

# Кривая счастья: универсальный феномен или иллюзия? Новые исследования ставят под сомнение традиционные представления

Дата публикации: 04.03.2025

Долгое время в науке существовало представление о том, что субъективное благополучие человека в течение жизни следует U-образной траектории: высокий уровень счастья в молодости, снижение в среднем возрасте и последующий рост в пожилые годы. Однако новые исследования антрополога Майкла Гурвена и его коллег показывают, что эта модель характерна лишь для индустриальных обществ. В традиционных неиндустриальных сообществах кривая счастья может быть совершенно иной — оставаться ровной или даже снижаться в пожилом возрасте.

Гурвен и его команда провели обширное исследование, результаты которого были опубликованы в Science Advances. Они изучили данные трех крупных исследований, охватывающих коренные популяции, такие как охотники-собиратели бака в Африке, пунаны на Борнео и садоводы цимане в Боливии. Дополнительно были проанализированы отчеты о субъективном благополучии жителей сельских регионов 23 стран с низким уровнем дохода. Третье исследование представляло собой продольный анализ, отслеживающий изменения депрессии у цимане с течением времени.

Выводы исследования говорят о том, что в неиндустриальных обществах:

- Нет четкой U-образной кривой счастья.
- Благополучие может оставаться стабильным на протяжении всей жизни.
- В пожилом возрасте счастье часто снижается из-за ухудшения здоровья и сокращения социальных ролей.

В отличие от жителей индустриальных стран, чьи социальные системы обеспечивают защиту в старости (пенсии, медицинское страхование, поддержка общества), представители традиционных обществ сильнее зависят от собственной физической формы. Их способность обеспечивать себя и свою семью напрямую влияет на уровень удовлетворенности жизнью. Чем сильнее человек, тем больше его ценит сообщество, и наоборот, потеря физической силы в пожилом возрасте приводит к снижению социальной значимости и, соответственно, уровня счастья.

Это объясняет, почему в индустриальных обществах субъективное благополучие может расти в старости — пожилые люди здесь имеют меньше физических ограничений и больше времени для рефлексии, социальной

активности и самореализации. В традиционных сообществах, напротив, процесс старения часто сопровождается снижением социальной вовлеченности, ростом проблем со здоровьем и потерей независимости.

Исследование Гурвена ставит под сомнение универсальность U-образной модели счастья и подчеркивает важность изучения благополучия в разных культурах. Большая часть современных исследований по психологии и социологии проводится на представителях так называемых WEIRD-обществ (Западных, Образованных, Индустриальных, Богатых и Демократических), что ограничивает глобальное понимание человеческой природы. Данные о субъективном **благополучии** коренных народов и сельских сообществ позволяют выявить недооцененные факторы, влияющие на счастье, и помогают в разработке более справедливых и инклюзивных стратегий заботы о пожилых людях по всему миру.

Будущие исследования в этой области должны:

- Учитывать культурные и социальные различия в оценке счастья.
- Проводиться на более широких выборках, включая сельские и коренные общества.
- Изучать влияние физических ограничений и социального окружения на субъективное благополучие.
- Разрабатывать рекомендации по улучшению качества жизни пожилых людей с учетом специфики их среды обитания.

Исследование субъективного благополучия выходит за рамки академического интереса и имеет важное практическое значение. По мере старения мирового населения возрастает потребность в понимании и создании эффективных стратегий поддержки пожилых людей. Новые данные помогают изменить подход к социальной политике, сделать здравоохранение более адаптивным и улучшить общее качество жизни во всем мире.

**Ссылка:** «Субъективное благополучие на протяжении жизни среди неиндустриального населения» [DOI: 10.1126/sciadv.ado0952](https://doi.org/10.1126/sciadv.ado0952).