

УДК 159.9

Головей Л.А., Данилова Ю.Ю.

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

Соотношение жизненных событий, доверия к себе и удовлетворенности жизнью у подростков в разных ситуациях развития¹

Life Events, Self-trust and Satisfaction with Life in Adolescents Depending on Different Situations of Personal Development

Аннотация

Статья посвящена анализу жизненных событий и их эмоциональной значимости у подростков, а также выявлению взаимосвязей событий жизни с удовлетворенностью жизнью и доверием к себе. Выборка: 286 подростков в возрасте 14-16 лет (160 девушек и 126 юношей), в том числе 77 воспитанников детского дома (41 девушка, 36 юношей), 144 подростка, проживающих в полной семье (71 девушка, 73 юноши), 65 – в неполной (30 девушек, 35 юношей). Методы: «Психологическая автобиография» Е.Ю. Коржовой (1998); «Шкала удовлетворенности жизнью» Е. Динера (Леонтьев, Осин, 2008); рефлексивный опросник доверия к себе Скрипкиной Т.П. (2000). Обработка данных включала анализ первичных статистик, сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента, корреляционный анализ (по Спирмену). В исследовании показано преобладание позитивных событий во всех периодах, выявлено большее количество позитивных событий у подростков из семей. Описано влияние жизненных событий прошлого и настоящего на проявления удовлетворенности жизнью и доверия к себе в подростковом возрасте. Выявлена роль удовлетворенности жизнью и доверия к себе в прогнозировании событий будущего. Исследовано изменение этих показателей в зависимости от пола и социальной ситуации развития.

Ключевые слова: события жизни, прошлое, настоящее, будущее, подростки, удовлетворенность жизнью, доверие, развитие, личность

Abstract

The article addresses life events and their emotional importance for adolescents. It also describes the relations between life events, satisfaction with life and self-trust. The sample: 286 adolescents aged 14-16 (160 female), including 77 orphanage inmates (41 females), 144 full families children (71 females); 65 single-parent families children (30 females). Methods: "The psychological autobiography" by E.Yu. Korzhova (1998); "Satisfaction with life scale" by E. Diner (adapted to Russian by Leontyev D.A., Osin E.N., 2008); the reflexive questionnaire of self-trust by Skripkina T. P. (2000). Data analyses included descriptive statistics analysis, Student's t-test, correlations (by Spirmen). Positive life events prevalence is shown for all periods, the more positive events are revealed in adolescents from the families. Influence of past and present life events on satisfaction with life and self-trust in adolescence is described. The role of satisfaction with life and self-trust in future events forecast is revealed. Changes in these indicators depending on sex and the social situation of development are studied.

Keywords: life events, past, present, future, adolescents, satisfaction with life, trust, personal development, personality

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке гранта РФФИ ОГОН проект № 16-06-00307а

Введение

На формирование личности существенное влияние оказывают субъективный опыт прошлого, представления о вероятном будущем, позитивное или негативное отношение к событиям прошлого, настоящего и будущего (Коржова, 2002). Ряд авторов рассматривают темпоральные характеристики временной транспективы в качестве дифференцирующих критериев развития личности в подростковом периоде. Выявлены также различия в темпоральных характеристиках в зависимости от пола и типа образовательного учреждения (Толстых, 2010; Денисова, 2008). Начиная с работ К. Левина, исследователи показывают влияние на темпоральные характеристики личности и, в том числе, на ее временную перспективу психологического возраста, личностной зрелости, ее идентичности. С другой стороны, важнейшим фактором формирования личности является социальная ситуация развития, прошлый опыт, психические травмы и переживания ранних этапов развития. Специфическая жизненная ситуация, в которую попадают подростки, воспитывающиеся в закрытых учреждениях, определяет некоторые особенности их представлений о своих жизненных перспективах в отличие от аналогичных представлений семейных подростков. Подростки-сироты в большей степени проявляют недооценку значимости событий настоящего и неудовлетворенность образом жизни. Это выражается в меньшей оценке насыщенности настоящего важными событиями, а также в пресыщенности социальными контактами в настоящем, причем часто навязанными и формальными (Толстых, Прихожан, 2016). Как показали исследования О.Н. Жильцовой, подростки, воспитывающиеся в детском доме, не рассматривают будущее в качестве возможности развития личности, они не показывают положительную динамику самооценки от настоящего к будущему. Особенностью представлений о временной перспективе жизни у подростков-сирот является то, что прошлое не связано с настоящим, а настоящее – с будущим. Отношение к прошлому у них

проявляется в феномене «обесценивания детства», а к будущему – в феноменах сверхценности близкого и среднего будущего и субъективного обесценивания зрелого возраста. Негативные тенденции относительно собственных жизненных перспектив у подростков из детского дома автор рассматривает как проявления специфического, искаженного развития личности, которая имеет установку на неуспешность в жизни (Жильцова, 2014). Современные исследователи говорят о связях психологического здоровья личности и глубины ее временной перспективы, наличия в ней отдаленных планов и целей (Кон, 1979; Толстых, 2010 и др.).

В качестве обобщенного показателя психологического здоровья личности ряд авторов рассматривают удовлетворенность жизнью как субъективное представление о том, что события и ситуации жизни складываются благополучно, как оценку дистанции между актуальной и идеальной ситуацией (Селигман, 2009; Аргайл, 1990; Динер, 1984). Вместе с тем у исследователей нет единой трактовки понятия «удовлетворенность жизнью», а также его структуры и параметров, на него влияющих (Савченко, Головина, 2006). Р.М. Шамионов (2009) говорит об удовлетворенности жизнью как о постоянно меняющемся, комплексном социально-психологическом образовании, которое базируется на единстве эмоционально-волевых и познавательных процессов. Удовлетворенность жизнью характеризуется субъективным оценочным отношением и выступает в качестве побудительной силы, регулирующей поведение. Удовлетворенные жизнью подростки менее склонны к разным формам девиантного поведения: употреблению алкоголя, наркотиков, курению. Риск развития психических расстройств (депрессия, чувство одиночества, суицидальные тенденции) у них значительно ниже (Толстых, Прихожан, 2016). Важным моментом является то, что удовлетворенность жизнью у подростков значительно влияет на последующую адаптацию во взрослой жизни. В подростковом возрасте удовлетворенность жизнью в значительной мере зависит от переживаемого

личностного опыта и опыта социальных отношений. При этом существуют значительные факторы защиты: чувство эмоциональной близости и связанности с родителями и семьей, включающее социальную поддержку, как минимум, со стороны одного взрослого; уважительное, доброжелательное общение в семье и хорошие отношения со сверстниками, помогающие адаптироваться к новым ситуациям и справляться с жизненными стрессами (Проктор с соавт., 2009). Таким образом, можно говорить, что удовлетворенность жизнью может быть существенным образом взаимосвязана с личным опытом и социальным контекстом развития, а ее уровень способствует сохранению психологического здоровья личности. Доверие описывается авторами как сложное психологическое понятие, которое включает эмоциональные и мотивационные компоненты личности. Т.П. Скрипкина описывает доверие как самостоятельное социально-психологическое явление, выполняющее фундаментальные функции в жизни человека, и выступающее условием целостного взаимодействия, создавая эффект целостности бытия личности. В основе доверия лежит специфическое переживание, которое связано с отношением, возникающим при взаимодействии субъекта и объекта (Скрипкина, 1998). Согласно данным А.Б. Купрейченко, доверие к себе является обобщенным внутриличностным коррелятом уверенного поведения (Купрейченко, 2008). Важнейшей формой доверия является доверие человека к себе в разных сферах жизнедеятельности, которое тесно связано с позитивным самоотношением и выступает в качестве фактора уверенного поведения (Головей с соавт., 2017). И.В. Антоненко указывает на то, что доверие формируется как обобщение опыта взаимодействия с миром, но с момента, когда оно сформировалось, начинает играть роль детерминирующего фактора регуляции поведения, деятельности, отношений (Антоненко, 2004).

Формирование доверия к миру неразделимо связано с феноменом привязанности. В современных исследованиях отмечается нарушение в

формировании привязанности и базового доверия у маленьких детей, воспитывающихся в условиях материнской депривации, что негативно сказывается на их последующем развитии (Купрейченко, 2008). Показано также влияние отношений со значимыми близкими (родителями и замещающими их взрослыми) на проявления доверия к себе в подростковом возрасте. Выявлены взаимосвязи доверия к себе и удовлетворенности жизнью (Головей с соавт., 2017). Таким образом, признается важная роль доверия в качестве фактора позитивного развития личности и выявляется значение социальной ситуации развития и жизненного опыта личности для формирования доверия к себе.

Проведенный анализ научных подходов и исследований показал, что темпоральные характеристики личности, ее жизненный опыт выступают в качестве важнейшего показателя ее развития и психологического здоровья. Вместе с тем временные параметры в большей мере изучены в отношении к будущему. Недостаточно изученными и объясненными являются показатели событийной насыщенности разных периодов жизни и эмоциональное отношение к ним у подростков разного пола и находящихся в разных социальных условиях развития. Не выяснены также взаимосвязи событийной насыщенности прошлого, настоящего и будущего, эмоциональной значимости событий жизни с психологическим благополучием личности и ее доверием к себе в разных сферах жизнедеятельности.

В связи с вышесказанным, задачами нашей работы стало:

1) исследование событийной насыщенности прошлого, настоящего и будущего и эмоциональной значимости событий жизни у подростков в связи с половыми особенностями и социальной ситуацией развития (детский дом, полная и неполная семья);

2) изучение взаимосвязей событийной насыщенности разных периодов жизни с удовлетворенностью жизнью у подростков в разных ситуациях развития;

3) выявление соотношения событийной насыщенности и эмоциональной значимости событий жизни с проявлениями доверия к себе у подростков, находящихся в разной социальной ситуации развития.

Гипотезами исследования стали предположения о том, что событийная насыщенность разных периодов жизни различается, при этом наиболее насыщенным периодом у подростков может быть прошлое. Мы предположили также, что событийная насыщенность разных периодов жизни может различаться в зависимости от пола и социальных условий развития. Полагаем также, что позитивная эмоциональная насыщенность жизни способствует проявлениям удовлетворенности и доверию к себе. При этом разные периоды жизни и разные социальные ситуации развития могут играть неоднозначную роль во взаимосвязях с удовлетворенностью жизни и доверием к себе.

Выборка

В исследовании приняли участие подростки в возрасте 14-16 лет, всего 286 человек (в том числе 160 девушек и 126 юношей).

77 подростков являлись воспитанниками детского дома (41 девушка, 36 юношей), чьи родители лишены родительских прав; 144 подростка проживают в полной семье (71 девушка, 73 юноши); 65 – в неполной (30 девушек, 35 юношей).

Методы исследования

Исходя из того, что лучшим способом изучения взаимоотношения личности и ситуации является биографический метод, который позволяет понять, как происходят реальные взаимодействия личности и ситуации (Бурлачук, Коржова, 1998), для выявления событийной насыщенности прошлого, настоящего и будущего и эмоциональной значимости событий нами использовалась анкета жизненных событий, составленная на основе

методики «Психологическая автобиография» Е.Ю. Коржовой (1998). Удовлетворенность жизнью изучалась при помощи методики «Шкала удовлетворенности жизнью» Е. Динера (Леонтьев, Осин, 2008). Доверие к себе в различных сферах жизнедеятельности изучалось с применением Рефлексивного опросника уровня доверия к себе Т.П. Скрипкиной (2000), модифицированного для подростков.

Математико-статистический анализ осуществлялся с использованием программы IBM SPSS Statistics v.20 for Windows. Обработка данных включала анализ первичных статистик, сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента, корреляционный анализ (по Спирмену). Статистические решения принимались на уровне значимости $p < 0.05$.

Анализ результатов

Анализ жизненных событий проводился на основе методики Е.Ю. Коржовой «Психологическая автобиография» по следующим показателям: качественный анализ жизненных событий с использованием контент-анализа; количественный анализ, который включал подсчет количества позитивных и негативных событий, упомянутых подростками в прошлом, настоящем и будущем, учитывалась также субъективная оценка эмоциональной значимости всех позитивных и негативных событий в баллах от 1 до 5 (от 1 – «совсем не значимо» до 5 – «очень значимо»).

Подростками было упомянуто от 1 до 33 позитивных событий, от 0 до 10 негативных событий за все периоды жизни. Контент-анализ жизненных событий, описанных подростками, позволил выделить следующие категории значимых событий, относящихся к разным периодам.

События *прошлого*. В качестве позитивных событий у респондентов *из семей* отмечены общение с животными, путешествия, образование (детский сад, школа), дети (в основном появление сиблингов), занятия спортом, праздники (новый год, день рождения, собственное рождение), победы в

соревнованиях и конкурсах, переезды. У подростков *из детских домов* отмечены такие события, как отношения с людьми (нахождение новых знакомых и друзей, более оптимистичное отношение к людям, также в качестве положительного события отмечена потеря веры в людей), подарки, общение с животными, путешествия, детский дом. В качестве негативных событий подростками *из семей* отмечаются следующие: развод родителей, смерть близкого, смерть животного, проблемы со здоровьем, смена школы, отношения с друзьями. Подростки *из детского дома* выделяют следующие негативные события, относящиеся к прошлому: перевод из одного детского дома в другой, неисполнение желаний, смерть близкого, родители (знание о том, кто они; нападение с ножом; уход одного из них из семьи; расставание с ними и попадание в детский дом, школа).

События, относящиеся *к настоящему*. В качестве позитивных событий подростками *из семей* упоминаются: природа (наблюдать ее, быть на природе), праздники, прогулки, досуг (школьные вечера, музыка и т.д.), маленькие дети, дружба, общение с родными, спорт, отношения с противоположным полом, образование (поступление куда-либо, сдача зачетов и экзаменов), каникулы, путешествия, покупки. Респонденты *из детского дома* в качестве положительных событий выделяют позитивный взгляд на жизнь (радостные моменты), спорт, победы, дружба, школа (поступление, процесс учебы), праздники, неожиданные звонки от родных и встречи с родными. В качестве негативных событий в настоящем подростками *из семей* выделяются: проблемы у родных, здоровье, неудачи в учебе, смена досуга (перестают заниматься либо любимым спортом, либо другим любимым занятием), ссоры с друзьями. Воспитанники *детского дома* среди негативных событий в настоящем отмечают такие, как необходимость жить в детском доме, кража у них личных вещей, необходимость расставания с родными после встреч с ними, чрезмерная требовательность воспитателя, учителя или неприятности с ровесниками и старшими воспитанниками.

События, относящиеся к *будущему*. Примечательно, что подростки как из детского дома, так и из семей отмечают, в основном, позитивные события в будущем. Респонденты *из семей* отмечают: путешествия, иммиграцию, дружбу, образование, карьеру, семью, исполнение мечты (дом у озера, татуировка, прыжок с парашютом, ноутбук), праздники, высокий заработок, спорт, победы, ощущение полноценности прожитой жизни («жизнь прожита не зря»). В качестве позитивных событий подростки *из детского дома* отмечают: образование (окончание школы, приобретение специальности), карьера, спортивные достижения, семья, поиск своего места в жизни, путешествия. Подростки *из семей* выделяют в качестве отрицательных событий старость и смерть, а *из детского дома* – неопределенность и опасения в отношении будущего («будущие проблемы»).

Из приведенного анализа видны качественные различия характера событий семейных подростков и подростков из детского дома.

Эмоциональная значимость событий довольно высока и составляет в среднем (суммарно в прошлом, настоящем и будущем), для позитивных событий 4.59 балла, для негативных – 4.10, т.е. приближается к предельному значению – 5 баллов, что свидетельствует о высокой эмоциональной вовлеченности подростков в жизненный контекст. При этом эмоциональная значимость позитивных событий выше, чем негативных (различия достоверны при $p = 0.004$) (таблица 1).

Таблица 1 – Эмоциональная значимость позитивных и негативных событий жизни подростков в целом по выборке ($n = 286$, в баллах)

Параметры	М	σ	t	p
Значимость позитивных событий	4.598	0.69	3.0	0.004
Значимость негативных событий	4.1	1.004		

В группе юношей значимость позитивных событий – 4.52 б., негативных – 4.18 б., в группе девушек значимость позитивных событий – 4.67 б., негативных – 4.1 б. Достоверных различий не обнаружено. В группе

подростков из полных семей значимость позитивных событий – 4.57 б., негативных – 4.29 б.; из неполных семей значимость позитивных событий – 4.4 б., негативных – 3.95 б.; из детского дома значимость позитивных событий – 4.87 б., негативных – 4.02 б. Достоверных различий в уровне эмоциональной значимости событий между группами, разделенными по семейной ситуации развития, также не получено. Однако, внутри практически всех групп (кроме группы подростков из неполных семей и девушек) значимость позитивных событий достоверно выше, чем негативных (таблица 2), то есть, положительные события вызывают у подростков больший эмоциональный отклик, чем отрицательные, что можно рассматривать в качестве позитивного ресурса в жизни подростка. Меньшую эмоциональную значимость негативных событий можно, вероятно, объяснить также и действием механизмов психологической защиты (обесценивание, вытеснение).

Таблица 2 – Соотношение эмоциональной значимости позитивных и негативных событий внутри групп, разделенных по полу и семейной ситуации

Группа	t-критерий	Р значимость всех позитивных событий / значимость всех негативных событий
Все	3.008	0.004
Девушки	1.945	–
Юноши	2.653	0.016
Детский дом	2.422	0.05
Неполная семья	–	–
Полная семья	2.005	0.05

Общее количество позитивных событий за все периоды жизни ($M = 6.55$) существенно превышает количество негативных событий, отмеченных подростками ($M = 2.17$), различие достоверно при $p < 0.01$. Анализ количества событий в разных периодах жизни показал, что наибольшее количество событий, как позитивных ($M = 4.92$), так и негативных ($M = 1.85$) относится к прошлому. Далее идут события будущего

($M = 1.39$ – позитивные и $M = 0.2$ – негативные). Наименьшее количество событий относится к настоящему: $M = 0.24$ позитивных и $M = 0.12$ негативных. Необходимо отметить высокую индивидуальную вариативность показателей, а также то, что подростки из детского дома с большой неохотой размышляли о событиях своей жизни. При этом во всех периодах количество позитивных событий превышает количество негативных (таблица 3).

Таблица 3 – Количество событий в жизни у подростков по всей выборке

Параметры	Все	
	М	σ
Количество позитивных событий в будущем	1.39	2.3
Количество позитивных событий в настоящем	0.24	0.65
Количество позитивных событий в прошлом	4.92	3.7
Количество негативных событий в будущем	0.2	0.47
Количество негативных событий в настоящем	0.12	0.41
Количество негативных событий в прошлом	1.85	2.21

В группах юношей и девушек сохраняется такая же тенденция, как и в целом по выборке: наибольшее количество событий отмечается в прошлом подростков, как позитивных ($M = 4.8$ у юношей и $M = 5.06$ у девушек), так и негативных ($M = 1.83$ у юношей и $M = 1.87$ у девушек). Достоверные различия получены по количеству позитивных событий в настоящем, которое выше у девушек ($p = 0.05$) (таблица 4).

Таблица 4 – Количество событий в жизни в группах, разделенных по полу

Параметры	Девушки		Юноши		t-критерий	p
	М	σ	М	σ		
Кол-во позитивных событий в будущем	1.19	2.18	1.57	2.42	–	–
Кол-во позитивных событий в настоящем	0.42	0.88	0.09	0.28	-2.007	0.05
Кол-во позитивных событий в прошлом	5.06	3.65	4.8	3.79	–	–
Кол-во негативных событий в будущем	0.13	0.34	0.26	0.56	–	–
Кол-во негативных событий в настоящем	0.13	0.34	0.11	0.47	–	–
Кол-во негативных событий в прошлом	1.87	1.5	1.83	2.7	–	–

Анализ количества отмеченных событий в подгруппах, разделенных по фактору семейной ситуации развития, подтвердил выявленные общие тенденции. Подростки, независимо от ситуации семейного развития, чаще отмечают события прошлого, реже – события будущего, очень мало представлены события настоящего. Сравнительный анализ количества событий в подгруппах подростков из полной семьи и из детского дома показал различия на достоверном уровне значимости по количеству позитивных событий в их настоящем и прошлом. Так, подростки из семей (полных и неполных) значимо чаще, чем воспитанники из детского дома, отмечают, что их жизнь в прошлом была насыщена позитивными событиями ($p = 0.001$, $p = 0.009$). А подростки из неполных семей чаще, чем воспитанники детского дома, отмечают позитивные события в настоящем ($p = 0.043$) (таблица 5).

Таблица 5 – Количество событий жизни в группах, разделенных по семейной ситуации развития

Группа Параметры	Полная семья		Неполная семья		Детский дом		Р полная семья и д/д	Р неполная семья и д/д
	М	σ	М	σ	М	σ		
Кол-во позитивных событий в будущем	1.38	2.39	1.83	2.91	0.94	1.06	–	–
Кол-во позитивных событий в настоящем	0.22	0.75	0.44	0.7	0.06	0.25	–	0.043
Кол-во позитивных событий в прошлом	6.25	4.08	4.83	2.81	2.38	2.3	0.001	0.009
Кол-во негативных событий в будущем	0.16	0.36	0.39	0.69	0.06	0.25	–	–
Кол-во негативных событий в настоящем	0.16	0.51	0	0	0.19	0.4	–	–
Кол-во негативных событий в прошлом	1.58	1.4	2.06	1.89	2.13	3.55	–	–

Таким образом, количество позитивных и негативных событий в прошлом, настоящем и будущем различается в зависимости от семейной

ситуации развития. У подростков из детского дома существенно меньше позитивных событий в прошлом и настоящем по сравнению с семейными подростками. На уровне тенденции отмечено большее количество негативных событий в прошлом у подростков из неполных семей, по средним значениям оно приближается к соответствующему показателю подростков из детского дома. Необходимо отметить также, что подростки из детского дома существенно меньше событий прогнозируют в будущем, что говорит о нечеткости, несформированности их временной перспективы. В целом показатели событийной насыщенности жизни отражают особенности жизненного контекста подростков. В то же время, по показателю эмоциональной значимости событий не выявлено достоверных различий между группами юношей и девушек, а также между группами, отличающимися по семейной ситуации. По-видимому, эмоциональная значимость того или иного биографического события в большей мере определяется индивидуально-личностными характеристиками.

Следующей задачей исследования явилось изучение удовлетворенности жизнью подростков, находящихся в разной социальной ситуации развития и ее взаимосвязей с событийной насыщенностью жизни. Анализировались как показатель общей удовлетворенности жизнью, так и отдельные частные показатели. Показатель удовлетворенности жизнью по выборке в целом находится на уровне $M = 23.02$ балла, что соответствует среднестатистической норме. Достоверных различий по половому признаку в общей оценке удовлетворенности своей жизнью не выявлено. В подгруппе девушек в большей степени отмечается, что в жизни есть все необходимое (5.16) и что они удовлетворены жизнью (4.92), однако, параметр «в жизни ничего бы не поменял» находится на более низком уровне относительно других показателей (3.39). В подгруппе юношей среди показателей удовлетворенности жизнью наибольшую оценку получил параметр «удовлетворенность жизнью» (5.38), затем – «жизнь складывается

благополучно» (5.31). Параметр, находящийся на самом низком уровне, так же как и у девушек – «в жизни ничего бы не поменял» (3.73). Однако эти различия не достигают уровня достоверных. Достоверные различия в уровне удовлетворенности жизнью получены в группах подростков, находящихся в разной семейной ситуации (таблица 6).

Таблица 6 – Удовлетворенность жизнью в подгруппах, разделенных по семейной ситуации развития

Группа Параметры	Полная семья		Неполная семья		Детский дом		р полная семья и д/д	р неполная семья и д/д
	М	σ	М	σ	М	σ		
Жизнь – идеал	4.48	1.52	4.54	1.14	4	1.75	–	–
Жизнь складывается благополучно	5.4	1.37	4.92	1.29	4.34	2.07	0.018	–
Удовлетворенность жизнью	5.38	1.56	4.96	1.34	4.76	2.54	–	–
В жизни есть все необходимое	5.21	1.62	4.77	1.27	4.86	1.97	–	–
В жизни ничего бы не поменял	4.19	2.14	3.69	1.95	2.21	2.16	0.001	0.01
Общая удовлетворенность	24.67	6.603	22.88	5.428	20.17	8.027	0.013	–

Как видно из таблицы 6, наиболее высокая общая удовлетворенность жизнью выявлена у подростков, воспитывающихся в полных семьях (М = 24.67). Наибольший балл у показателя «жизнь складывается благополучно» (5.40), затем – «удовлетворенность жизнью» (5.38). Параметр «в жизни ничего бы не поменял» также находится на уровне выше среднего (4.19), что говорит о субъективном благополучии подростков из полных семей, свидетельствует об оптимистичном мироощущении, удовлетворенности своей жизнью, позитивном восприятии настоящих и будущих событий жизни. В подгруппе подростков из неполных семей все показатели находятся на более низком уровне: общая удовлетворенность жизнью – 22.88 балла, так же, как у подростков из полных семей, наиболее высокий балл выявлен по показателям удовлетворенности жизнью (4.96)

«жизнь складывается благополучно» (4.92). Показатель «в жизни ничего бы не поменял» находится на уровне ниже среднего (3.69). В подгруппе подростков из детского дома все показатели ниже, чем у подростков из семей. Общая удовлетворенность жизнью находится на уровне 20.17 баллов, что достоверно ниже, чем у подростков из полных семей ($p < 0.05$). Самый высокий из частных показателей – «в жизни есть все необходимое» (4.86), а самый низкий – «в жизни ничего бы не поменял» (2.21).

Достоверные различия с подростками из полных семей выявлены по параметрам «жизнь складывается благополучно» ($p < 0.05$), «в жизни ничего бы не поменял» ($p < 0.001$). При сравнении параметров удовлетворенности жизнью в подгруппах подростков из неполных семей и из детского дома обнаружено различие на достоверном уровне значимости по параметру «в жизни ничего бы не поменял»: подростки из неполных семей в большей мере считают, что в жизни ничего менять не стоит ($p < 0.01$). Значимых различий между показателями удовлетворенности жизнью в подгруппах подростков из полных и неполных семей не обнаружено. Таким образом, у подростков, воспитывающихся в условиях семейной депривации, удовлетворенность жизнью и отдельные ее показатели существенно ниже, чем у семейных. Это является показателем неудовлетворенности тем, как идут дела в большинстве жизненных сфер, подростки негативно воспринимают события своей жизни, сомневаются в правильности своих действий и поступков. Для них свойственен сниженный фон настроения и ощущение недостатка необходимых ресурсов для достижения жизненного благополучия.

Для того, чтобы выявить, связано ли количество событий в жизни и их эмоциональная значимость с удовлетворенностью жизнью, был проведен корреляционный анализ, который обнаружил многочисленные связи между этими показателями. Количество позитивных событий в настоящем оказалось положительно связано с нежеланием что-либо менять в своей жизни ($p < 0.001$), а прогноз количества позитивных событий в будущем

отрицательно взаимосвязан с показателем «в жизни есть все необходимое» ($p < 0.05$). Смысл этих связей заключается в том, что при наличии позитивных событий в настоящем, подросток не склонен что-либо менять в своей жизни, а полное удовлетворение его потребностей не создает предпосылок для планирования событий будущей жизни. Показательна в этом смысле высокодостоверная положительная связь количества негативных событий в настоящем с показателем «в жизни есть все необходимое» ($p < 0.001$), что позволяет предположить, что полное удовлетворение потребностей не выступает в качестве гаранта психологического благополучия и проявляется в увеличении в этом случае количества негативно окрашенных событий. Эти предположения нашли свое подтверждение при анализе взаимосвязей в группах, разделенных по половому признаку. В группе девушек количество прогнозируемых позитивных и негативных событий в будущем отрицательно связано с показателем «в жизни есть все необходимое» ($p < 0.05$). Количество позитивных событий в настоящем положительно связано с показателем «в жизни ничего бы не изменил» ($p < 0.001$), в то время, как количество негативных событий настоящего связано с этим же параметром психологического благополучия отрицательной связью ($p < 0.05$). Количество негативных событий в прошлом прямо взаимосвязано с нежеланием изменений в жизни ($p < 0.05$). В подгруппе юношей показатель «в жизни есть все необходимое» положительно взаимосвязан с количеством позитивных событий в настоящем ($p < 0.001$) и отрицательно – с количеством негативных событий в прошлом и с эмоциональной значимостью негативных событий (обе связи при $p < 0.05$). Нежелание что-либо менять в жизни образует отрицательную взаимосвязь с количеством негативных событий в прошлом ($p < 0.05$). Эти взаимосвязи свидетельствуют о том, что негативный опыт прошлого способствует повышению удовлетворенности в настоящем и снижает направленность на изменения.

При анализе взаимосвязей в подгруппе подростков детского дома выявлены положительные связи количества негативных событий в прошлом и эмоциональной значимости негативных событий с показателем «жизнь складывается благополучно» (обе связи при $p < 0.05$), а также количества негативных событий в настоящем с показателем «в жизни есть все необходимое» ($p < 0.05$). Указанный характер связей подтверждает высказанные выше предположения о том, что негативный опыт прошлого выступает в качестве предпосылки удовлетворенности настоящим, а наличие всего необходимого не снижает количества негативных событий и проблем.

В группе подростков из неполных семей взаимосвязей жизненных событий и психологического благополучия больше, чем у подростков из детского дома (шесть против трех). Так, количество негативных событий прошлого и позитивных событий настоящего образовали прямые взаимосвязи с показателем «жизнь складывается благополучно» ($p < 0.001$; $p < 0.05$). Количество позитивных событий настоящего также образовало прямую высокодостоверную ($p < 0.001$) взаимосвязь с показателем «в жизни ничего бы не изменил», а количество позитивных событий прошлого обратным образом взаимосвязано с показателем «в жизни есть все необходимое» ($p < 0.05$). Этот же показатель образовал отрицательные связи с количеством как негативных, так и позитивных событий в будущем. Смысл этих связей заключается в том, что наличие негативного опыта прошлого и позитивных событий в настоящем способствует повышению удовлетворенности жизнью. В тоже время, чем в большей мере удовлетворены потребности в настоящем, тем меньше направленность на будущее, т.е. здесь нашли подтверждение связи, полученные ранее. Что касается подростков из полных семей, то в этой группе получено всего три взаимосвязи. Так, общее количество негативных событий в прошлом отрицательно сказывается на ощущении, что жизнь складывается благополучно ($p < 0.05$), в то же время эмоциональная значимость

позитивных событий жизни находится в прямом соотношении с ощущением ее благополучия ($p < 0.001$). Показатель «в жизни есть все необходимое», так же как и в других группах, образовал прямую связь с количеством негативных событий в настоящем ($p < 0.001$). Таким образом, насыщенность событиями жизни и их эмоциональная значимость оказались факторами, влияющими на психологическое благополучие подростков. Характер этого влияния имеет как общие черты, так и специфику в зависимости от пола и социальной ситуации развития. Общим является то, что негативный опыт прошлого выступает в качестве предпосылки удовлетворенности жизнью в настоящем (нежелания изменять в ней что-либо, оценки своей жизни как благополучной) у подростков, переживших травматические события: развод родителей, расставание с семьей и помещение в детский дом. В то время как у подростков из полных семей негативные события прошлого выступают в качестве фактора, снижающего оценку их жизни как благополучной. Возможно, это объясняется действием механизмов психологической защиты у травмированных подростков, либо на фоне психических травм прошлого, по контрасту настоящее представляется более благополучным. В то же время насыщенность прошлого позитивными событиями способствует повышению ощущения удовлетворенности жизнью в настоящем. Выявлен факт, заключающийся в том, что количество негативных событий настоящего во всех группах связано с оценкой степени удовлетворения потребностей обратной связью, т.е. чем в большей степени потребности удовлетворяются, тем больше негативных событий отмечает подросток. Что касается событий будущего, то в качестве фактора, снижающего направленность в будущее (прогноза количества позитивных и негативных событий, их значимости) выступает ощущение благополучности жизни и высокая степень удовлетворенности потребностей.

Следующей задачей было изучение взаимосвязей жизненных событий и доверия к себе в разных сферах жизнедеятельности подростков. В нашей

предыдущей работе были получены данные, которые свидетельствуют о том, что в целом у подростков показатели доверия находятся на среднем и высоком уровне выраженности. В структуре доверия в большей степени преобладает доверие к себе в отношениях с друзьями, доверие к себе в умении интересно провести досуг и доверие к себе в умении строить взаимоотношения в семье. Наименее выраженными являются доверие к себе в умении выстраивать взаимоотношения с представителями противоположного пола, с учениками младших классов и доверие к себе в отношениях с учителями. Было показано, что уровень доверия к себе существенно зависит от условий социализации. У подростков, воспитывающихся в условиях семейной депривации (детский дом и неполная семья) уровень доверия ниже, чем у подростков из полных семей. У воспитанников детского дома страдают такие стороны доверия как доверие к себе в интеллектуальной и учебной деятельности, в отношениях с родителями, что указывает на проблемность этих сфер жизни (Головей, Данилова, 2015).

В данном исследовании были обнаружены многочисленные взаимосвязи доверия к себе с показателями событийной насыщенности жизни и эмоциональной значимости жизненных событий. По всей выборке получено 18 корреляций. Наибольшее количество связей выявил показатель эмоциональной значимости позитивных событий: он положительно коррелирует с доверием к себе в интеллектуальной деятельности, в отношениях с младшими школьниками, учителями, представителями противоположного пола и в умении провести досуг (5 связей при $p < 0.05$). Значимость негативных событий образовала четыре связи: две положительные – с доверием к себе в отношениях с младшими школьниками ($p < 0.01$) и с противоположным полом ($p < 0.05$), а также две отрицательные – с доверием к себе в интеллектуальной деятельности и в проведении досуга ($p < 0.05$). Количество негативных событий в прошлом

также отрицательно связано с доверием к себе в интеллектуальной деятельности ($p < 0.05$). Количество позитивных событий настоящего взаимосвязано с доверием к себе в учебной деятельности, в семье и с родителями (три отрицательные связи при $p < 0.05$). Количество планируемых в будущем позитивных и негативных событий образовало четыре отрицательные связи с доверием к себе в семье и в отношениях с родителями (три связи при $p < 0.05$, одна – при $p < 0.001$). Выявленный характер связей указывает на то, что высокая эмоциональная вовлеченность в события жизни в большей степени проявляется у подростков с более высоким уровнем доверия к себе, особое значение имеют такие сферы, как интеллектуальная, отношения с учителями, с противоположным полом, с младшими школьниками, то есть наиболее значимые для подростков сферы жизнедеятельности. Более высокая эмоциональная значимость негативных событий взаимосвязана с более низким доверием к себе в интеллектуальной деятельности и в проведении досуга, но более высоким доверием в отношениях с младшими школьниками и с противоположным полом. Смысл связей доверия с количеством позитивных событий в настоящем заключается в том, что для подростков с более низким уровнем доверия к себе в семье, с родителями и в учебной деятельности характерна более высокая частота позитивных событий в настоящем. От доверия в семье зависит направленность на будущее: чем меньше доверие в семье и в отношениях с родителями, тем меньше подросток планирует события будущей жизни, и тем в большей степени он ориентирован на настоящее. Характер связей в выделенных подгруппах, в основном, сохраняется, изменяются центры интеграции, образовавшие наибольшее количество связей и появляются некоторые различия, связанные с полом и семейной ситуацией. Так, в подгруппе девушек центром интеграции выступает показатель значимости негативных жизненных событий, образовавший наибольшее количество связей. Среди показателей доверия ведущую роль играет доверие с

родителями и в семье, которое взаимосвязано с событийной насыщенностью настоящего и будущего. У юношей, напротив, ведущее место занимает эмоциональная значимость позитивных событий, существенно меньше связей с доверием в семье и с родителями, но большее значение приобретает доверие в интеллектуальной деятельности. Выявленные половые особенности можно объяснить большей эмоциональностью девушек и большим значением для них сферы семьи, в то время как для юношей более значимой является сфера интеллектуальной деятельности.

Выявлены особенности взаимосвязей в зависимости от социальной ситуации развития. В группе подростков *детского дома* ведущее место в структуре связей занимает количество позитивных событий в прошлом, которое прямо взаимосвязано с доверием в семье, с учителями и в бытовой сфере. Позитивное настоящее у этих подростков связано с доверием в семье, а вот позитивное будущее не связано с семьей, а связано с друзьями, досугом, учителями. В *неполных семьях* ведущую роль играет эмоциональная значимость негативных событий, при этом, большая эмоциональная значимость событий сопровождается снижением доверия в досуге, в учебе, в интеллектуальной деятельности. С этим согласуются данные об отрицательных связях доверия с позитивными событиями прошлого, то есть, чем ниже уровень доверия к себе, тем больше позитивных событий отмечает подросток в прошлом. В группе подростков из *полных семей*, которые не пережили травмы расставания, события прошлого не имеют связей с доверием. Ведущую роль играют события настоящего и будущего, которые обратным образом взаимосвязаны с доверием в семье, с родителями, в учебной деятельности, то есть большее количество событий настоящей и будущей жизни выделяют подростки с более низкими показателями доверия в семье. В этом, по-видимому, проявляется эффект сепарации от родительской семьи, при котором значимые события жизни подростка выходят за рамки семейного влияния. Эти результаты согласуются с

данными Н.Н. Толстых (2010) и Т.Н. Денисовой (2008) о том, что наличие временной перспективы, устремленность в будущее характерны для подростков с большим уровнем зрелости и автономности личности. Выявлено противоречивое влияние событий прошлого, которое изменяется в зависимости от социальной ситуации. У подростков детского дома позитивные события прошлого соотносятся с более высоким уровнем доверия в семье, с учителями, в то время как у подростков из неполных семей позитивные события прошлого соотносятся с более низким уровнем доверия, а у подростков из полных семей события прошлого не связаны с показателями доверия. В этом проявляется влияние перенесенной психической травмы и действие механизмов психологической защиты у подростков из неполной семьи, в то же время, при меньших в среднем показателях позитивных событий прошлого у подростков детского дома, они играют позитивную роль в формировании доверия.

Заключение

Изучение событийной насыщенности прошлого, настоящего, будущего и эмоциональной значимости событий жизни у подростков выявило преобладание в высказываниях подростков событий прошлого, существенно меньшую представленность событий будущего и низкую представленность событий настоящего. Это согласуется с результатами исследований многих авторов, которые говорят о том, что подростковый возраст является сенситивным для формирования перспективы будущего, но эта перспектива еще только начинает складываться. Более того, обращенность в будущее рассматривается как показатель нормативности развития (Толстых, 2010; Денисова, 2008 и др.) и, как показало наше исследование, большее количество событий в будущем прогнозируют подростки из семей, по сравнению с подростками из детского дома. Нужно отметить, что в целом уровень биографической рефлексии у подростков из детского дома ниже, что

может объясняться их менее сформированным доверием к себе, меньшим уровнем личностной зрелости.

Общее количество позитивных событий существенно превышает количество негативных, что согласуется и с более высоким уровнем эмоциональной значимости позитивных событий по сравнению с негативными. Этот факт можно рассматривать с позиций действия защитных механизмов, которые способствуют вытеснению негативного опыта, и рассматривать как ресурс личности, необходимый для адаптации и развития в подростковом возрасте.

Влияние социальной ситуации развития проявилось в том, что подростки из семей (полных и неполных) значимо чаще, чем воспитанники из детского дома, отмечают, что их жизнь в прошлом была насыщена позитивными событиями и, в целом, количество позитивных событий в их жизни больше. Это согласуется с более высоким уровнем удовлетворенности жизнью подростков из семей по сравнению с подростками из детского дома. У подростков из неполных семей также зафиксирована тенденция к снижению удовлетворенности жизнью, согласующаяся с более низкими показателями событийной насыщенности жизни.

Увеличение количества позитивных событий и уменьшение количества негативных событий в настоящем сопровождается увеличением такого параметра удовлетворенности как «в жизни ничего бы не изменил».

Влияние событий прошлого по-разному проявляется в зависимости от семейной ситуации. У подростков из детского дома количество негативных событий в прошлом и их эмоциональная значимость соотносятся с увеличением удовлетворенности жизнью (по показателю «жизнь складывается благополучно») в настоящем. Аналогичные связи получены у подростков из неполных семей, при этом у них количество негативных событий прошлого в сочетании с позитивными событиями настоящего способствуют ощущению, что «жизнь складывается благополучно». То есть,

негативный опыт прошлого выступает в качестве предпосылки удовлетворенности жизнью в настоящем (нежелания изменять в ней что-либо, оценки своей жизни как благополучной) у подростков, переживших травматические события. У подростков из полных семей негативные события прошлого, напротив, выступают в качестве фактора, снижающего оценку их жизни как благополучной.

Количество как негативных, так и позитивных событий в будущем обратным образом соотносится с нежеланием что-либо менять в жизни, то есть подросток, удовлетворенный настоящим, не направлен в будущее, не прогнозирует в будущем ни позитивных, ни негативных событий. В целом, результаты исследования свидетельствуют о том, что влияние жизненных событий на удовлетворенность жизнью опосредованы социальной ситуацией развития.

Исследование взаимосвязей жизненных событий и показателей доверия к себе в разных сферах жизнедеятельности выявило многочисленные связи, свидетельствующие о значении событий жизни для проявлений доверия. Характер связей указывает на то, что высокая эмоциональная вовлеченность в события жизни в большей степени проявляется у подростков с более высоким уровнем доверия к себе, что согласуется с положениями психологии личности о том, что доверяющий себе, уверенный в себе человек способен свободно выражать чувства, открыт для выражения эмоций. При этом более высокая эмоциональная значимость негативных событий взаимосвязана с более низким доверием к себе. Особое значение имеют такие сферы проявления доверия как интеллектуальная, отношения с учителями, с противоположным полом, которые являются наиболее значимыми для подростков.

Взаимосвязи, полученные на общей выборке, претерпевают изменения в зависимости от социальной ситуации развития. В группе подростков *детского дома* ведущее место в структуре связей занимает количество

позитивных событий в прошлом, которое прямо взаимосвязано с доверием в семье, с учителями и в бытовой сфере.

В *неполных семьях* ведущую роль играет эмоциональная значимость негативных событий и общее количество позитивных событий, которые отрицательным образом влияют на проявления доверия к себе.

В группе подростков из *полных семей*, которые не пережили травмы расставания, события прошлого не имеют связей с доверием. Ведущую роль играют события настоящего и будущего, которые обратным образом взаимосвязаны с доверием в семье, с родителями, в учебной деятельности. Выявленные связи свидетельствуют о том, что прошлое играет меньшую роль в становлении доверия к себе у подростков, не переживших травмы расставания с родителями. Чем меньше у них выражено доверие к семье и с родителями, тем более насыщено событиями настоящее и будущее, что объясняется нормативными сдвигами развития и своевременным решением задач сепарации от родительской семьи и обретения автономии. Подростки из детского дома задачи взросления начинают решать несколько позже. Эти результаты согласуются с данными других исследований (Жильцова, 2014; Толстых, Прихожан, 2016 и др.).

Таким образом, в исследовании показано влияние жизненных событий прошлого и настоящего на проявления удовлетворенности жизнью и доверия к себе в подростковом возрасте. Выявлена роль удовлетворенности жизнью и доверия к себе в прогнозировании событий будущего. Исследовано изменение этих показателей в зависимости от пола и социальной ситуации развития.

Полученные в исследовании результаты могут найти применение в практике психологической помощи и сопровождения развития подростков.

Список использованных источников

- Антоненко И.В. Доверие: социально–психологический феномен. М., Социум; ГУУ, 2004.
- Аргайл М. Психология счастья. М., Прогресс, 1990.
- Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1998.
- Головей Л.А., Данилова Ю.Ю. Семейные факторы формирования доверия и удовлетворенность жизнью в подростковом возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. 2015. Вып. 1. С. 28-37.
- Головей Л.А., Данилова М.В., Данилова Ю.Ю. Самоотношение и отношения со значимыми взрослыми, как факторы удовлетворенности жизнью у подростков // Социальная психология и общество. 2017. Т. 8, № 1. С. 108-125.
- Денисова Т.Н. Время в образе мира человека: норма и патология. Вологда, ВГПУ, 2008.
- Жильцова О.Н. Особенности представлений о жизненных перспективах подростков, оставшихся без попечения родителей. Автореф. дис., канд. психол. наук. М., 2014.
- Купрейченко А.Б. Психология доверия и недоверия. М., Институт психологии РАН, 2008.
- Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М., Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. [Электронный ресурс]. URL: http://www.isras.ru/abstract_bank/1210190841.pdf (дата обращения 14.06.2015).
- Мухамедрахимов Р.Ж. Мать и младенец: психологическое взаимодействие. СПб., Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2001.
- Савченко Т.Н., Головина Г.М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М., Институт психологии РАН, 2006.
- Скрипкина Т.П. Доверие как социально-психологическое явление. Дис. д-ра психол. наук: 19.00.05. Ростов-на-Дону, 1998.
- Скрипкина Т.П. Психология доверия. Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М., Академия, 2000.
- Толстых Н.Н. Развитие временной перспективы личности: культурно-исторический подход. Автореф. дис., д.пс.н. Москва, 2010.
- Толстых Н.Н., Прихожан А.М. Психология подросткового возраста. Учебник и практикум для академического бакалавриата. М., Юрайт, 2016.
- Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов, Изд-во Саратовского университета, 2008.
- Diener E. Subjective wellbeing // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95.
- Proctor C., Linley P.A., Maltby J. Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature // Journal of Happiness Studies. 2009. Vol. 10. Pp. 583-630.
- Seligman M.E.P., Ernst R.M., Gillham J. Positive education: Positive psychology and classroom interventions // Oxford Review of Education. 2009. Vol. 35. Pp. 293-311.

References

- Antonenko I.V. Doverie: sotsial'no–psikhologicheskii fenomen [Trust: a socio-psychological phenomenon]. Moscow, Sotsium; Publ. GUU, 2004. (In Russian)

- Argail M. Psikhologiya schast'ia [Psychology of happiness]. Moscow, Progress Publ., 1990. (In Russian)
- Burlachuk L.F., Korzhova E.Iu. Psikhologiya zhiznennykh situatsii [Psychology of life situations]. Moscow, 1998. (In Russian)
- Golovei L.A., Danilova Iu.Iu. Semeinye faktory formirovaniia doveriia i udovletvorennost' zhizn'iu v podrostkovom vozraste [Family factors of forming of trust phenomenon and life satisfaction in adolescence] // Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 12. 2015. Is. 1. Pp. 28-37. (In Russian)
- Golovei L.A., Danilova M.V., Danilova Iu.Iu. Samootnoshenie i otnosheniia so znachimymi vzroslymi, kak faktory udovletvorennosti zhizn'iu u podrostkov [Self-relation and relations with significant adults as factors of satisfaction with life in adolescents] // Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvo. 2017. Vol. 8, No. 1. Pp. 108-125. (In Russian)
- Denisova T.N. Vremia v obraze mira cheloveka: norma i patologiya [Time in the image of the world of man: norm and pathology]. Vologda, VGPU, 2008. (In Russian)
- Zhil'tsova O.N. Osobennosti predstavlenii o zhiznennykh perspektivakh podrostkov, ostavshikhsia bez popecheniia roditeli [Peculiarities of representation about the life prospects of adolescents without parental care]. Avtoref. dis...., kand. psikhol. nauk. Moscow, 2014. (In Russian)
- Kupreichenko A.B. Psikhologiya doveriia i nedoveriia [Psychology of trust and mistrust]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2008. (In Russian)
- Leont'ev D.A., Osin E.N. Aprobatsiia russkoiazыchnykh versii dvukh shkal ekspress-otsenki sub"ektivnogo blagopoluchiiia [Approbation of Russian-language versions of two scales of rapid assessment of subjective well-being] // Materialy III Vserossiiskogo sotsiologicheskogo kongressa. Moscow, Institut sotsiologii RAN Publ., Rossiiskoe obshchestvo sotsiologov, 2008. [Elektronnyi resurs]. URL: http://www.isras.ru/abstract_bank/1210190841.pdf (accessed: 14.06.2015). (In Russian)
- Mukhamedrakhimov R.Zh. Mat' i mladenets: psikhologicheskoe vzaimodeistvie [Mother and infant: psychological interaction]. St. Petersburg, Izd-vo Sankt-Peterburgskogo universiteta, 2001. (In Russian)
- Savchenko T.N., Golovina G.M. Sub"ektivnoe kachestvo zhizni: podkhody, metody otsenki, prikladnye issledovaniia [Subjective quality of life: approaches, assessment methods, applied research]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2006. (In Russian)
- Skripkina T.P. Doverie kak sotsial'no-psikhologicheskoe iavlenie [Trust as a socio-psychological phenomenon]. Dis. d-ra psikhol. nauk: 19.00.05. Rostov-na-Donu, 1998. (In Russian)
- Skripkina T.P. Psikhologiya doveriia [Psychology of trust]. Uchebnoe posobie dlia studentov vysshikh pedagogicheskikh uchebnykh zavedenii. Moscow, Akademiia Publ., 2000. (In Russian)
- Tolstykh N.N. Razvitie vremennoi perspektivy lichnosti: kul'turno-istoricheskii podkhod [Evolution of the temporal perspective of the individual: a cultural-historical approach]. Avtoref. dis...., d.ps.n. Moscow, 2010. (In Russian)
- Tolstykh N.N., Prikhozhan A.M. Psikhologiya podrostkovogo vozrasta [Psychology of adolescence]. Uchebnik i praktikum dlia akademicheskogo bakalavriata. Moscow, Iurait Publ., 2016. (In Russian)

- Shamionov R.M. Sub"ektivnoe blagopoluchie lichnosti: psikhologicheskaja kartina i faktory [Subjective well-being of the individual: the psychological picture and factors]. Saratov, Izd-vo Saratovskogo universiteta, 2008. (In Russian)
- Diener E. Subjective wellbeing // Psychological Bulletin. 1984, Vol. 95.
- Proctor C., Linley P.A., Maltby J. Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature // Journal of Happiness Studies. 2009. Vol. 10. Pp. 583-630.
- Seligman M.E.P., Ernst R.M., Gillham J. Positive education: Positive psychology and classroom interventions // Oxford Review of Education. 2009. Vol. 35. Pp. 293-311.