

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**  
**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 4 курса 442 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

Мамедовой Гюли Губат кызы

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент

Е.Е. Бочарова

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор

Р.М. Шамионов

Саратов  
2018

## **Введение**

**Актуальность исследования** удовлетворенности жизнью современной молодежи обусловлена тем, что удовлетворенность или неудовлетворенность жизнью определяет очень многие поступки субъекта, разные виды его деятельности и поведения: бытового, экономического, политического. Эти переживания выступают значимым фактором состояния общественного сознания, групповых настроений, ожиданий, отношений в обществе.

В настоящее время актуальность исследования проблемы удовлетворенности качеством жизни современной молодежи не вызывает сомнения, так как изучение аспектов и компонентов благополучия, счастья, качества жизни, удовлетворенности жизнью является одним из центральных проблемных полей современной психологической науки и практики.

Исследование степени жизненной удовлетворенности молодежи представляет научный интерес как для понимания проблем этой социально-демографической группы, так и для предвидения перспектив общественного развития. Особый смысл такой анализ приобретает в современных обществах, переживающих процессы трансформации, порождающие множественные противоречия в становлении молодежи. Ее развитие в подобных условиях носит нелинейный и крайне противоречивый характер, что, с одной стороны, обусловлено особенностями самой молодежи - ее переходным социальным статусом и формирующимся сознанием, а с другой - спецификой современных обществ, переживающих новый виток глобальной нестабильности.

Актуальность исследования по данной теме позволяет изучить условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, их жизненные трудности, проанализировать, насколько реализованы те или иные потребности молодых людей, а тем самым и выявить, насколько молодежь удовлетворена жизнью, обозначить причины, которые влияют на их чувство удовлетворенности, и определить стратегию их преодоления, - все это и обусловило выбор нами темы исследования.

В психологии феномен удовлетворенности жизнью связан с такими именами, как А.Маслоу, В.Франкл, Р.Р. Мэй, Е.В.Бенко и другими. В этой области работали такие ученые, как Э.Эриксон, З.Фрейд, Жак Лакан, М. Аргайл.

Принцип удовольствия у Фрейда лежал в основе его концепции личности. Принцип удовольствия описывает стремление психики к понижению напряжения до минимального уровня.

М. Аргайл полагал, что счастье определяется состоянием удовлетворенности повседневной жизнью, общей оценкой удовлетворенности прошлым и настоящим, частотой и продолжительностью положительных эмоций.

И в нашей стране сегодня эта тема не утратила актуальности, а, напротив, приобрела большую значимость. Российские психологи и ученые, занимающиеся данной темой: Б.Г.Ананьев, Л.И. Божович, Григорьева М.В., Шамионов Р.М., Голубева Н.М., Р. Григорьев, Т. Мордасова и другие.

**Проблема исследования** заключается в выявлении степени жизненной удовлетворенности российской молодежи.

**Гипотеза:** у студентов - молодежи первых и вторых курсов удовлетворенность своей жизнью выше, чем у студенческой молодежи третьих-пятых курсов, то есть, чем старше человек, тем ниже удовлетворенность своей жизнью.

**Объект исследования:** удовлетворенность жизнью.

**Предмет исследования:** удовлетворенность жизнью современной российской молодежи.

**Цель исследования:** выявить степень удовлетворенности жизнью у молодого российского населения.

**Задачи исследования:**

1. Теоретически обосновать проблему удовлетворенности жизнью у современной российской молодежи;

2. Изучить статистические данные Института социологии РАН о положении молодежи в нашей стране;
3. Выявить уровень удовлетворенности жизнью у российской молодежи, провести сравнительный анализ степени жизненной удовлетворенности между российской и западноевропейской молодежью;
4. Организовать и провести констатирующий эксперимент по выявлению удовлетворенности жизнью у молодежи - студентов г. Оренбурга.

**Практическая значимость исследования:** результаты, полученные в данном исследовании, позволяют дать более полную картину личности молодого человека. На основании этих данных возможна разработка специальных программ по психологической помощи молодым людям, находящихся в личностном кризисе. Полученные данные могут использоваться при подготовке лекций по психологии личности, социологии, психологии развития и возрастной психологии, психологическому консультированию и психотерапии, а так же для проведения успешной молодежной политики в нашей области.

**Участники исследования:** 100 студентов разных специальностей высших и средне - профессиональных образовательных учреждений г. Оренбурга в возрасте от 17 до 25 лет.

**Структура работы:** работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

**Первая глава «Теоретические основы изучения удовлетворенности жизнью у молодежи в отечественной и зарубежной психологии»** позволила провести следующие теоретические исследования:

1. Удовлетворенность человека включает в себя целый спектр значительных факторов. В частности это - здоровье, социальный статус, финансовое благополучие, любовь, семейные, дружеские отношения и многое другое.

Понятие удовлетворенности жизнью специалисты относят к когнитивной стороне субъективного благополучия. Этую сторону личного восприятия

собственной удовлетворенности на разных временных отрезках могут дополнять как положительные, так и отрицательные эмоции.

Факторы влияющие на удовлетворенность жизнью делят на две группы:

Группа А (внутренние) и Группа Б (внешнее)

К группе А относят следующее: социально-психологические, социально-демографические. К группе Б: социальном фоне и связях; институциональной форме - политический курс, идеология, наличие частных свобод и пр.; экономической форме.

В общем и целом, удовлетворенность жизнью представляет собой позитивную оценку различных жизненных аспектов, которые индивидуально имеют значение для каждого человека. Счастье в данной картине действительности занимает центральное место. Оно является высшей степенью проявления удовлетворенности. В отношении молодых людей установлено следующее: уровень удовлетворенности выше у тех, кто не имеет проблем со здоровьем, уровень дохода прямо пропорционален удовлетворенности жизнью, а также то, что молодые люди, предпочитающие активный образ жизни в целом считают свою жизнь более счастливой, чем те, кто всячески избегает активности.

2. Молодежь, как социально-возрастная группа, отличается от других возрастными границами и особым статусом в обществе. Возраст людей относящихся к категории «молодежь» не является постоянным и определенным во всех точках земного шара и типах обществ. Нижняя граница в данной категории составляет всего 14 лет, при том, что максимум может превышать 35 лет.

Фондом общественного мнения было проведено исследование среди молодого поколения до 26 лет, с целью определить их ценностные ориентиры. Результаты были таковы - молодые люди (старше 16-ти), выделяют свое поколение, а для определения себя, как группы, используют весьма разнообразные признаки: «...общество также описывает их по-разному, включая такие определения, как «Поколение 21», «Поколение Y», «Поколение

Интернета», «Гугл-Поколение», «Блог-поколение»; «Поколение Геймер» (или Нинтендо), «Поколение и/майпод», «Поколение Эмо», «Путинское поколение», «Поколение П», «Поколение стабильности» [Андреенкова 2010: 8].

Дифференциация групп молодых людей очень сильна. Ее можно поделить на два вида. Это, во-первых: разделение по социальной группе, уровню достатка в семье и образования, получаемого/полученного юношой или девушкой. Во-вторых: локация, в которой проживает индивид, уровень интеграции в современную жизнь, владение технологиями, отношение к различным культурным особенностям, а также поддерживаемый образ жизни и др.

3. Институт социологии РАН сообщает в результатах своих исследований о том, что приоритеты молодежи в старших классах школы на данный момент распределяются следующим образом: «...создание семьи (71%), стабильная работа (45%), высшее образование (44%). Практически, абсолютное большинство молодых россиян (88%) планируют иметь детей. Неприятно сознавать, но одну из ключевых ролей в снижении культуры юного поколения играют Средства Массовой Информации, в их числе в первую очередь - телевидение, затем интернет и прочие источники.

4. В современной социологической европейской и латиноамериканской терминологии не так давно появился новый термин, которые используется для обозначения части поколения молодых людей, которые не только не учатся, но и не работают - «поколение ни ни».

В исследованиях зависимости финансового благополучия и состояния удовлетворенности собственной жизнью выявлена корреляция между озабоченностью финансовыми вопросами и понижением уровня удовлетворенности от жизни и счастья. К тому же, очень богатые молодые люди не являются более счастливыми, чем их сверстники со средним достатком. Данные исследований показывают, что в настоящее время молодые люди в странах Европы и Северной Америки стали примерно в четыре раза обеспеченнее, чем это было сорок лет назад. Но несмотря на это их уровень

субъективного благополучия не поднялся, а в среднем, по данным опросов и вовсе снизился. Так у очень богатых американцев показатели счастья и вовсе котируются ниже средних, если сравнивать с общей выборкой населения: «...Такая слабая взаимосвязь объясняется тем, что удовлетворенность и другие аспекты субъективного благополучия зависят не только от объективного состояния мира, но и от человеческих ожиданий и различных когнитивных процессов» [Синельников 2011: 31].

«Однако, практически во всех развитых индустриальных странах доля удовлетворенных жизнью молодежи существенно превышает долю неудовлетворенных (примерно три к одному), а в США она составляет 85%» [Грязнова 2012: 34].

5. Также выяснилось, что уровень интеллекта, который во всем мире измеряется при помощи теста IQ, никак не коррелирует с уровнем удовлетворенности собственной жизнью. Но, что действительно оказывает влияние на состояние удовлетворенности, так это некоторые личностные особенности, такие как экстравертизм, коммуникабельность, ответственность, хороший уровень самооценки.

6. По данным статистики по РФ на 2014 год: «36% россиян счастливы потому, что молоды, 73% - потому, что здоровы, 57% - потому, что имеют любимую работу и 43% - благодаря общению с близкими» [Матвеева 2016: 126]. Для стран запада наиболее важными факторами удовлетворенности жизнью оказались в основном личностные качества: психологическая устойчивость, социальная адаптированность, физическая активность и энергетика личности. Таким образом, в большинстве европейских стран уровень удовлетворенности жизнью молодежи очень высокий - в 12 из 25 стран он превышает 80%. Практически во всех развитых европейских странах более трех четвертей населения удовлетворены своей жизнью. Исключение составляет лишь Франция (68%).

**Во второй главе «Эмпирическое исследование удовлетворенности жизнью молодежи» проведены методики, для достижения задач**

эмпирического исследования. В психодиагностике встречается множество методов проведения исследования связанных с удовлетворенностью жизнью.

Для достижения задач эмпирического исследования мы использовали следующие методики:

1. Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной, который позволил диагностировать индекс жизненной удовлетворенности; определить: общее психологическое состояние индивида, уровень его психологического комфорта на данный момент, а также степень социально-психологической адаптированности.

2. Шкалы из методики экспресс-диагностики уровня психоэмоционального напряжения Копина О.С., Суслова Е.А, Заикина Е.В. Представленная шкала оценивает субъективное состояние удовлетворенности-неудовлетворенности жизнью в целом.

3. Шкала «Удовлетворенность жизнью» Э. Динера (SWSL). Шкала удовлетворённости жизнью измеряет когнитивную оценку соответствия жизненных обстоятельств ожиданиям индивида и отражает общую меру внутренней гармонии и психологической удовлетворенности.

Таким образом, диагностическую программу исследования составили методики, которые являются валидными, доступными и удобными в проведении. Полученные данные взаимно дополняют друг друга и дают достаточно полное представление об удовлетворенности жизнью молодежи, что соответствует цели, задачам и гипотезе исследования.

#### *Результаты эмпирического исследования:*

Исследование проводилось в два этапа. Испытуемые должны были одновременно пройти некоторое количество методик в строго определенных временных рамках. На выполнении всех заданий давались сутки. В исследовании участвовали студенты разных ВУЗов и СУзов г.Оренбурга в возрасте от 17 до 25 лет, в количестве 100 человек. Все участники были поделены на 2 группы по 50 человек, в 1 группу вошли студенты 1-2х курсов, во 2 группу - студенты и учащиеся с 3 по 5 курсы.

Участникам исследования были предложены тест удовлетворенности жизнью, в адаптации В.Н.Паниной; результаты данной методики Группы 1 изображены на рис. 1. На диаграмме показано, что 40 % имеют высокий уровень жизненной удовлетворенности, 33 % респондентов имеют средний уровень жизненной удовлетворенности. То есть почти в равной степени показатели распределились на среднем и низком уровнях. У респондентов наблюдаются более низкие показатели жизненной удовлетворенности, меньшее количество баллов по данной методике было выявлено по шкалам «Интерес к жизни» и «Общий фон настроения».

Низкие оценки по этим шкалам указывают на преобладание пессимистичного настроения, отсутствие интереса к повседневной жизни и событиям, которые происходят вокруг. Такое состояние личности является характерным для кризиса, когда человек переживает некий переломный момент в жизни.

У респондентов наиболее низкие баллы отмечены по шкале «Положительная оценка себя и собственных поступков». В этом случае такие бала на рисунке 2 показано, что 55 % имеют высокий уровень жизненной удовлетворенности, 30 % респондентов имеют средний уровень жизненной удовлетворенности и 15 % респондентов имеют низкий уровень. У респондентов наблюдаются более высокие показатели жизненной удовлетворенности, большее количество баллов по данной методике было выявлено по шкалам «Интерес к жизни» и «Общий фон настроения».

Высокие оценки по этим шкалам указывают на преобладание позитивного настроения, преобладание интереса к повседневной жизни и событиям, которые происходят вокруг, согласованности между поставленными и достигнутыми целями. Если показатели высоки, значит испытуемый уже достиг или считает себя способным достигнуть поставленных целей. Оценка себя и собственных поступков дается со знаком плюс. Высокий балл можно назвать синонимичным высокой самооценке.

По методике «Шкала удовлетворенности основных жизненных

потребностей О.С. Копиной (шкала из методики ПЭН)» были получены следующие результаты. По шкале «Удовлетворённость жизнью в целом» (рис 1.) были получены данные, показывающие, что у группы с высоким общим уровнем, данный показатель находится в средних пределах. А, по шкале «Удовлетворённость основных жизненных потребностей» (рис.2), эти данные говорят нам о том, что степень удовлетворённости главных жизненных потребностей, находится на границе, между средним и высоким уровнем (41,67, 31-41 - средний уровень; 41+ - высокий, что свидетельствует о высоком уровне удовлетворенности потребностей, о психологическом благополучии.).

Для группы 1 были получены данные, показывающие, что по шкале «Удовлетворённость жизнью в целом» (рис 3.) показатель находится в пределах средней степени удовлетворённости.

По шкале «Удовлетворённость основных жизненных потребностей» (рис.4), полученные данные говорят о том, что степень удовлетворённости основных жизненных потребностей у испытуемых, низка. Это показывает пониженный уровень удовлетворенности главных потребностей, человек находится в стрессе, ему требуется психологическая помощь.

По показателям из методики «Шкала удовлетворенности основных жизненных потребностей О.С. Копиной (шкала из методики ПЭН)» можно сказать следующее. По шкале «Удовлетворённость жизнью в целом», показатели не имеют достоверных различий. По шкале «Удовлетворённость основных жизненных потребностей», результаты показали достоверно значимое различие ( $t<0.05$ ) в показателях. Есть корреляция между показателем удовлетворенности жизнью и уровнем удовлетворенности потребностей по обеим группам. Она тождественна, низкая удовлетворенность жизнью всегда сопровождается низкой удовлетворенностью потребностей.

На основании вышеприведенного, можно смело говорить о том, что степень удовлетворенности жизнью коррелирует с уровнем удовлетворенности жизненных потребностей, представленных выше как направление и характер трудовой деятельности, благополучие в семейной сфере, здоровье, питании,

отдыхе, материальном состоянии, общении, статусе, перспективах. Любви, сексуальной сфере, а также наличии хобби и способов самореализации.

Результаты проведённого теста по методике Э. Диннера «Шкала «Удовлетворенность жизнью», позволили разделить выборку респондентов на 3 группы. В рамках исследования были взяты крайние группы: группа с высоким общим уровнем удовлетворённости жизнью (группа 2) со средним показателем 27,81. И группу с низким уровнем удовлетворённости жизнью (группа 1), средний показатель 10,59. Рассмотрим группы по отдельности, начнём с группы 2.

Анализ отдельных параметров субъективного благополучия, по методике Шкала «Удовлетворенность жизнью» Э. Диннера, показал, что в группе с высоким общим уровнем удовлетворённости жизнью наиболее выражено субъективное восприятие жизненных обстоятельств, как складывающихся благополучно (Средний балл 5.81, стд. окл.0,94) , а наименее выраженным признаком является соответствие жизни идеалу (Средний балл 5.23, стд. откл.1,07 ) (Рис.1).

Соответственно, по данным результатам, можно сказать, что для молодых людей с высоким уровнем удовлетворённости жизнью наиболее важно субъективное восприятия текущей жизненной ситуации, как благополучной, нежели соответствие жизни субъективному идеалу.

Теперь перейдём к результатам группы 1. Здесь анализ параметров субъективного благополучия, по методике Э. Диннера Шкала «Удовлетворенность жизнью», показал, что в группе с низким общим уровнем удовлетворённости жизнью наиболее выражено субъективное наличие необходимых жизненных ресурсов (Ср. балл 2.43, стд. откл. 1.19) и наименее выражено желание изменить свою жизнь при возможности прожить её сначала (Ср. балл 1.78, стд. откл. 1,7) (Рис.1). Данные результаты могут говорить о том, что люди с низким общим показателем удовлетворённости жизнью, более склонны довольствоваться тем, что имеют (это утверждение можно выдвинуть на основании результатов шкал «Пока у меня есть все, что мне нужно от

жизни» и «В основном моя жизнь соответствует моему идеалу», поскольку в этих шкалах наивысшие показатели для группы), а так же, боятся перемен, или же считают, что, имея они возможность начать сначала, они не смогли бы сделать это лучше, чем то, что они имеют на данный момент.

Сравнительный анализ по методике Динера, выявил достоверно значимые различия по показателю общей удовлетворённости жизнью (-25,81, на уровне  $p < 0.01$ ), а так же по следующим показателям:

- субъективного соответствия жизни идеалу (-12,67, на уровне  $p < 0.01$ ). У группы с высоким уровнем удовлетворённости жизнью, этот показатель значительно выше, чем у второй сравниваемой группы (5.23, против 2.08). Основываясь на этих данных, можно предположить, что соответствие жизни собственному идеалу, имеет влияние на степень удовлетворённости жизнью.

- субъективного ощущения обстоятельств, как складывающихся благополучно (-14,24, на уровне  $p < 0.01$ ). По данному пункту, у группы 2 средний результат 5.81, а у группы 1 – 2.35. Эти показатели могут говорить о том, что самоощущение своей жизни, как благополучной и успешной, могут влиять на степень удовлетворённости жизнью.

- субъективной удовлетворённости жизнью (-16,85, на уровне  $p < 0.01$ ). По данному параметру, статистические различия довольно велики, 5.77 для группы 2 и 1.94 для группы 1.

- субъективного наличия необходимых жизненных ресурсов (-9,07, на уровне  $p < 0.01$ ). Здесь результаты показывают то, что у группы 2 этот показатель выше. Это позволяет говорить о том, что, возможно, наличие необходимых, для данного жизненного этапа, ресурсов, оказывает влияние на общую удовлетворённость жизнью.

- субъективного нежелания начать жизнь сначала и изменить её (-9,91, на уровне  $p < 0.01$ ). По данному показателю получены довольно интересные результаты. У группы 2 нежелание начать свою жизнь сначала, но другим образом, гораздо ниже, чем у группы 1. Возможно, это связано с тем,

что ситуация, в которой находятся люди с высокой степенью удовлетворённостью жизнью, устраивает их и, соответственно, они не хотят пробовать достичь той точки сначала, тогда как люди с низкой удовлетворённостью жизнью, предполагаемо, считают, что начав жизнь по-другому, они смогут её изменить.

## **Заключение**

Теоретический анализ рассмотрения проблемы удовлетворенности жизнью молодежи подтвердил ее актуальность и наличие интереса к ней у многих отечественных и зарубежных исследователей. На основе научной литературы, соответствующей теме исследования, нами было рассмотрено понятие «удовлетворенность жизнью», изучены особенности удовлетворенности жизнью у людей молодого возраста. Так же, мы сравнили степень удовлетворенности жизнью российской молодежи с молодежью западноевропейских стран. Эмпирически изучили удовлетворенность жизнью молодежи, проживающей в городе Оренбурге.

В ходе решения поставленных задач исследования на основе теоретического анализа работ Андреенковой Н.В., Дейнека О.С., Джидарьяна, И.А. Гапоновой, С.А., Матвеева, Е. В., Анучина И. В., Новгородовой Е.Ф., Яремчук С.В., Горшкова М. К., Дугласа Блума, Шереги, Ф. Э. мы пришли к выводу, что удовлетворенность жизнью - это глобальная оценка реальной жизни через призму субъективных стандартов «хорошей жизни», которые конструируются самостоятельно или усваиваются в готовом виде из социального окружения. Общий уровень удовлетворенности в каждый конкретный момент времени свидетельствует о степени расхождения между жизненной реальностью и личными стандартами «хорошей жизни». В психологии удовлетворенность жизнью – это социально-психологическое явление, которое представляет собой совокупность когнитивных и эмоционально-волевых процессов.

Интерес исследователей к проблемам молодежи в РФ имеет устойчивую традицию. После значительного спада интереса к этому направлению исследований в 1990-е годы, прекращения деятельности многих исследовательских групп, ликвидации структур, остановке мониторингов из-за недостаточного финансирования, с 2000-х годов отмечается возврат к основательному изучению молодежной проблематики, о чем свидетельствует увеличение количества опубликованных книг, статей в академических изданиях

по итогам теоретических и эмпирических исследований, связанных с изучением удовлетворенностью жизнью, развитием молодежи и отдельных ее групп. В 2009 году была возрождена практика подготовки государственного доклада о положении молодежи в РФ. И так, проводя работу по выявлению удовлетворенности жизнью молодежи, нами были сделаны следующие выводы: в целом удовлетворенность молодежи разными сторонами своей жизни весьма высока, однако она ниже в сравнении с удовлетворенностью жизни западноевропейской молодежи. Большинство оказывается довольным полученным образованием, не предъявляя особо серьезных претензий к его качеству. Идея отстаивания, защиты своих прав на получение качественной услуги за деньги, протеста против переплаты, нарушения договорных отношений среди молодых сегодня практически отсутствует. Больше всего молодежь не удовлетворена своим материальным положением, особенно студенты старших курсов, которые, думают о создании семьи и иногородние; у двух этих категорий остро стоят вопросы с жильем. Разрыв между желаниями и сознанием своих возможностей приводит к стойкому негативизму в восприятии реальности, защитой от которого оказывается обесценивание или негативная оценка самого объекта желаний. Молодые люди не имеют четкого представления о своем будущем. Главный ценностный ориентир - желание денег как утопия будущего и собственного благополучия.

Таким образом, проведенное нами экспериментальное исследование, посвященное изучению удовлетворенности жизнью, подтвердило выдвинутую гипотезу о том, что у студентов - молодежи первых и вторых курсов удовлетворенность своей жизнью выше, чем у студенческой молодежи третьих-пятых курсов, то есть, чем старше человек, тем ниже удовлетворенность своей жизнью.

## Список использованных источников

- Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. 332 с.
- Горшков М. К., Шереги, Ф. Э. Молодежь России: социологический портрет / М. К. Горшков, Ф. Э. Шереги. М.: Центр социальн. прогнозир. и маркетинга, 2010. 592 с.
- Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джидарьян. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. 268 с.
- Кляйн, М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников / М.Кляйн. Пер. с английского А.Ф. Ускова СПб, 1997. 96 с.
- Константиновский Д.Л., Вознесенская Е.Д, Чередниченко Г.А. Молодежь России на рубеже ХХ-ХХI веков: образование, труд, социальное самочувствие. М.: ЦСП и М, 2014. 548 с.
- Митина Л.М. Психология развития конкурентноспособной личности. 2-е изд.,стор. Воронеж: НПО «МОДЕК», 2003.280 с.
- Немов, Р. С. Общая психология / Р. С. Немов ; гл. ред. Е. Строганова. СПб.: ПИТЕР, 2009. 304 с.
- Омельченко, Е. Молодежь: открытый вопрос. Ульяновск: «Симбирская книга», 2004. 184 с.
- Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия. М.: Фолио, 2013. 288 с.
- Шамионов, Р.М., Григорьева М.В. Психология субъективного благополучия и социальной адаптации личности. Саратов. Изд-во: Саратовского ун-та. 2014. 196 с.
- Артёмов, Г.П. Моральные установки и ценности населения России в европейском контексте // Вестник СПбГУ. 2011. Вып. 2. Сер. 6. С. 27-31.
- Артёмов, Г.П. Поколенческая структура ценностных приоритетов и моральных установок современной России // Вестник СПбГУ. 2011.Вып. 3. Сер. 6. С. 44-50.
- Бенко, Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию

благополучия // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». 2015. Т.8. № 2. С.5-13.

Воронин, Г.Л., Захаров В.Я., Козырева П.М. Кому на Руси жить хорошо? Мониторинг 1994 - 2013гг. Массовые опросы, эксперименты, монографические исследования // Социологический журнал. 2016. Т.22. № 1. С. 26-53.

Григорьева, М.В., Григорьев А.В. Социально-психологическая адаптация молодежи в зависимости от видов социальной активности // Вестник университета (Государственный Университет Управления). 2012. №6. С.234-240.

Григорьева, М.В. Социальные представления о нормах и ценностях молодежи у представителей разных поколений // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 1. Вып. 4. С. 8-12.

Джидарьян И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания. // Психологический журнал. 2000. т. 21. №2. с. 40-48.

Гапонова, С.А., Сальникова И.В. Представления о счастье современных студентов - юношей и девушек // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. 2013. № 2 (3). С. 151-154.

Грязнова, О.С., Магун В.С. Запросы жителей европейских стран на государственную социальную поддержку и их базовые ценности // SPERO. 2012. № 17. С. 7-34.

Копина О.С., Суслова Е.А., Заикин Е.В. Экспресс-диагностика уровня психоэмоционального напряжения и его источников // Вопросы психологии. 1995. № 3. С. 119.

Лисаускене, М. Новое поколение российского студенчества / М.Лисаускене // Высш. образование в России. 2005. № 10. С. 41- 47.

Матвеева, Е. В., Анучин И. В. Проблема взаимосвязи субъективного ощущения счастья, удовлетворенности жизнью и смысложизненных ориентаций у современных российских студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 32. С. 151-157.

Мониторинг общественного мнения № 4 (66) июль-август. 2003.

Монусова, Г. Социальная политика в европейском общественном мнении: субъективный контракт между обществом и государством //Вопросы экономики, 2012, №6. С. 127-151.

Новгородова, Е.Ф., Яремчук С.В. Перфекционизм, самопринятие и удовлетворенность жизнью в системе саморазвития личности учащейся молодежи //Alma Mater. 2015. № 2. С.58-62.

Сальникова, И.В. Критерии счастья в представлениях студенческой молодежи / Технологии совершенствования подготовки кадров: теория и практика / межвуз. сб. науч. трудов. Казань: Изд. Татар. гуманитарно-пед. унта, 2010. С. 128-131.

Синельников, А.Б. Ценностные ориентации российской и европейской молодежи // Вестник Московского Университета. Серия 18. Социология и политология. № 1. 2011. С.22-32.

Химич, В.Ю. Влияние самоидентификации работающей молодежи на социальные установки// Теория и практика общественного развития. Краснодар, № 16, 2014 с. 30-36.

Яремчук, С.В. Субъективное благополучие как компонент ценностно-смысловой сферы личности // Психологический журнал. 2013. № 5. С. 85-95.

Андреенкова, Н.В. Сравнительный анализ удовлетворенности жизнью и определяющих ее факторов // Мониторинг общественного мнения. 2010, № 5. <http://wciom.ru/index.php?id=98>.

Дейнека, О.С., Вартанова, И.А. Удовлетворенность жизнью как предиктор отношения к экономической и политической стабильности студенческой молодежи // Современные проблемы науки и образования. 2012. № 6. URL:<https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=7883>

Тюлькина, В. А. Удовлетворенность жизнью как составляющая субъективного благополучия мужчин и женщин // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 32. С. 203-212. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56686.htm>.