

DOI: 10.35853/LAU.WS.2019.SP16
УДК 159.922.8:17.023.34

Особенности субъективного благополучия у подростков

Оксана А. Донская,
Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова,
г. Москва, Россия
ORCID: 0000-0002-4363-6776, e-mail: aad@inbox.ru

Аннотация. Концепции счастья тесно связаны с уровнем благополучия, который отражает различные аспекты жизни человека. Субъективное благополучие относится к оценке человека своей жизни, которая включает в себя баланс положительных и отрицательных эмоций. При этом плохие события имеют более сильный и более длительный эффект на функционирование благополучия, чем сопоставимые хорошие события. Так, испытывая гнев или страх, можно существенно снизить уровень субъективного благополучия. Изучение субъективного благополучия является весьма информативным подходом к оценке благополучия детей, центрированном на ребенке, и будет способствовать реальному повышению благополучия данной социальной группы. В статье рассматриваются особенности субъективного благополучия у подростков из полных семей и подростков-сирот, воспитываемых в Детском доме-школе. Целью исследования было изучение особенностей субъективного благополучия у подростков из полных семей и подростков-сирот, воспитываемых в Детском доме-школе. При отсутствии различий в степени выраженности субъективного благополучия в исследуемых группах подростков, было выявлено различие внутренней структуры – компонентов благополучия и особенностей их взаимосвязи. У подростков-сирот оказываются тесно связанными между собой благополучие в учебе и благополучие в дружеских отношениях, тогда как подростки из полных семей данные компоненты не связывают. Полученные результаты могут быть использованы в диагностической и коррекционной работе психологической службы детских домов и школ-интернатов, при разработке моделей социально-психолого-педагогического сопровождения детей сирот в интернатных учреждениях.

Ключевые слова: счастье, субъективное благополучие, подростки, депривация, компоненты благополучия.

Для цитирования: Донская О. А. Особенности субъективного благополучия у подростков // Благополучие и безопасность в условиях социальных трансформаций : сб. науч. тр. X Междунар. симпозиума (г. Екатеринбург, 9–10 июля 2019 г.) / ред. Е. Б. Перельгина, О. Ю. Зотова, А. В. Дроздова, Л. В. Тарасова. – Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2019. – С. 152–161. – ISBN 978-5-7741-0376-8. – DOI: 10.35853/LAU.WS.2019.SP16.

© О. А. Донская, 2019



Characteristics of Teenagers Subjective Wellbeing

Oksana A. Donskaya,

Moscow State University after M. V. Lomonosov, Moscow, Russia
ORCID: 0000-0002-4363-6776, e-mail: aad@inbox.ru

Abstract. The concept of happiness closely relates to the level of wellbeing that reflects various aspects of human life. Subjective wellbeing (SWB) refers to the person's assessment of his life involving a balance of positive and negative emotions. Negative events have a greater and more prolonged effect on wellbeing than comparable positive ones. Thus, anger or fear can considerably decrease the level of subjective wellbeing. The research on subjective wellbeing can be a very informative approach to evaluations centered on child welfare and can improve the actual wellbeing of this social group. The article explored specific features of SWB in children from two-parent families and orphans living in residential care. The study aimed to examine the characteristics of adolescents' SWB. With no differences in the intensity of SWB in the groups of teenagers in question, the distinction in the internal structure – components of wellbeing and their linkage, – was identified. Teenage orphans exhibited close ties between wellbeing in training and wellbeing in friendship, while adolescents from complete families do not tie up these components. The received results can help improve the remedial work of psychological centers in children's houses and develop a model of social, psychological, and pedagogical support for the orphaned.

Keywords: happiness, subjective wellbeing, teenagers, deprivation, components of wellbeing.

For citation: Donskaya OA. Characteristics of Teenagers Subjective Wellbeing. In: Pelygina EB, Zotova OYu, Drozdova AV, Tarasova LV. (eds.) *Wellbeing and Security in the Face of Social Transformations: Collection of academic papers from the 10th International Symposium (Yekaterinburg, July 9–10, 2019)*. Yekaterinburg: Liberal Arts University – University for Humanities; 2019. p. 152–161. Available from: doi: 10.35853/LAU.WS.2019.SP16.

Введение

Тема счастья и благополучия рассматривалась учеными, философами и теологами на протяжении всей истории человечества [14] и в каждой культуре [19]. Человек всегда искал ключ к максимальному счастью через философскую мысль, поиск удовольствия, материальное благополучие, власть, любовь и признание.

Прежде всего, этот предмет интересует не только ученых, но и общество в целом. Качество жизни с каждым годом улучшается, в результате чего трансформации подвергается и само представление о счастье и благополучии, смещая акценты с материальных аспектов жизни к удовольствию и наслаждению.

Счастью только относительно недавно стало объектом изучения психологии, и очень быстро поиск счастья стал одним из основных направлений исследований психологической науки. С. Любомирски, К. Шелдон и Д. Шкаде называют это чувство субъективным благополучием, которое характеризуется большим количеством положительных чувств, небольшим количеством отрицательных чувств и повышенным уровнем удовлетворенности жизнью [20].

Одно из самых интересных направлений исследований в рамках изучения счастья – это изучение того, как сделать людей счастливее [10; 19; 23]. С. Любомирски, К. Шелдон и Д. Шкаде разработали теорети-

ческую модель, в которой они утверждают, что хронический уровень счастья человека в основном определяется по трем компонентам. Первый относится к генетически детерминированным аспектам, которые фиксированы, стабильны во времени и невосприимчивы к влиянию или контролю. Второй имеет отношение к стабильным (гражданское состояние, работа, доход, здоровье и т. д.) и временным факторам (увеличение доходов, болезнь, получение награды и т. д.), которые постоянно влияют на человека. Последний компонент относится к широкому разнообразию видов деятельности, между которыми человек имеет право свободно выбирать. Эти мероприятия требуют приложения определенных усилий [20]. То есть, по сути, можно увеличить индивидуальный уровень счастья, так как изменение этих видов деятельности приводит к более высокому уровню счастья.

Существует значительный объем исследований, связанных с выявлением объективных переменных, связанных со счастьем [7; 24]. Учеными были найдены такие переменные, связанные со счастьем, как социальные отношения, работа и досуг, хотя их влияние не так однозначно, как считалось ранее. Также современные исследователи утверждают, что счастье зависит от того, как жизнь воспринимается и понимается человеком. Были определены стратегии, описывающие, как люди могут взаимодействовать с ситуациями, в которых они оказываются. Например, самооценка счастливых людей имеет минимальное значение для социального сравнения, тогда как несчастные люди более чувствительны к достижениям и разочарованиям своих сверстников [18].

Многие исследования показывают, что концепции счастья тесно связаны с уровнем благополучия [15; 16; 17]. Понятие благополучия является многогранным и отражает различные аспекты жизни человека. В своей статье Э. Динер определяет три фактора, из которых складывается наше благополучие: LS – удовлетворение жизнью; PA – положительное влияние; HC – негативное влияние [11].

Н. Бредбурн в своих трудах показал, что важным для преодоления невзгод является психологическое благополучие человека. Он считал, что человек будет психологически благополучен только в том случае, если положительные эмоции будут преобладать над негативными [9].

«Субъективное» – это то, что люди чувствуют и ощущают. Субъективное благополучие включает в себя как когнитивные, так и эмоциональные аспекты. Взаимосвязь когнитивного и эмоционального компонентов субъективного благополучия личности свидетельствует о том, что удовлетворенность на когнитивном уровне сопровождается переживанием эмоционального благополучия.

М. Макгиллвейрей и М. Кларк писали, что субъективное благополучие предполагает многомерную оценку жизни, в том числе когнитивные суждения, удовлетворенность жизнью и аффективные оценки эмоций и настроений [21]. Субъективное благополучие связано не только с положительными эмоциями. Отсутствие негативных ситуаций и эмоций также важно для благополучия. Например, чувствуя гнев или страх, можно существенно снизить уровень субъективного благополучия. Субъективное благополучие относится к оценке человеком своей жизни. Такие оценки отражают некий баланс положительных и отрицательных эмоций. Плохие события (например, травмы, депривации, стрессы и т. д.) имеют более сильный и более длительный эф-

фект на функционирование благополучия, чем сопоставимые хорошие события [13].

На сегодня в психологии имеется много исследований, проведенных на детях, проживающих в детских домах. Доказано, что дети, которые подвергаются воздействию каких-либо стрессовых событий, находятся в условиях более высокого риска, испытывают эмоциональную и психологическую депривацию [8]. С. Прованс и Р. Липтон отмечали, что дети, воспитываемые в детском учреждении, отличаются задержкой поведения привязанности [22]. В результате проведенных исследований выпускников сиротских учреждений Н. К. Радина и Т. Н. Павлычева выявили деформацию двух важнейших сфер существования человека – эмоциональной и социальной: избегание привязанностей и ожидание опасностей и угроз. Было выявлено, что чем младше ребенок и чем дольше продолжается депривация, тем меньше надежды на устранение последствий без остатка [5]. М. Эйнсворт указывала, что даже короткий депривационный опыт, который проходит без видимых последствий, оставляет хотя бы одно скрытое последствие, а именно повышенную «уязвимость» в случае повторного возникновения подобного опыта или другой неблагоприятной жизненной ситуации [6]. По мнению Й. Лангмейера и З. Матейчика, в случае если депривационные моменты были интенсивными и воздействовали длительное время, у детей наблюдаются регрессивные признаки: они самостоятельно не едят, не говорят, не играют; у них проявляется некое «упрощенное» отношение к людям: или ни с кем не разговаривают, отворачиваются, либо ведут себя назойливо по отношению к другим, беспокойно, поверхностно вступают в контакт с окружающими людьми [2]. В. Н. Ослон показала, что отсутствие опыта детско-родительских отношений у детей-сирот затрудняет формирование позитивной репрезентации родителей, способствует развитию виктимной идентичности у ребенка, репрезентации себя как заслуживающего агрессии и наказания [3].

Согласно российским психологическим исследованиям, дети, воспитываемые в сиротских учреждениях, обладают определенной спецификой, в частности: несформированностью внутреннего, идеального, субъективного плана психики; в связанности мышления; в мотивированности поведенческих реакций внешней ситуацией [4]. Выросшие в детских домах сироты характеризуются крайне высокими рисками социальной дезадаптации и противоправного поведения, они в целом плохо адаптированы к самостоятельной жизни и воспроизводят модели такого поведения в последующих поколениях [1].

Следует отметить, что многие психологические исследования сосредоточены на вопросах содержания или проблемах детей, с которыми они сталкиваются в детских домах и сиротских интернатах, однако не хватает информации о переживаниях и чувствах самих детей. В связи с чем изучение субъективного благополучия является весьма информативным подходом к оценке благополучия детей, центрированным на ребенке, и, мы надеемся, он будет способствовать реальному повышению благополучия этой уязвимой социальной группы детей.

Можно утверждать, что исследователями и специалистами-практиками зачастую не учитывается тот факт, что помимо объективно представленной неблагоприятной жизненной ситуации существует и ее субъективная составляющая – внутренняя позиция детей, отражаю-

щая их отношение к сложившейся ситуации. Оказание любой помощи – психологической, коррекционной, психолого-педагогической – невозможно без понимания особенностей внутреннего опыта ребенка. Этот опыт содержит множество бессознательных элементов, сформировавшихся под влиянием большого количества факторов среды и их субъективного преломления во внутреннем мире ребенка.

Методы исследования

Целью исследования было изучение особенностей субъективного благополучия у подростков из полных семей и подростков-сирот, воспитываемых в Детском доме-школе.

Реализация цели предполагала решение следующих задач:

1) сопоставить характеристики субъективного благополучия в исследуемых группах подростков;

2) выявить факторную структуру субъективного благополучия в исследуемых группах.

Исследовательская выборка состояла из 204 подростков г. Екатеринбурга и Свердловской области в возрасте 14–16 лет (средний возраст 15,42). Выборка состояла из подростков, воспитываемых в полных семьях и обучающихся в общеобразовательных школах (1 группа – 104 человека), а также подростков-сирот – воспитанников Детских домов-школ (2 группа – 100 человек). В первую группу детей входили 64 девочки и 50 мальчиков, соотношение по полу во второй группе – 52 девочки и 48 мальчиков.

Для выявления особенностей субъективного благополучия были использованы следующие методики:

- Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale (J. Seligson, E. S. Huebner, R. F. Valois);

- шкала субъективного благополучия (A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche, адаптация М. В. Соколовой);

- Oxford Happiness Questionnaire (M. Argyle).

В ходе обработки полученных результатов применялся непараметрический критерий U Манна–Уитни, эксплораторный факторный анализ, кластерный анализ по методу К-средних. Обработка данных и их анализ были выполнены с использованием SPSS 20.0.

Результаты и обсуждение

Применение статистического критерия Манна–Уитни позволило выявить отсутствие достоверных различий в интегральном уровне субъективного благополучия в двух группах подростков. Кроме того, не было обнаружено достоверных различий и в выраженности частных критериев субъективного благополучия подростков данных групп.

Дальнейший факторный анализ позволил выявить факторную структуру субъективного благополучия изучаемых групп. В результате факторно-аналитической обработки данных группы подростков, воспитываемых в полных семьях и обучающихся в общеобразовательных школах, было выделено 4 значимых фактора.

Первый фактор (объясняемая дисперсия 26,553 %) отражает «Интегральное благополучие», на его положительном полюсе находятся такие переменные, как «счастье», «благополучие в жизни в целом», в то время как отрицательный полюс представлен такой неустойчивой

характеристикой, как «настроение». Второй фактор (объясняемая дисперсия 17,05 %) – «Благополучие в дружеских отношениях», третий (объясняемая дисперсия 16,641 %) – «Нервно-психическое благополучие», четвертый фактор (объясняемая дисперсия 13,010 %) получил условное название «Благополучие окружающей обстановки».

В результате факторно-аналитической обработки данных группы подростков-сирот было выделено также 4 значимых фактора. Первый (объясняемая дисперсия 21,609 %) – «Интегральное благополучие», второй (объясняемая дисперсия 19,136 %) – «Нервно-психическое благополучие», третий (объясняемая дисперсия 18,266 %) фактор получил название «Субъективное самочувствие», четвертый (объясняемая дисперсия 14,365 %) – «Благополучие ближайшего окружения».

Тип 1, выделенный на изученной выборке, отличается наиболее низким показателем интегрального субъективного благополучия. Для него характерны низкие уровни благополучия в семейных отношениях, значимости социального окружения, благополучия места проживания, а также низкие показатели благополучия здоровья и наличие признаков, сопровождающих основную психиатрическую симптоматику. В то же время это единственный тип, имеющий высокую степень благополучия в учебной деятельности.

Тип 2 у подростков отличается наиболее высоким показателем интегрального субъективного благополучия. Данный тип имеет самые высокие показатели значимости социального окружения, при этом характеризуется высоким уровнем нервно-психического благополучия, т. е. отсутствием напряжения и признаков, сопровождающих основную психиатрическую симптоматику. Зоной же неблагополучия является у данного типа зона деятельности, т. е. выражено переживание скуки в повседневной деятельности, низкая удовлетворенность ею. Таким образом, данный тип характеризуется отсутствием мотивации к деятельности при высоком общем благополучии.

Тип 3 субъективного благополучия представляет собой антипод типа 1. Интегральное благополучие в данной выборке выражено на среднем уровне. Показатели субъективного благополучия в области семейных отношений и места проживания имеют самые высокие значения. Кроме того, данный тип характеризуют высокие показатели субъективного самочувствия – самооценка здоровья и настроение. При этом данный тип отличается самым низким уровнем благополучия в учебной деятельности и высоким уровнем нервного напряжения.

Тип 4 характеризуется пониженным уровнем интегрального субъективного благополучия. Данный тип характеризуется низким уровнем удовлетворенности подростков своей жизнью в целом, дружескими отношениями, а также наличием сниженного настроения. В то же время данному типу свойственен низкий уровень нервного напряжения.

Тип 5 субъективного благополучия подростка отличается средним показателем интегрального субъективного благополучия. Показатели удовлетворенности собственным Я, своей жизнью в целом, а также оценки собственного здоровья у данного типа имеют наиболее высокие значения. Примечательно, что у данного типа отсутствуют низкие значения по каким бы то ни было показателям.

Заключение

Полученный результат, свидетельствующий об отсутствии различий в степени выраженности субъективного благополучия у подростков из полных семей и подростков-сирот, соотносится с выводами Л. Эдвардс и Ш. Лопес о том, что не состав или наличие семьи является фактором, определяющим удовлетворенность учащихся своей жизнью, а система отношений ребенка с ближайшим окружением [12]. Это подтверждается обнаруженной в ходе данного исследования взаимосвязью значимости социального окружения и «Нервно-психического благополучия» подростков-сирот, тогда как у подростков из полных семей данная взаимосвязь отсутствует.

Таким образом, при отсутствии различий в степени выраженности субъективного благополучия в исследуемых группах подростков, имеет место различие внутренней структуры – компонентов благополучия и особенностей их взаимосвязи. Так, «Интегральное благополучие» у подростков из полных семей связано, главным образом, с благополучием в учебе. В то же время у подростков-сирот «Интегральное благополучие» наполнено в первую очередь дружескими взаимоотношениями, и лишь потом – учебной деятельностью. Кроме того, у подростков-сирот оказываются тесно связанными между собой благополучие в учебе и благополучие в дружеских отношениях, тогда как подростки из полных семей данные компоненты не связывают. Возможно, это объясняется особенностями условий жизни подростков-сирот, когда все сферы жизни оказываются ограниченными одной средой – средой Детского дома-школы.

Необходимо отметить и наличие в структуре субъективного благополучия подростков-сирот такого компонента, как «Субъективное самочувствие», включающего в себя самооценку здоровья и настроение. Данный компонент отсутствует в структуре благополучия подростков из полных семей. Вероятно, это объясняется тем, что в условиях Детского дома подросток сам должен осуществлять рефлексии своего функционального состояния, тогда как подростки из полных семей данную деятельность выводят вовне, в область внешнего контроля (заботы) родителей.

Выделенная эмпирическая типология субъективного благополучия подростков может быть использована в диагностической и коррекционной работе психологической службы детских домов и школ-интернатов, при разработке моделей социально-психолого-педагогического сопровождения детей-сирот в интернатных учреждениях.

Информация об авторе

Оксана Александровна Донская, аспирант 2-го курса кафедры социальной психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова (г. Москва, Россия).

Information about the author

Oksana A. Donskaya, second-year post-graduate, Social Psychology chair, Moscow State University after M. V. Lomonosov, Moscow, Russia.

Список литературы

1. Бирюкова С. С., Варламова М. А., Синявская О. В. Сиротство в России // Демоскоп Weekly. 2014. № 609-610. С. 1–24.
2. Лангмейер Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. Прага : Авиценум, 1984. 335 с.
3. Ослон В. Н. Репрезентации родителей и себя в картине мира ребенка-сироты // Психологическая наука и образование. 2012. № 4. С. 70–80.
4. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Особенности психического развития младших школьников, воспитывающихся вне семьи // Вопросы психологии. 1982. № 2. С. 80–86.
5. Радина Н. К., Павлычева Т. Н. Рассказы о своей жизни как отражение психологических проблем выпускников сиротских учреждений // Вопросы психологии. 2010. № 5. С. 41–50.
6. Ainsworth M. D. The Effects of Maternal Deprivation // Deprivation of Maternal Care. Geneva : WHO, 1962. P. 97–165.
7. Argyle M. The psychology of happiness. London : Methuen, 1987. 256 p.
8. Boyden J., Mann G. Children's Risk, Resilience, and Coping in Extreme Situations // Handbook for Working with Children and Youth: Pathways to Resilience Across Cultures and Contexts / ed. M. Ungar. Thousand Oaks : Sage Publications, 2005. P. 3–26.
9. Bradburn N. M. The structure of psychological well-being. Chicago : Aldine, 1969. 319 p.
10. Bryce J., Haworth J. Wellbeing and flow in sample of male and female office workers // Leisure Studies. 2002. Vol. 21. P. 249–263.
11. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95 (3). P. 542–575.
12. Edwards L. N., Lopez S. J. Perceived family support, acculturation, and life satisfaction in Mexican-American youth: A mixed-methods exploration // Journal of Counseling Psychology. 2006. Vol. 53. P. 279–287.
13. Feldman B. L., Russell J. A. Independence and bipolarity in the structure of affect // Journal of Personality and Social Psychology. 1998. Vol. 74. P. 967–984.
14. Fierro A. Sobre la vida feliz [About happy life]. Malaga : Aljibe, 2000. 538 p.
15. Joshanloo M. Mediators of the relationship between externality of happiness and subjective well-being // Personality and Individual Differences. 2017. Vol. 119. P. 147–151.
16. Joshanloo M. Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective well-being // Personality and Individual Differences. 2018. Vol. 123. P. 115–118.
17. Joshanloo M., Park Y. O., Park S. H. Optimism as the moderator of the relationship between fragility of happiness beliefs and experienced happiness // Personality and Individual Differences. 2017. Vol. 106. P. 61–63.
18. Lyubomirsky S., Ross L. Hedonic Consequences of Social Comparison: A Contrast of Happy and Unhappy People // Journal of Personality and Social Psychology. 1997. Vol. 73, No. 6. P. 1141–1157.
19. Lyubomirsky S. The how of happiness. New York : The Penguin Press, 2008. 384 p.
20. Lyubomirsky S., Sheldon K., Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change // Review of General Psychology. 2005. Vol. 9. P. 111–131.
21. McGillivray M., Clarke M. Human well-being: Concepts and measures // Understanding human well-being. New York : United Nations University Press, 2006. P. 3–15.
22. Provence S., Lipton R. E. Infants in Institutions: A Comparison of Their Development with Family-Reared Infants During the First Year of Life. New York : International Universities Press, 1963. 191 p.

23. Seligman M. Authentic happiness. New York : Free Press, 2002. 336 p.
24. Veenhoven R. Hedonism and happiness // Journal of Happiness Studies. 2003. Vol. 4. P. 437–457.

Статья поступила в редакцию: 25.10.2019

Принята к публикации: 28.11.2019

References

1. Biryukova SS, Varlamova MA, Sinyavskaya OV. Sirotstvo v Rossii [Orphanhood in Russia]. *Demoskop Weekly = Demoskope Weekly*. 2014;609-610: 1–24. (In Russ.).
2. Langmeier J, Matejcek Z. *Psikhicheskaya deprivatsiya v detskom vozraste [Psychological Deprivation in Childhood]*. Prague: Avitsenum; 1984. 335 p. (In Russ.).
3. Oslon VN. Rerezentatsii roditeli i sebya v kartine mira rebenka-sirot [Representations of parents and self in the worldview of a child in care]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*. 2012;4: 70–80. (In Russ.).
4. Prichozhan AM, Tolstykh NN. Osobennosti psikhicheskogo razvitiya mladshikh shkol'nikov, vospityvayushchikhsya vne sem'i [Characteristics of psychological development of younger schoolers being raised outside the family]. *Voprosy psikhologii = Voprosy Psychologii*. 1982;2: 80–86. (In Russ.).
5. Radina NK, Pavlycheva TN. Rasskazy o svoei zhizni kak otrazhenie psikhologicheskikh problem vypusknikov sirotskikh uchrezhdenii [Life stories as reflection of psychological problems of graduates of orphanage schools]. *Voprosy psikhologii = Voprosy Psychologii*. 2010;5: 41–50. (In Russ.).
6. Ainsworth MD. The Effects of Maternal Deprivation. In: *Deprivation of Maternal Care*. Geneve: WHO; 1962. p. 97–165.
7. Argyle M. *The psychology of happiness*. London: Methuen; 1987. 256 p.
8. Boyden J, Mann G. Children's Risk, Resilience, and Coping in Extreme Situations. In: Ungar M. (ed.) *Handbook for Working with Children and Youth: Pathways to Resilience Across Cultures and Contexts*. Thousand Oaks: Sage Publications; 2005. p. 3–26.
9. Bradburn NM. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine; 1969. 319 p.
10. Bryce J, Haworth J. Wellbeing and flow in sample of male and female office workers. *Leisure Studies*. 2002;21: 249–263.
11. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984;95(3): 542–575.
12. Edwards LN, Lopez SJ. Perceived family support, acculturation, and life satisfaction in Mexican-American youth: A mixed-methods exploration. *Journal of Counseling Psychology*. 2006;53: 279–287.
13. Feldman BL, Russell JA. Independence and bipolarity in the structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998;74: 967–984.
14. Fierro A. *Sobre la vida feliz [About happy life]*. Malaga: Aljibe; 2000. 538 p.
15. Joshanloo M. Mediators of the relationship between externality of happiness and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*. 2017;119: 147–151.
16. Joshanloo M. Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*. 2018;123: 115–118.
17. Joshanloo M, Park YO, Park SH. Optimism as the moderator of the relationship between fragility of happiness beliefs and experienced happiness. *Personality and Individual Differences*. 2017;106: 61–63.
18. Lyubomirsky S, Ross L. Hedonic Consequences of Social Comparison: A Contrast of Happy and Unhappy People. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1997;73(6): 1141–1157.

19. Lyubomirsky S. *The how of happiness*. New York: The Penguin Press; 2008. 384 p.
20. Lyubomirsky S, Sheldon K, Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*. 2005;9: 111–131.
21. McGillivray M, Clarke M. Human well-being: Concepts and measures. In: *Understanding human well-being*. New York: United Nations University Press; 2006. p. 3–15.
22. Provence S, Lipton RE. *Infants in Institutions: A Comparison of Their Development with Family-Reared Infants During the First Year of Life*. New York: International Universities Press; 1963. 191 p.
23. Seligman M. *Authentic happiness*. New York: Free Press; 2002. 336 p.
24. Veenhoven R. Hedonism and happiness. *Journal of Happiness Studies*. 2003;4: 437–457.

Submitted 25.10.2019

Accepted 28.11.2019