occupational Psychology*, 53, 121–130.
- Palmore, E. B., Fillenbaum, G. G. in George, L. K. (1984). Consequences of retirement. *Journal of Gerontology*, 39, 109–116.
- Palmore, E. B., George, L. K. in Fillenbaum, G. G. (1982). Predictors of retirement. *Journal of Gerontology*, 37, 733–742.
- Poitrenaud, J., Vallery-Masson, J., Valleron, A. J., Demeestere, M. in Lion, M. R. (1979). Factors related to attitude toward retirement among French preretired managers and top executives. *Journal of gerontology*, 35, 723–727.
- Price, C. A. in Joo, E. (2005). Exploring the relationship between marital status and women's retirement satisfaction. *International Journal of Aging and Human Development*, 61, 37–55.
- Quick, H. in Moen, P. (1998). Gender, employment and retirement quality: A life course approach to the differential experiences of men and women. *Journal of occupational health psychology*, 3(1), 44–64.
- Reid, D., Haas, G. in Hawking, D. (1977). Locus of desired control and positive self-concept of the elderly. *Journal of Gerontology*, 32, 441–450.
- Reitzes, D. C. in Mutran, E. J. (2004). The transition to retirement: Stages and factors that influence retirement adjustment. *International Journal of Aging and Human Development*, 59, 63–84.
- Reitzes, D. C., Mutran, E. J. in Fernandez, M. E. (1996). Preretirement influences on postretirement self-esteem. *Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 51(5), 242–249.
- Richardson, V. E. in Kilty, K. M. (1991). Adjustment to retirement: Continuity vs. discontinuity. *International Journal of Aging and Human Development*, 33(2), 151–169.
- Richardson, V. E. in Kilty, K. M. (1995). Gender differences in mental health before and after retirement. *Journal of Women and Aging*, 7, 19–35.
- Riley, M. W. in Riley, J. W. Jr. (1994). Structural lag: Past and future. V: Riley, M. W., Kahn, R. L. in Fomer, A. (ur.), *Age and structural lag: The mismatch between people's lives and opportunities in work, family, and leisure* (str. 15–36). New York: Wiley.
- Rosow, I. (1967). *Social integration of the aged*. New York: Free Press.
- Ross, C. E. in Bird, C. (1994). Sex stratification and health lifestyle: Consequences for men's and women's perceived health. *Journal of Health and Social Behavior*, 35(2), 161–178.
- Ross, C. E. in Drentea, P. (1998). Consequences of retirement activities for distress and the sense of personal control. *Journal of Health and Social Behaviour*, 39(4), 317–334.
- Ross, C. E. in Mirowsky, J. (1992). Households, employment, and the sense of control. *Social Psychology Quarterly*, 55, 217–235.
- Ross, C. E. in Mirowsky, J. (1995). Does employment affect health? *Journal of Health and Social Behavior*, 36, 230–243.

- Ross, C. in Reskin, B. (1992). Education, control at work, and job satisfaction. *Social Science Research*, 21, 134–148.
- Schellenberg, G., Turcotte, M. in Ram, B. (2005). Preparing for retirement. *Canadian Social Trends*, 78, 8–11.
- Schmitt, N., Coyle, B., Rauschenberger, J. in White, J. K. (1979). Comparison of early retirees and non-retirees. *Personnel Psychology*, 32, 327–340.
- Singh, S. (2006). Perceived health among women retirees. *Psychological Studies*, 51, 166–170.
- Spector, P. (1997). Job satisfaction: Application, assessment, causes, and consequences. London: Sage.
- Spenner, K. I. (1988). Social stratification, work, and personality. *Annual Review of Sociology*, 14, 69–97.
- Srebrnjak, M. (2003). *Zadovoljstvo zaposlenih v trgovskem podjetju x – diplomsko delo*. Univerza v Mariboru: Ekonomsko-poslovna fakulteta.
- Swan, G. E., Dame, A. in Carmelli, D. (1991). Involuntary retirement, type A behavior, and current functioning in elderly men: 27-year follow-up of the western collaborative group study. *Psychology and Aging*, 6(3), 384–391.
- Szinovacz, M. E. (2003). Contexts and pathways: Retirement as institution, process, and experience. V: Adams, G. A. in Beehr, T. A. (ur.), *Retirement: reasons, processes, and results* (str. 6–52). New York, NY: Springer.
- Taylor, M.A. in McFarlane Shore, L. (1995). Predictors of planned retirement age: An application of Beehr's model. *Psychology and aging*, 10(1), 76–83.
- Thoits, P. A. (1992). Identity structure and psychological well-being: Gender and marital status comparisons. *Social Psychology Quarterly*, 55(3), 236–256.
- van Solinge, H. in Henkens, K. (2005). Couples' adjustment to retirement: A multi-actor panel study. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 60, 11–20.
- van Solinge, H. in Henkens, K. (2008). Adjustment to and satisfaction with retirement: Two of a kind? *Psychology and Aging*, 23, 422–434.
- Verbrugge, L. M. (1985). Gender and health: An update on hypotheses and evidence. *Journal of Health and Social Behavior*, 26, 156–182.
- Waldron, I. in Jacobs, J. (1988). Effects of labor force participation on women's health: New evidence from a longitudinal study. *Journal of Occupational Medicine*, 30(12), 977–983.
- Wells, Y. D. in Kendig, H. L. (1999). Psychological resources and successful retirement. *Australian Psychologist*, 34(2), 111–115.
- Zhan, Y., Wang, M., Liu, S. in Shultz, K. (2009). Bridge employment and retirees' health: A longitudinal investigation. *Journal of occupational health psychology*, 14(4), 374–389. DOI: 10.1037/a0015285.

## ::PRILOGE

### ::Priloga 1

Vrednotenje vprašalnika psihičnega zdravja *MHC-LF* na lestvicah psihičnega in socialnega blagostanja ter vrednotenje vprašalnika zadovoljstva pri delu *MSQ-LF*

Lestvica psihičnega blagostanja (vprašalnik *MHC-LF*):

- podlestvica Avtonomnost: seštevek 15., 17. in 18. postavke
- podlestvica Obvladovanje okolja: seštevek 4., 8. in 9. postavke
- podlestvica Osebnostna rast: seštevek 11., 12. in 14. postavke
- podlestvica Smisel življenja: seštevek 3., 7. in 10. postavke
- podlestvica Sprejemanje sebe: seštevek 1., 2. in 5. postavke
- podlestvica Medosebni odnosi: seštevek 6., 13. in 16. postavke

Lestvica socialnega blagostanja (vprašalnik *MHC-LF*):

- podlestvica Socialna koherentnost: seštevek 1., 8. in 12. postavke
- podlestvica Socialna integracija: seštevek 2., 6. in 11. postavke
- podlestvica Sprejemanje drugih: seštevek 3., 10. in 14. postavke
- podlestvica Prispevanje družbi: seštevek 4., 7. in 15. postavke
- podlestvica Socialna aktualizacija: seštevek 5., 9. in 13. postavke

Zadovoljstvo pri delu (vprašalnik *MSQ*):

- lestvica Notranje zadovoljstvo: postavke 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 20
- lestvica Zunanje zadovoljstvo: postavke 5, 6, 12, 13, 14, 19
- lestvica Splošno zadovoljstvo: vse postavke

## ::Priloga 2

Tabela 8: Povezanost ravni izobrazbe s psihičnim zdravjem (vprašalnik MHC-LF)

Lestvica	Podlestvica	$\rho$	$p$	$N$
Emocionalno blagostanje	Trenutno počutje	-,011	,911	101
	Ocena življenjske situacije	,123	,222	101
Psihično blagostanje	Avtonomnost	-,106	,292	101
	Obvladovanje okolja	-,085	,395	101
	<b>Osebnostna rast</b>	-,208*	,038	100
	<b>Smisel življenja</b>	-,254*	,011	100
	Sprejemanje sebe	-,185	,066	99
	Medosebni odnosi	,092	,360	101
Socialno blagostanje	<b>Socialna kohezivnost</b>	-,275**	,005	101
	Socialna integracija	-,047	,642	101
	Sprejemanje drugih	-,012	,904	101
	Prispevanje družbi	-,191	,057	100
	Socialna aktualizacija	,071	,483	101
Skupaj		-,180	,080	96

*Opombe.*

\*\*Korelacija je pomembna na 1-odstotni ravni tveganja

\* Korelacija je pomembna na 5-odstotni ravni tveganja

### ::Priloga 3

*Tabela 9: Kolomogorov-Smirnov test normalnosti porazdelitve rezultatov na lestvicah na MHC in MSQ vprašalniku*

Test	Lestvica	Podlestvica	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>	<i>N</i>
MHC	Emocionalno blagostanje						
		Trenutno počutje	3,48	0,63	0,751	,626	101
		Ocena življenjske situacije*	7,21	1,62	2,146*	,000	101
	Psihično blagostanje						
		Avtonomnost	8,57	3,59	0,987	,284	101
		Obvladovanje okolja	8,21	3,4	1,346	,053	101
		Osebnostna rast	7,19	3,18	1,145	,146	100
		Smisel življenja	9,75	3,08	1,176	,126	100
		Sprejemanje sebe	8,1	3,66	1,328	,059	99
		Medosebni odnosi*	10,36	2,74	1,564*	,015	101
	Socialno blagostanje						
		Socialna kohezivnost	10,56	3,46	0,899	,394	101
		Socialna integracija*	7,67	3,49	1,516*	,020	101
		Sprejemanje drugih	10,98	2,91	0,888	,410	101
		Prispevanje družbi*	7,97	3,67	1,445*	,031	100
		Socialna aktualizacija	12,24	3,51	0,973	,300	101
	Skupaj		112,22	20,62	1,048	,222	96
MSQ	Notranje zadovoljstvo*		44,33	7,55	1,422*	,035	95
	Zunanje zadovoljstvo		19,26	4,41	1,059	,212	99
	Splošno zadovoljstvo*		63,55	11,56	1,362*	,049	94

\*Opomba. Porazdelitev rezultatov na lestvici *ne ustreza* normalni teoretični porazdelitvi.