

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ  
ВОЛОГОДСКИЙ НАУЧНЫЙ ЦЕНТР РАН



ИНФОРМАЦИОННЫЙ  
ВЫПУСК № 77  
(2131)

Серия

**«ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ»**

ВолНЦ РАН продолжает знакомить своих подписчиков с наиболее интересными, на наш взгляд, публикациями, затрагивающими актуальные вопросы российской экономики и политики.

В выпуске представлена статья Г. Красновой «У счастья есть возраст и пол», опубликованная в «Независимой газете», № 144, 12 июля 2022 года.

Вологда  
июль 2022

## У счастья есть возраст и пол

Кризис среднего возраста – это не миф, а научно доказанный факт

Ответ на вопрос «Есть ли возраст у счастья?» нашли ученые из Дартмурского колледжа (США). Они провели масштабный опрос более 500 млн человек из 132 стран мира на предмет оценки их уровня счастья в разные годы жизни. Кроме того, были использованы статистические данные за несколько десятилетий.

Оказалось, что во всех странах мира пики счастья приходятся на 22–23 года и на 69 лет, а пик несчастья – на 47–48 лет. Из этих данных следует, что кризис среднего возраста – это не миф. Ученые предположили, что он связан с болезненным отказом от неосуществимых желаний молодости и сменой жизненных приоритетов.

Про пик 22–23 говорить много не будем, здесь все ясно, что называется, интуитивно. Работает поговорка: молодости не ждут, ее только вспоминают...

А вот что касается пика счастья в 69 лет, то здесь все интереснее и сложнее. Возможно, этот феномен объясняется тем, что счастливые люди дольше живут, и это могло повлиять на статистику опрошенных: несчастливые скорее всего уже ушли в мир иной. При этом остальные, глядя им вслед, испытывают больше радости и счастья, находясь в добром здравии и уме. Так что, видимо, «старость не радость» – это правило работает не всегда и не для всех.

С учетом неопределенности сегодняшнего дня даже теоретическая перспектива счастья в 69 лет радует. Огорчает, что в 2021 году продолжительность жизни в России в среднем сократилась до 70,1 года. В общем, и живем недолго, а счастливыми так и того меньше. Корней Чуковский давно сказал: «В России надо жить долго, тогда что-нибудь получится». Полностью согласна.

От возраста счастья перейдем к гендеру, чтобы узнать, есть ли различия между мужским и женским счастьем. Ответ на этот вопрос дали ученые Кембриджского университета и Университета Южной Калифорнии.

Используя данные, охватывающие несколько десятилетий, они обнаружили любопытные гендерно-возрастные различия в благополучии мужчин и женщин в зависимости от их семейного и финансового положения.

По данным исследования, самый печальный период жизни среднестатистического мужчины – 20 лет. Во-первых, они чаще бывают одинокими, чем женщины того же возраста. Во-вторых, они больше недовольны своим финансовым положением. Для молодых мужчин аспект денег и самореализации очень важен, и поэтому они сильнее испытывают «дефицит» в этих ресурсах. В том числе потому, что не могут пока иметь дорогие вещи вроде машины или недвижимости.

Но возраст меняет многое, и прежде всего финансовое состояние мужчин и женщин, а также их семейное положение. После 34 лет мужчины чаще вступают в брак, чем женщины, и с возрастом этот разрыв увеличивается.

Вот возрастные вехи гендерной кривой счастья, которые выделили ученые: 41 год – это возраст, в котором финансовая удовлетворенность мужчин выше, чем у женщин.

48 лет – возраст, в котором мужчины чувствуют себя счастливее женщин, поскольку приближаются к осуществлению своих устремлений, более удовлетворены своей личной жизнью и финансовым положением.

64 года – возраст, в котором удовлетворенность мужчин любовной жизнью значительно превышает удовлетворенность женщин.

То есть кривая мужского счастья с возрастом идет вверх, а женского – вниз.

Чтобы понять, почему так происходит с женским счастьем и, главное, что с этим делать в российских условиях, обратимся к свежему исследованию ВЦИОМа, посвященному женскому счастью. Опрос российских женщин в возрасте 18–45 лет выявил следующие слагаемые счастья россиянок в этом возрасте.

На первое место они ставят материнство и семью. На второе – отношения с партнером. На третье – удовлетворенность отношениями с родными и близкими. И только потом самореализацию – любимое дело или хобби, карьерный рост, саморазвитие.

Эти слагаемые счастья влияют и на то, как проводят свободное от работы время россиянки. Самый распространенный ответ среди женщин об их времяпрепровождении – домашнее хозяйство/дети/дача (63%). Второй по частоте ответ –

смотрят ТВ и/или слушают радио (39%). Третий по популярности ответ – читают книги (32%) и/или проводят время с друзьями (31%). Замыкают пятерку самых распространенных ответов: имеет хобби и занимается им дома (28%) и/или проводит время на природе, гуляет (27%).

Что происходит с этими слагаемыми счастья с возрастом, мы хорошо знаем. Дети вырастают и покидают отчий дом, отношения с партнером теряют былую яркость, родители, увь, уходят. Другими словами, опоры, на которых стояло женское счастье, рушатся.

Чтобы его вернуть, нужны новые опоры и причины для счастья. Их обязательно нужно найти, чтобы кривая счастья перестала опускаться все ниже и ниже.

Исследования о гендерно-возрастных различиях в вопросах счастья производят неоднозначное впечатление. С одной стороны, норма меняется, меняется индивидуальное восприятие времени и возраста. Сейчас даже в соответствии с российским законом о молодежной политике молодым человеком считается любой до 35 лет включительно. С другой стороны, нельзя не признать, что гендерные различия в вопросах счастья есть и хорошо, что вопросы о природе счастья в XX веке из философских трудов переместились в научные лаборатории по всему миру.

Сейчас ученые находят новые поразительные способы сделать человека счастливым вне зависимости от пола, возраста, финансового положения, образования и т.д. Во Всемирной базе данных счастья (оказывается, есть и такая) сегодня размещены более 40 тыс. научных исследований и более 15 тыс. публикаций.

Оказывается, в XXI веке счастье можно измерить, качественно улучшить, спрогнозировать и натренировать. Но для начала нужно поверить в возможность простого человеческого счастья. А «формула счастья» уже открыта нобелевским лауреатом и советским физиком Львом Ландау. Хочу заметить, что он считал ее своим самым выдающимся изобретением. По его мнению, для счастья необходимы три составляющие в равных пропорциях:

1/3 – любимая деятельность, которая приносит доход;

1/3 – чувство любви;

1/3 – общение и отношения с людьми.

На вопрос от скептиков «Зачем он занимался такой глупостью?» Ландау отвечал: «Если бы все думали об этом столь же серьезно, как я, жизнь стала бы намного легче». Не могу с этим не согласиться!

**Гульнара Краснова**