

DOI: 10.35853/UfH-RMP-2019-SP04
УДК 316.61-053.8

Удовлетворенность жизнью и счастье россиян зрелого возраста

Маргарита Е. Пермякова¹,

ORCID: 0000-0002-9384-5939, e-mail: pme8@mail.ru

Ольга С. Виндекер²,

ORCID: 0000-0002-1442-3718, e-mail: o.s.vindeker@urfu.ru

^{1,2} Уральский федеральный университет им. первого
Президента России Б. Н. Ельцина, г. Екатеринбург, Россия

Татьяна Л. Сморкалова³,

³ АНО ВО «Гуманитарный университет», г. Екатеринбург, Россия

ORCID: 0000-0003-1746-4621, e-mail: smtanya@mail.ru

Аннотация. В данной статье представлены результаты эмпирического исследования социально-демографических коррелятов и субъективных коррелятов ощущения счастья. Актуальность исследования обусловлена тем, что современный мир предъявляет к человеку запредельные, зачастую противоречивые, требования (информационные, потребностно-мотивационные, ценностные и так далее). При этом базовые потребности, связанные с самоактуализацией и стремлением чувствовать себя счастливым, маргинализируются, уходят на второй план. В таких условиях изучение ощущения счастья и субъективного благополучия в связи с удовлетворенностью различными аспектами жизни, а также в связи с объективными социально-демографическими факторами, видится нам актуальным. Целью нашего исследования являлось определение связи счастья россиян зрелого возраста с удовлетворенностью различными аспектами жизни. Была выдвинута гипотеза о связи счастья с удовлетворенностью работой, материальным положением, здоровьем, возможностью полноценного отдыха, супружескими отношениями, отношениями со своими детьми, друзьями.

В данном исследовании приняли участие 1 520 человек (222 мужчины и 1 298 женщин) в возрасте $40,45 \pm 6,72$ лет, имеющие детей (или одного ребенка) школьного возраста. В качестве метода исследования использовалась анкета, включающая вопросы социально-демографического (пол, возраст, семейное положение, количество детей, доход и так далее) и психологического (оценивание уровня счастья и удовлетворенности такими аспектами жизни, как работа, материальное положение, отношения с собственными детьми, супругами, друзьями, возможность полноценного отдыха и здоровье) характера. В результате исследования было определено, что субъективное ощущение счастья связано как с объективными социально-демографическими показателями, так и с уровнем удовлетворенности различными аспектами жизни. Ощущение счастья положительно связано с количеством детей в семье и уровнем дохода, а также с удовлетворенностью жизнью в целом. С возрастом субъективное ощущение счастья несколько «притупляется», оценивается несколько ниже (что характерно в большей степени для женской части выборки). Мужчины и женщины не отличаются друг от друга по уровню ощущения счастья, но есть некоторые особенности во взаимосвязях счастья с такими факторами, как наличие семьи (состоит в браке) и количество детей – в отличие от мужчин, у женщин эти корреляции достоверны. Кроме того, по

© М. Е. Пермякова, О. С. Виндекер, Т. Л. Сморкалова, 2019



сравнению с женщинами, мужчины в большей степени удовлетворены материальным положением и супружескими отношениями и в меньшей степени – отношениями с друзьями. В целом полученные результаты дополняют данные, имеющиеся в литературе. Так, выявлено, что не все социально-демографические факторы, которые в общественном сознании рассматриваются как предикторы счастья, действительно коррелируют с ощущением счастья. Так, например, определено, что такой важный фактор объективного, материального благополучия, как наличие своего собственного жилья, никак не связан с ощущением счастья: имеющие и не имеющие собственное жилье одинаковы счастливы.

Ключевые слова: счастье, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, социально-демографические показатели.

Для цитирования: Пермякова М. Е., Виндекер О. С., Сморкалова Т. Л. Удовлетворенность жизнью и счастье россиян зрелого возраста // Российский человек и власть в контексте радикальных изменений в современном мире : сб. науч. тр. XXI российской науч.-практ. конф. (с междунар. участием) (г. Екатеринбург, 12–13 апреля 2019 года) / ред. Л. А. Закс, А. П. Семитко, С. А. Мицек [и др.]. – Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2019. – С. 254–267. – ISBN 978-5-7741-0372-0. – DOI:10.35853/UfH-RMP-2019-SP04.

Life Satisfaction and Happiness of Russians at a Mature Age

Margarita E. Permyakova¹,

ORCID: 0000-0002-9384-5939, e-mail: pme8@mail.ru

Olga S. Vindeker²,

ORCID: 0000-0002-1442-3718, e-mail: o.s.vindeker@urfu.ru

^{1,2}Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Tat'yana L. Smorkalova³

³Liberal Arts University – University for Humanities, Yekaterinburg, Russia

ORCID: 0000-0003-1746-4621, e-mail: smtanya@mail.ru

Abstract. The article describes the results of the empirical study into socio-demographic correlates and subjective correlates of happiness. The relevance of the study is determined by the fact that the modern world places exorbitant, often conflicting requirements (information-driven, need and motive-based, value-oriented, etc.) on the individual. And basic needs associated with self-actualization and a willingness to be happy are marginalized and take a back seat. In such circumstances, we consider the study into the feelings of happiness and subjective wellbeing linked to both satisfaction with different life aspects and objective socio-demographic factors to be relevant. Our study aimed to define the linkage between the happiness of mature Russians and their satisfaction with different aspects of life. We formed the hypothesis of a connection between happiness and satisfaction with the job, material situation, health, proper rest, inter-spousal relations, and relationships with their children and friends.

The sample consisted of 1520 people (222 males and 1298 females) aged 40,45 ± 6,72 with children (or 1 child) of school age. We used a questionnaire embracing questions of a socio-demographic (gender, age, marital status, number of children, income, etc.) and psychological nature (assessment of happiness and satisfaction with such life aspects as a job, material situation, relations with spouses, children, friends, proper rest, health, etc). The results revealed that the feelings of happiness are connected with both objective socio-demographic indicators and the level of satisfaction with different life aspects. Happiness positively correlates with the

number of children in a family and income, and also with overall life satisfaction. With age, a subjective sense of happiness “fades” a bit, and the respondents estimate happiness slightly lower (it is more characteristic of the female part of the sample). Men and women do not differ in the level of being happy but there exist some peculiarities in the linkage of happiness with such factors as marital status (being married) and the number of children – unlike men, for women these correlations are statistically significant. Also, men, compared to women, are more satisfied with the material situation and inter-spousal relations and less satisfied with their relations with friends. In general, the obtained results complement the data published in academic literature. Thus, it was found that not all factors considered as predictors of happiness in the public mind correlate with the feelings of happiness. For instance, it was revealed that such an essential factor of material wellbeing as homeownership has nothing to do with a sense of happiness: the respondents with and without own homes are equally happy.

Keywords: happiness, subjective wellbeing, life satisfaction, socio-demographic indicators.

For citation: Permyakova ME, Vindeker OS, Smorkalova TL. Life satisfaction and happiness of Russians at a mature age. In: Zaks LA, Semitko AP, Mitsek SA, et al. (eds.) *Russian Man and Power in the Context of Dramatic Changes in Today's World: Collection of academic papers from the 21st Russian scientific-practical conference (with international participation) (Yekaterinburg, April 12–13, 2019)*. Yekaterinburg: Liberal Arts University – University for Humanities; 2019. p. 254–267. Available from: doi:10.35853/UfH-RMP-2019-SP04.

Введение

В последние десятилетия проблема счастья, благополучия человека, как одной из важнейших интегральных характеристик личности, от которой зависит эффективность ее функционирования, активно исследуется в мировой психологии. «Subjective well-being is an important issue in social development because experience of one's own personal well-being is a prerequisite for the person's successful functioning in society» [30, p. 126]. Несмотря на это, до сих пор среди ученых нет единого мнения о сущности этой категории [12; 5; 25; и др.]. Большинство исследователей опирается на понятийный аппарат, сформировавшийся в зарубежной психологии. Его трактовка близка либо к гедонистическому подходу [22; 26; 1; 16], согласно которому счастье и его психологический синоним – субъективное благополучие – является субъективным ощущением и трактуется как конструкт, состоящий из когнитивного (удовлетворенность жизнью) и аффективного (баланс положительных и отрицательных эмоций) компонентов, либо к эвдемонистическому подходу [29; 28; 24], в котором психологическое благополучие рассматривается как показатель позитивного функционирования личности и связывается с самореализацией личности, с ее ресурсами и положительными качествами.

Определенная часть отечественных исследований [2; 5; 8; 9; 10; 12; 19; и др.] посвящена теоретическому анализу сущности этих понятий, их уточнению, углублению, преломлению их содержания через призму российской ментальности, социокультурной специфики, построению собственных психологических конструктов и моделей разных видов благополучия.

Сторонники эвдемонистического и гедонистического подходов ведут активную дискуссию о возможности и продуктивности сочетания и интеграции феноменов счастья и различных видов благополучия [18;

15; 4; 3; и др.]. Большинство российских психологов склоняется к мнению, что, хотя эти термины и не являются тождественными, все они отражают «позитивное функционирование личности» [7; 6; 9; и др.], коррелируют между собой на уровне эмпирических показателей и, в грубом приближении, могут использоваться как синонимы.

Эмпирические исследования счастья и благополучия, как правило, посвящены определению их предикторов и коррелятов. Источниками счастья респонденты называют как внешние социально-экономические, экологические, этнокультурные факторы, характеризующие среду обитания человека, так и внутренние факторы, характеризующие самого человека и его социальные связи: пол, возраст, темперамент, личностные особенности, семью, удовлетворенность материальным положением, работой, межличностными отношениями, наличие свободного времени для досуга, хобби, успех, самоактуализацию, веру и т. д. [12].

Универсальных рецептов счастья, благополучия для всех людей не существует, оно складывается из своеобразного для каждого человека сочетания множества факторов, но при этом каждый ощущает и оценивает уровень своего счастья как целостное переживание. Согласно S. Oishi, E. Diener, R. Lucas [27], существует некий оптимальный уровень счастья и он равен 8 баллам (по 10-балльной шкале). Люди, которые оценивают свое ощущение счастья на этом уровне, уверенно чувствуют себя в жизни, зарабатывают больше денег, лучше учатся, чем те, кто ощущает себя счастливым по условной шкале на 10 баллов.

Исследования показывают, что ощущение счастья, высокое субъективное благополучие приводят к улучшению здоровья и увеличивают продолжительность жизни. Счастливые люди выше оценивают уровень своего здоровья, чем несчастливые, независимо от объективных показателей их здоровья. Согласно исследованиям, у счастливых людей менее выражены физиологические реакции на стрессовые ситуации [21; 23]. Отличительными чертами счастливых людей являются оптимизм, высокая самооценка, ощущение личного контроля [26; 16]. Кроме того, фиксируется отрицательная корреляция с депрессией и тревожностью. Исследования по опроснику шкал «Большой пятерки», показали, что счастье негативно связано с нейротизмом и положительно коррелирует с экстраверсией, открытостью новому опыту [22]. «Метод проверки переживаний» М. Чиксентмихайи выявил, что счастливые люди ощущают себя вовлеченными в деятельность и удовлетворены ею [26]. Менее значимыми для ощущения счастья являются материальное обеспечение, пол, образование [23; 26]. По мнению М. Seligman [16], D. G. Myers, E. Diener [26], значимым фактором для счастья является религиозная вера. Но существует и мнение, что вера мало влияет на ощущение счастья [1; 14]. Одним из важнейших предикторов счастья, а некоторые авторы считают и возможно единственным, являются социальные и межличностные отношения [1; 16].

Ежегодные социологические исследования показывают, что уровень счастья населения различных стран различен, непонятен и во многом зависит от ценностей социальных общностей, культурных феноменов, политического и социально-экономического состояния общества. Г. А. Монусова [13] проанализировала данные Европейского социального обследования (ESS) об уровне счастья и удовлетворенности разными аспектами жизни в 25 странах, в том числе и в России,

и пришла к выводу о связи этих показателей с возрастом респондентов. Так, в России, по сравнению с другими европейскими странами, наблюдается самое резкое снижение субъективного благополучия с возрастом. Возрастной профиль субъективного благополучия имеет U-образную форму. Максимальные показатели отмечаются в возрасте 15–24 лет, далее уровень субъективного благополучия снижается и к 50 годам достигает наименьших значений, после чего вновь начинает повышаться. В России чувство благополучия с возрастом неуклонно снижается, небольшой подъем наблюдается только с 55 до 64 лет, а после 65 лет – снова снижение. Такая нелинейная зависимость обусловлена неодинаковым вкладом различных частных показателей удовлетворенности в интегральный индекс субъективного благополучия в разные возрастные периоды. Например, россияне менее других удовлетворены своим материальным положением, показатель оптимизма у них один из самых низких в Европе. Удовлетворенность собой и своим здоровьем последовательно снижается по мере старения.

Несмотря на разработанность данной проблематики, существует необходимость в регулярных психологических исследованиях счастья населения, которые отражали бы динамику его изменения и фиксировали степень удовлетворенности разными аспектами жизни. Особенно важны исследования счастья людей зрелого возраста, так как этот возраст является репродуктивным периодом, временем наибольшей трудоспособности, и именно от этой категории населения во многом зависит благополучие и счастье детей и пожилых людей.

Целью нашего исследования являлось определение связи счастья россиян зрелого возраста с удовлетворенностью различными аспектами жизни. Была выдвинута гипотеза о связи счастья с удовлетворенностью работой, материальным положением, здоровьем, возможностью полноценного отдыха, супружескими отношениями, отношениями со своими детьми, друзьями.

В исследовании приняли участие 1 520 россиян зрелого возраста (222 мужчины и 1 298 женщин, средний возраст $(40,45 \pm 6,72)$ лет), имеющих детей. Все испытуемые были проинформированы о целях исследования и дали добровольное согласие на участие в нем. Из 1 520 респондентов: состоят в браке – 1 165; имеют одного ребенка – 556, двух детей – 754, трех и более – 210; 1 369 человек имеют собственное жилье; вузы закончили 1 034 человека, среднее образование имеют 476; доход менее 10 тыс. руб. на 1 человека в семье отметили 183 человека, от 10 до 20 тыс. руб. – 542 человека, от 20 до 30 тыс. руб. – 428 человек, свыше 30 тыс. руб. – 367 человек. Имеют работу 1 374 человека.

Методы исследования

Респондентам была предложена анкета, включающая вопросы социально-демографического и психологического характера. К социально-демографическим относились вопросы, связанные с полом, возрастом, семейным положением, количеством детей, уровнем образования, характером занятости и доходом. Психологическая составляющая была представлена восемью оценочными шкалами. Испытуемым предлагалось по 10-балльной шкале оценить свой уровень счастья, уровень удовлетворенности работой, материальным положением, супружескими отношениями, отношениями с детьми, отношениями с друзьями,

возможностью для полноценного отдыха и своим здоровьем. При обработке данных использовались коэффициент корреляции Пирсона, однофакторный дисперсионный анализ и факторный анализ (Principle Components, Varimax Normalized).

Результаты и обсуждение

Количество респондентов с разными уровнями измеряемых показателей представлены в таблице 1.

Таблица 1
Количество респондентов с разными уровнями счастья и удовлетворенности жизнью (% / абсол.)

Показатели	Количество респондентов с разными уровнями измеряемых показателей				
	низкий	пониженный	средний	повышенный	высокий
Счастье	2,8 / 42	2,5 / 38	11,4 / 174	39,8 / 605	43,5 / 661
Удовлетворенность					
работой	3,1 / 48	6,4 / 97	19,6 / 298	37,3 / 567	33,6 / 510
материальным положением	4,8 / 73	12,4 / 188	29,6 / 450	35 / 532	18,2 / 277
супружескими отношениями	6,6 / 100	4,2 / 64	14,4 / 219	21,2 / 322	53,6 / 815
отношениями со своими детьми	0,9 / 14	2,5 / 39	8,5 / 129	27,2 / 413	60,9 / 925
отношениями с друзьями	1 / 15	3,2 / 48	11,2 / 170	26,2 / 399	58,4 / 888
возможностью полноценного отдыха	8,1 / 124	13,6 / 207	29,3 / 445	28,4 / 431	20,6 / 313
своим здоровьем	2,1 / 32	8,9 / 135	24,8 / 377	41,6 / 632	22,6 / 344

Анализ данных показывает, что повышенный и высокий уровень счастья характерен для подавляющего большинства (83,3 %) россиян зрелого возраста. Наибольшее количество респондентов отметили повышенную и высокую удовлетворенность такими аспектами жизни, как отношения с детьми (88,1 %), друзьями (84,6 %), супругами (74,8 %). Работой удовлетворены 70,9 %, здоровьем – 64,2 %. Меньше всего среди респондентов тех, кто удовлетворен своим материальным положением (53,2 %) и кто имеет возможность полноценного отдыха (49 %).

Связь счастья с показателями удовлетворенности различными аспектами жизни, а также социально-демографическими показателями определялась с использованием коэффициента корреляции Пирсона (r). Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Значимые коэффициенты корреляции счастья
с показателями удовлетворенности жизнью
и социально-демографическими показателями**

Параметры		Счастье		
		Общая выборка (n = 1520)	Мужчины (n = 222)	Женщины (n = 1298)
Удовлетворенность	...своей работой	0,39***	0,37***	0,42***
	...материальным положением	0,38***	0,42***	0,38***
	...супружескими отношениями	0,39***	0,51***	0,38***
	...отношениями со своими детьми	0,49***	0,55***	0,48***
	...отношениями с друзьями	0,47***	0,44***	0,47***
	...своим здоровьем	0,39***	0,45***	0,36***
	...возможностью для полноценного отдыха	0,38***	0,43***	0,37***
Возраст		-0,10**	0,05	-0,11**
Доход на 1 человека в семье		0,13**	0,17**	0,13**
Наличие семьи (состоит в браке)		-0,08*	-0,07	-0,09*
Количество детей в семье		0,13**	0,12	0,13**

«*» – корреляция значима при $p \leq 0,05$; «**» – значима при $p \leq 0,01$;
«***» – значима при $p \leq 0,001$.

Корреляционный анализ выявил положительную связь счастья с удовлетворенностью жизнью во всех исследуемых сферах. Такие параметры, как доход в семье, количество детей, также положительно связаны с ощущением счастья: чем больше детей в семье и больше доход, тем выше оценка уровня счастья. Не зависит счастье от обладания собственным благоустроенным жильем, что объясняется его наличием у 90 % респондентов исследуемой выборки, и от уровня образования. Отрицательно коррелирует счастье только с возрастом, что в целом соответствует представленным в литературе данным (Монусова, 2012). При корреляционном анализе социально-демографических характеристик и уровня удовлетворенности было определено, что доход положительно коррелирует с удовлетворенностью материальным положением ($r_{\text{эмп}} = 0,33$ при $p \leq 0,001$), а количество детей – с удовлетворенностью отношениями с ними ($r_{\text{эмп}} = 0,10$ при $p \leq 0,05$).

В результате факторного анализа (Principle Components, Varimax Normalized) четко выделились 2 фактора (в качестве критерия использовался график «каменистой осыпи»: I фактор $S3 = 4,05$; ДОД = 0,51; II фактор $S3 = 4,24$; ДОД = 0,26). Первый фактор преимущественно составили шкалы удовлетворенности работой (0,72), материальным положением (0,82), возможностью полноценного отдыха (0,73) и здоровьем (0,68), тогда как второй – шкалы удовлетворенности отношениями с детьми (0,74) и друзьями (0,72), а также супружескими отношениями (0,68). Факторная нагрузка по шкале счастья оказалась распределенной между данными факторами, причем для второго фактора она оказалась несколько выше (I фактор – 0,34; II фактор – 0,52). Таким образом, мы видим, что удовлетворенность жизнью дифференцируется на сферу физической, материальной и деловой удовлетворенности, с

одной стороны, и сферу отношений – с другой стороны. Шкала «Счастье» получила недостаточную высокую нагрузку по сравнению со шкалами удовлетворенности в различных сферах жизни, что подтверждает предположение о том, что удовлетворенность хотя и является важным фактором счастья, но не определяет его полностью.

Далее был проведен однофакторный дисперсионный анализ для сравнения показателей мужчин и женщин, а также тех, кто состоит и не состоит в браке (табл. 3).

Таблица 3
Результаты однофакторного дисперсионного анализа (n = 1 520)

Шкалы		М	Ж	F _{эп}	Б	нБ	F _{эп}	К	нК	F _{эп}
Удовлетворенность	... своей работой	7,35	7,36	0,00	7,40	7,23	1,65	7,38	7,17	1,17
	... материальным положением	6,77	6,41	4,77*	6,63	5,91	29,30***	6,54	5,82	14,11***
	... супружескими отношениями	8,21	7,76	5,92*	8,43	5,82	350,46***	7,91	7,04	15,94***
	... отношениями со своими детьми	8,38	8,54	1,55	8,64	8,10	25,91***	8,52	8,48	0,06
	... отношениями с друзьями	8,15	8,42	3,79*	8,47	8,06	13,42***	8,40	8,19	1,63
	... возможностью для полноценного отдыха	6,46	6,24	1,46	6,40	5,85	13,83***	6,32	5,87	4,42*
	... своим здоровьем	7,08	6,94	0,95	7,03	6,72	6,64**	6,97	6,94	0,02
Счастье	7,77	7,97	1,95	8,03	7,67	9,12***	7,94	7,93	0,00	

* М – мужчины, Ж – женщины; Б – состоят в браке, нБ – не состоят в браке; К – имеют собственное жилье, нК – не имеют собственного жилья.

Сравнительный анализ не выявил различий в уровне ощущения счастья у мужчин и женщин. Так, И. А. Джидарьян [5] указывает на то, что значение имеют не уровневые показатели счастья, а особенности представлений мужчин и женщин о том, что такое счастье. Мужчины и женщины могут не различаться по уровню счастья и субъективного благополучия, но при этом имеются существенные различия в представлениях о том, что такое счастье и от чего оно зависит. В исследованиях И. А. Джидарьян [5] было показано, что женщины в большей степени связывают счастье с семейным благополучием, возможностью любить и быть любимым, устанавливать глубокие, дружеские отношения с другими людьми. Согласно данным, представленным в табл. 2, мужчины и женщины принципиально не отличаются по тому, каким образом ощущение счастья связано с удовлетворенностью жизнью в различных областях: и у тех и у других ощущение счастья очень тесно связано с удовлетворенностью жизнью. Однако при более детальном рассмотрении можно увидеть, что есть некоторые особенности взаимосвязи с такими факторами, как возраст, наличие семьи и количество

детей в семье. Из представленных данных видно, что для женщин ощущение счастья непосредственно связано с перечисленными факторами, тогда как у мужчин, напротив, такой взаимосвязи не обнаружено. Что касается удовлетворенности жизнью (табл. 3), то мужчины в большей степени удовлетворены материальным положением и супружескими отношениями, но меньше удовлетворены отношениями с друзьями, чем женщины.

Сравнение показателей респондентов, состоящих и не состоящих в браке, выявило яркую картину различий по всем шкалам. Респонденты, состоящие в браке, ощущают себя более счастливыми, они больше удовлетворены материальным положением, отношениями с детьми, супругами и друзьями, своим здоровьем и возможностью полноценного отдыха, чем респонденты, не состоящие в браке. А вот такой важный фактор объективного, материального благополучия, как наличие своего собственного жилья, никак не связан с ощущением счастья: имеющие и не имеющие собственное жилье одинаковы счастливы. Это подтверждает результаты многочисленных исследований, согласно которым ощущение счастья не связано с материальным благополучием и благоустроенностью [1; 12; 5]. При этом, как видно из табл. 3, имеющие собственное жилье показывают достоверно более высокие уровень удовлетворенности материальным положением, супружескими отношениями и возможностью полноценного отдыха. Данное исследование проведено на выборке испытуемых зрелого возраста, имеющих детей (лица, не имеющие детей, исключались из обработки в связи с непропорционально малым количеством), но в дальнейшем мы планируем провести аналогичное исследование с привлечением испытуемых того же возраста, но по каким-то причинам не имеющих детей.

Выводы

1. Субъективное ощущение счастья связано как с объективными социально-демографическими показателями, так и с уровнем удовлетворенности различными аспектами жизни. Счастье мужчин и женщин положительно связано с количеством детей в семье и уровнем дохода, а также с удовлетворенностью жизнью в целом. С возрастом субъективное ощущение счастья несколько «притупляется», оценивается несколько ниже.

2. Мужчины и женщины не отличаются друг от друга в уровне ощущения счастья. При этом есть некоторые особенности в уровне удовлетворенности различными аспектами жизни. По сравнению с женщинами, мужчины в большей степени удовлетворены материальным положением и супружескими отношениями и в меньшей степени – отношениями с друзьями.

3. Мужчины и женщины, состоящие в браке, больше удовлетворены материальным положением, отношениями с детьми, супругами и друзьями, своим здоровьем и возможностью полноценного отдыха, а также в целом они ощущают себя более счастливыми по сравнению с теми, кто не состоит в браке.

Информация об авторах

Маргарита Евгеньевна Пермякова, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры педагогики и психологии образования, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина (г. Екатеринбург, Россия).

Ольга Сергеевна Виндекер, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры педагогики и психологии образования, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина (г. Екатеринбург, Россия).

Татьяна Леонидовна Сморкалова, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и прикладной психологии, факультет социальной психологии АНО ВО «Гуманитарный университет» (г. Екатеринбург, Россия).

Information about the authors

Margarita E. Permyakova, Cand. Sci. (Psychology), associate professor, professor at Pedagogy and Psychology chair, Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia.

Olga S. Vindeker, Cand. Sci. (Psychology), associate professor, associate professor at Pedagogy and Psychology chair, Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia.

Tat'yana L. Smorkalova, Cand. Sci. (Psychology), associate professor at General and Applied Psychology chair, Liberal Arts University – University for Humanities, Yekaterinburg, Russia.

Список литературы

1. Аргайл М. Психология счастья. СПб. : Питер, 2003. 272 с.
2. Батурин Н. А., Башкатов С. А., Гафарова Н. В. Теоретическая модель личностного благополучия // Вестник ЮУрГУ. Серия : Психология. 2013. Т. 6, № 4. С. 4–14.
3. Бочарова Е. Е. Теоретико-концептуальные основания исследования проблемы субъективного благополучия // Вестник МГОУ. Серия : Психологические науки. 2012. № 2. С. 38–44.
4. Деменев А. Г. Эвдемонистические и гедонистические теории в современных исследованиях счастья // Вестник Воронежского государственного университета. Серия : Философия. 2016. № 4. С. 15–23.
5. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. 268 с.
6. Донцов А. И., Перелыгина Е. Б., Зотова О. Ю., Тарасова Л. В., Веракса А. Н., Рикель А. М. Доверие и субъективное благополучие как основа психологической безопасности современного общества : монография. Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2017. 578 с.
7. Зотова О. Ю. Психологическое благополучие личности : монография. Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2018. 312 с.
8. Идобаева О. А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты // Вестник Томского государственного университета. 2011. № 351. С. 128–134.
9. Карапетян Л. В. Предикторы эмоционально-личностного благополучия. Часть 1 : интернальные позитивные предикторы // Известия Уральского федерального университета. Серия I : Проблемы образования, науки и культуры. 2018. Т. 24, № 2 (174). С. 66–73.
10. Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики : учебное пособие. СПб. : Питер, 2004. 464 с.
11. Лактионова Е. Б., Матюшкина М. Г. Теоретический анализ подходов к исследованию проблемы позитивного функционирования личности: счастье, психологическое благополучие, субъективное благополучие // Известия Иркутского государственного университета. Серия : Психология. 2018. Т. 26. С. 77–88.
12. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Психология. Что надо для счастья: культурные, региональные и индивидуальные различия и инварианты источников счастья // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2006. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/chto-nado-dlya-schastya-kulturnye-regionalnye-i>

individualnye-razlichiya-i-invarianty-istochnikov-schastya (дата обращения: 20.04.2019).

13. Монусова Г. А. Субъективное благополучие и возраст: Россия в контексте международных сравнений // XII Международная научная конференция по проблемам развития экономики и общества. М. : Изд. дом ВШЭ. 2012. Т. 3. С. 94–101.

14. Пермякова М. Е., Ершова И. А. Субъективное ощущение счастья у верующих и атеистов // Известия Уральского федерального университета. Серия I : Проблемы образования, науки и культуры. 2015. № 3 (141). С. 69–78.

15. Рикель А. М., Туниянц А. А., Батырова Н. Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах // Вестник Московского университета. Серия 14 : Психология. 2017. № 2. С. 64–79.

16. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни. М. : София, 2006. 368 с.

17. Семенова М. Н. Психологическое благополучие и религиозная ориентация личности в период взрослости // Дискуссия. 2014. № 3. С. 104–110.

18. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105–114.

19. Шамионов Р. М. Критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия : Акмеология образования. Психология развития. 2015. Т. 4, вып. 3 (15). С. 213–218.

20. Diener E. Happiness: The Science of Subjective well-being. 2015. URL: <http://www.noba.to/modules/happiness-the-science-of-subjective-well-being> (дата обращения: 20.04.2019).

21. Diener E., Chan M. Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity // Applied Psychology: Health and Well-Being. 2011. № 3 (1). P. 1–43. URL: <http://internal.psychology.illinois.edu/ediner/Documents/Diner-Chan> (дата обращения: 11.11.2015).

22. Diener E., Seligman M. Very Happy People // Psychological Science. 2002. Vol. 13. P. 81–84. URL: http://www.researchgate.net/publication/11468365_Very_Happy_People (дата обращения: 21.11.2015).

23. Eddington N., Shuman R. Subjective well-being (happiness). San Diego, CA: Continuing psychology education, 2006. URL: <http://www.texcpe.com/html/pdf/can/CARNSWB.pdf> (дата обращения: 11.11.2015).

24. Keyes C. L., Waterman M. B. Dimensions of Well-Being and Mental Health in Adulthood // Well-being. Positive Development Across the life Course. Hillsdale; London : Erlbaum Associates, 2003. P. 477–495.

25. Moyano Diaz E., Dinamarca D., Mendoza-Llanos R. Happiness Scale for Adults (EFPA) // Terapia Psicológica. 2018. Vol. 36, iss. 1. P. 37–49.

26. Myers D. G., Diener E. “Who is happy?” // Psychological Science. 1995. Vol. 6. P. 10–19.

27. Oishi S., Diener E., Lucas R. The Optimum Level of Well-Being: Can People Be Too Happy? // Perspectives on Psychological Science. 2007. № 2 (4). P. 346–360.

28. Robinson M. D., Ryff C. D. The Role of Self-Deception in Perceptions of Past, Present and Future Happiness // Personality and Social Psychology Bulletin. 1999. Vol. 25, № 5. P. 596–608.

29. Ryff C. D. Happiness is everything of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. № 59. P. 1069–1081.

30. Zotova O. Y., Karapetyan L. V. Occupation as a factor of personality subjective well-being // Psychology in Russia: State of the Art. 2015. Vol. 8, № 2. P. 126–136.

*Статья поступила в редакцию: 02.07.19
Принята к публикации: 08.08.19*

References

1. Argyle M. *Psikhologiya schast'ya [Psychology of happiness]*. Saint Petersburg: Piter; 2003. 272 p. (In Russ.).
2. Baturin NA, Bashkatov SA, Gafarova NV. Teoreticheskaya model' lichnostnogo blagopoluchiya [A theoretical model of personality wellbeing]. *Vestnik YuUr GU. Seriya : Psikhologiya = The Southern Ural State University Bulletin. Series: Psychology*. 2013;6(4): 4–14. (In Russ.).
3. Bocharova EE. Teoretiko-kontseptual'nye osnovaniya issledovaniya problemy sub"ektivnogo blagopoluchiya [Theoretical and conceptual foundations of studying the problem of subjective wellbeing]. *Vestnik MGOU. Seriya : Psikhologicheskie nauki = The Bulletin of Moscow Region State University. Series: Psychology*. 2012;2: 38–44. (In Russ.).
4. Demenev AG. Evdemonisticheskie i gedonisticheskie teorii v sovremennykh issledovaniyakh schast'ya [Eudemonistic and hedonistic theories in contemporary research on happiness]. *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya : Filosofiya = The Bulletin of Voronezh State University. Series: Philosophy*. 2016;4: 15–23. (In Russ.).
5. Djidaryan IA. *Psikhologiya schast'ya i optimizma [Psychology of happiness and optimism]*. Moscow: The Publishing house "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences"; 2013. 268 p. (In Russ.).
6. Dontsov AI, Perelygina EB, Zotova OY, Tarasova LV, Veraksa AN, Rikel AM. *Doverie i sub"ektivnoe blagopoluchie kak osnova psikhologicheskoi bezopasnosti sovremennogo obshchestva [Trust and subjective wellbeing as a basis for psychological security of modern society]*. Yekaterinburg: University for Humanities; 2017. 578 p. (In Russ.).
7. Zotova OY. *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Psychological security of personality]*. Yekaterinburg: University for Humanities; 2018. 312 p. (In Russ.).
8. Idobaeva OA. K postroeniyu modeli issledovaniya psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti: psikhologo-razvitiinyi i psikhologo-pedagogicheskii aspekty [To constructing a model for studying personality psychological wellbeing: psychological-and-developmental and psychological-and pedagogical aspects]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta = The Bulletin of Tomsk State University*. 2011;351: 128–134. (In Russ.).
9. Karapetyan LV. Prediktory emotsional'no-lichnostnogo blagopoluchiya. Chast' 1 : internal'nye pozitivnye prediktory [Predictors of emotional and personal wellbeing, Part 1: internal positive predictors]. *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Seriya I : Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury = Proceedings of Ural Federal University. Series I: Problems of education, science and culture*. 2018;24(2): 66–73. (In Russ.).
10. Kulikov LV. *Psikhogigiena lichnosti. Voprosy psikhologicheskoi us-toichivosti i psikhoprofilaktiki [Psychohygiene of personality. Issues of resilience and psychoprophylaxis]*. Saint Petersburg: Piter; 2004. 464 p. (In Russ.).
11. Laktionova EB, Matyushkina MG. Teoreticheskii analiz podkhodov k issledovaniyu problemy pozitivnogo funktsionirovaniya lichnosti: schast'e, psikhologicheskoe blagopoluchie, sub"ektivnoe blagopoluchie [A theoretical analysis of approaches to studying positive functioning of personality: happiness, psychological wellbeing, subjective wellbeing]. *Izvestiya Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya : Psikhologiya = Proceedings of Irkutsk State University. Series: Psychology*. 2018;26: 77–88. (In Russ.).
12. Leontiev DA, Rasskazova EI. Psikhologiya. Chto nado dlya schast'ya: kul'turnye, regional'nye i individual'nye razlichiya i invarianty istochnikov schast'ya [Psychology. What is needed for happiness: cultural, regional and individual differences and invariants of sources of happiness]. *Vestnik KRAUNTs. Gumanitarnye nauki = The Bulletin of Kamchatsk Regional Association "Training and Scientific Center". Human sciences*. 2006. Available from: <https://cyberleninka.ru/>

article/n/chto-nado-dlya-schastya-kulturnye-regionalnye-i-individualnye-razlichiya-i-invarianty-istochnikov-schastya [Accessed 20.04.2019]. (In Russ.).

13. Monusova GA. Sub"ektivnoe blagopoluchie i vozrast: Rossiya v kontekste mezhdunarodnykh sravnenii [Subjective wellbeing and age: Russia in the context of international comparisons]. In: *XII Mezhdunarodnaya nauchnaya konferentsiya po problemam razvitiya ekonomiki i obshchestva [12th International conference on problems of the development of economy and society]*. Moscow: The publishing house of HSE; 2012. Vol. 3. p. 94–101. (In Russ.).

14. Permyakova ME, Ershova IA. Sub"ektivnoe oshchushchenie schast'ya u veruyushchikh i ateistov [Subjective sense of happiness among atheists and believers]. *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Seriya I : Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury = Proceedings of Ural Federal University. Series I: Problems of education, science and culture*. 2015;3(141): 69–78. (In Russ.).

15. Rikel AM, Tuniyants AA, Batyrova N. Ponyatie sub"ektivnogo blagopoluchiya v gedonisticheskom i evdemonisticheskom podkhodakh [The concept of subjective wellbeing in hedonistic and eudemonistic approaches]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14 : Psikhologiya = The Bulletin of Moscow State University. Series 14: Psychology*. 2017;2: 64–79. (In Russ.).

16. Seligman M. *Novaya pozitivnaya psikhologiya: nauchnyi vzglyad na schast'e i smysl zhizni [New positive psychology: a scholarly look at happiness and meaning of life]*. Moscow: Sofiya; 2006. 368 p. (In Russ.).

17. Semenova MN. Psikhologicheskoe blagopoluchie i religioznaya orientatsiya lichnosti v period vzroslosti [Psychological wellbeing and religious orientation of personality during adulthood]. *Diskussiya = Discussion*. 2014;3: 104–110. (In Russ.).

18. Sozontov AE. Gedonisticheskii i evdemonicheskii podkhody k probleme psikhologicheskogo blagopoluchiya [Hedonistic and eudemonistic approaches to the problem of psychological wellbeing]. *Voprosy psikhologii = Issues of Psychology*. 2006;4: 105–114. (In Russ.).

19. Shamionov RM. Kriterii sub"ektivnogo blagopoluchiya lichnosti: sotsiokul'turnaya determinatsiya [The criteria of personality subjective wellbeing: socio-cultural determination]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya : Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya = Proceedings of Saratov University. New series. Series: Acmeology of education. Psychology of development*. 2015;4(3): 213–218. (In Russ.).

20. Diener E. *Happiness: The Science of Subjective well-being*. 2015. Available from: <http://www.noba.to/modules/happiness-the-science-of-subjective-well-being> [Accessed 20.04.2019].

21. Diener E, Chan M. Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2011;3(1): 1–43. Available from: <http://internal.psychology.illinois.edu/ediner/Documents/Diner-Chan> [Accessed 11.11.2015].

22. Diener E, Seligman M. Very Happy People. *Psychological Science*. 2002;13: 81–84. Available from: http://www.researchgate.net/publication/11468365_Very_Happy_People [Accessed 21.11.2015].

23. Eddington N, Shuman R. *Subjective well-being (happiness)*. San Diego, CA: Continuing psychology education; 2006. Available from: <http://www.texcpe.com/html/pdf/can/CARNSWB.pdf> [Accessed 11.11.2015].

24. Keyes CL, Waterman MB. Dimensions of Well-Being and Mental Health in Adulthood. In: *Well-being. Positive Development Across the life Course*. London: Erlbaum Associates; 2003. p. 477–495.

25. Moyano Diaz E, Dinamarca D, Mendoza-Llanos R. Happiness Scale for Adults (EFPA). *Terapia Psicologica*. 2018;36(1): 37–49.

26. Myers DG, Diener E. "Who is happy?" *Psychological Science*. 1995;6: 10–19.

27. Oishi S, Diener E, Lucas R. The Optimum Level of Well-Being: Can People Be Too Happy? *Perspectives on Psychological Science*. 2007;2(4): 346–360.

28. Robinson MD, Ryff CD. The Role of Self-Deception in Perceptions of Past, Present and Future Happiness. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1999;25(5): 596–608.

29. Ryff CD. Happiness is everything of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989;59: 1069–1081.

30. Zotova OY, Karapetyan LV. Occupation as a factor of personality subjective well-being. *Psychology in Russia: State of the Art*. 2015;8(2): 126–136.

Submitted 02.07.19 Accepted 08.08.19