

МАССОВЫЕ ОПРОСЫ, ЭКСПЕРИМЕНТЫ, МОНОГРАФИЧЕСКОЙ ИССЛЕДОВАНИЯ



DOI: 10.19181/socjour.2025.31.2.2
EDN: MPMQGO

А.М. АЛМАКАЕВА^{1, 2}, Е.А. НАСТИНА¹, А.В. ДОГУЗОВ¹

¹ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ).

101000, Москва, ул. Мясницкая, д. 20.

² Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ).
119034, Москва, ул. Пречистенка, д. 38.

ДИНАМИКА СЧАСТЬЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ В УСЛОВИЯХ ЭКЗОГЕННЫХ ШОКОВ¹

Аннотация. Целью работы является анализ влияния двух экзогенных шоков — пандемии COVID-19 и СВО на Украине — на счастье и удовлетворенность жизнью населения РФ. Эмпирической базой выступают три волны общероссийского панельного исследования, собранные с помощью телефонного опроса (САТИ). Анализ динамики средних не выявил существенного влияния этих событий ни на один из рассматриваемых показателей субъективного благополучия для россиян в целом по стране. В то же время показано, что наряду с отсутствием общих трендов наблюдается значимая вариация по группам с различным набором ресурсов. В целом под влиянием двух шоковых событий наиболее выраженное снижение счастья и удовлетворенности произошло в группе опрошенных с плохим материальным положением и экстернальным локусом контроля. Обладатели интернального локуса контроля, напротив, смогли повысить удовлетворенность жизнью после начала пандемии и СВО, однако для счастья этот эффект проявился только в отношении периода COVID-19. Социальный капитал в виде сетей поддержки оказал буферный эффект в случае начала военного конфликта, но не для пандемии коронавируса. Полученные выводы позволяют подтвердить ранее установленный факт о более тесной связи между материальными аспектами, локусом контроля и удовлетворенностью жизнью по сравнению с оценками счастья.

Ключевые слова: субъективное благополучие; счастье; удовлетворенность жизнью; экзогенные шоки; кризис; буферные ресурсы.

¹ Статья подготовлена в рамках Программы фундаментальных исследований Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ).

Авторы выражают благодарность анонимным рецензентам за замечания и комментарии, позволившие усовершенствовать текст статьи.

Для цитирования: Алмакаева А.М., Настина Е.А., Догузов А.В. Динамика счастья и удовлетворенности жизнью в условиях экзогенных шоков // Социологический журнал. 2025. Том 31. № 2. С. 29–50. DOI: [10.19181/socjour.2025.31.2.2](https://doi.org/10.19181/socjour.2025.31.2.2) EDN: MPMQGO

Введение

Конец XX — начало XXI в. с полным правом можно назвать временем турбулентности и серьезных социальных трансформаций. Для россиян этот период стал особенно драматичным. Череда различных кризисных событий, начавшихся после распада Советского Союза, формирует контекст жизни граждан РФ на протяжении последних 30 лет. В 2020 г. мир столкнулся с угрозой нового типа — пандемией COVID-19. Самоизоляция как средство борьбы с распространением вируса стала серьезным испытанием, повлиявшим не только на экономическую ситуацию, но и на привычный образ жизни миллионов людей. Россияне не стали здесь исключением. Специальная военная операция (СВО), начавшаяся 24 февраля 2022 г., ознаменовала новый этап пересборки существующего социального порядка. Эти факторы повлекли за собой множество последствий и сказались на поведенческих практиках, мироощущении и настроениях россиян [3; 4; 10; 12; 14]. Становятся актуальными вопросы: как люди пережили эти изменения? Смогли ли они приспособиться к ним? Кто пострадал от кризисов больше всех, а кто, наоборот, оказался в выигрыше?

Анализировать эффекты кризисов можно, применяя различные подходы. Во-первых, обращаясь к динамике объективных статистических показателей. Во-вторых — к описанию различных поведенческих практик, возникающих у населения в ответ на новые условия. Наконец, в-третьих, используя субъективные оценки, отражающие происходящие в жизни индивидов трансформации. Спектр таких субъективных оценок может довольно сильно варьироваться. Так, например, в контексте последних двух кризисов в поле зрения исследователей попадали такие тренды, как тревожность, депрессия и психологическое благополучие (psychological well-being) [4; 9]; оптимизм и его различные корреляты [2; 7]; материальное положение [2; 4]. В данной статье мы обратимся к отдельным компонентам субъективного благополучия (subjective well-being).

Субъективное благополучие, отражающее самооценки людьми своего положения [23], можно рассматривать как интегральную характеристику происходящих изменений, их характера и глубины воздействия на жизнь индивида в целом и ее различные аспекты. Отечественные исследователи регулярно отслеживают динамику субъективного благополучия. В большинстве таких опросов состав респондентов, репрезентирующих население РФ, меняется от замера к замеру. Однако для корректного оценивания реальных последствий кризисных событий необходим панельный дизайн, где в каждой временной точке опрашиваются одни и те же участники. В таком случае риск воздействия неучтенных параметров из-за разного набора респондентов сводится к минимуму. Благодаря этому панельные исследования, наряду с экспериментами, — это «золотой стандарт» установления причинно-следственных связей.

Наиболее масштабным панельным исследованием в России сегодня является «Российский мониторинг экономического положения и здоровья населения» (РМЭЗ), стартовавший в 1994 г.² Этот проект содержит некоторые показатели субъективного благополучия, но их набор довольно ограничен. Так, для интересующего нас периода с 2019 по 2022 г. доступны лишь оценки удовлетворенности работой и ее отдельными сферами, а также оценки удовлетворенности жизнью в целом. Поэтому для целей настоящей статьи использованы данные трех волн общероссийского телефонного опроса, собранные в 2019–2020, 2021 и 2022 гг. (характеристики базы данных см. в соответствующем подразделе статьи). Они содержат традиционные показатели счастья и общей удовлетворенности жизнью. Нас интересуют два основных вопроса: а) какие показатели субъективного благополучия продемонстрировали значимое снижение; б) какие ресурсы или буферы смогли смягчить воздействие кризисов.

Определение, структура и измерение субъективного благополучия

Субъективное благополучие — чрезвычайно популярная тема в социальных науках. Ей посвящено огромное количество статей и книг. Так, на сайте «Всемирной базы данных о счастье»³, основателем которой является один из самых известных ученых этого направления Р. Винховен, содержится около 15 000 публикаций⁴. Это неудивительно, поскольку субъективное благополучие считается одним из показателей качества жизни и нередко входит в различные международные рейтинги.

В самом общем виде субъективное благополучие отражает то, как сами индивиды оценивают свою жизнь в определенный период [24], уровень ее гармоничности и успешности. В данный момент существует множество подходов к измерению и структуре субъективного благополучия. Относительно устоявшейся практикой является выделение двух отдельных компонентов — эмоционального (аффективного) и рационального (когнитивного). Первый включает ощущения счастья, а также негативный и позитивный аффекты, под которыми понимаются различные эмоциональные переживания и реакции человека. Второй — общую удовлетворенность жизнью и частные удовлетворенности в различных сферах жизни [23].

Наиболее распространенные показатели субъективного благополучия в социологических исследованиях — ощущение счастья и общая удовлетворенность жизнью. Такой подход применяется в крупных межстранных проектах,

² Проводится Национальным исследовательским университетом «Высшая школа экономики» и ООО «Демоскоп» при участии Центра народонаселения Университета Северной Каролины в Чапел Хилле и Института социологии Федерального научно-исследовательского социологического центра РАН. Сайты обследования RLMS–HSE: URL: <http://www.hse.ru/rlms> и URL: <https://rlms-hse.cpc.unc.edu>

³ Официальный сайт «Всемирной базы данных о счастье» — URL: <https://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/>

⁴ What is this Bibliography of Happiness? // World Database of Happiness. — URL: <https://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/collections/bibliography/what-is-this-bibliography-of-happiness/> (дата обращения 12.09.2024).

таких как Европейское социальное исследование, Всемирное исследование ценностей, Европейское исследование ценностей и т. д. Российские исследовательские компании ФОМ и ВЦИОМ также включают эти показатели в свои мониторинги. Несколько реже в опросные инструменты попадают частные удовлетворенности и еще реже — оценки позитивного и негативного аффектов. Последнее неудивительно, поскольку такие методики довольно громоздки и увеличивают когнитивную нагрузку на респондента. Например, методика PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)⁵ [32] содержит 20 прилагательных, описывающих эмоции, возникавшие у опрашиваемого за последнюю неделю. Список возможных сфер жизни для оценки частных удовлетворенностей также может быть довольно обширным. Так, методика PWI (Personal Wellbeing Index) помимо общей удовлетворенности жизнью предполагает оценку еще восьми дополнительных сфер [33]. А Р. Камминс [21], делая обзор различных исследований, насчитал более 300 жизненных аспектов.

Счастье и удовлетворенность жизнью как обобщенные показатели субъективного благополучия, хотя и не отличаются большой детальностью, вполне позволяют отследить общие тренды, не усложняя и не удлиняя при этом опросный инструмент. Как показали Э. Динер и его коллеги в подробной обзорной статье [22], шкала удовлетворенности жизнью обладает достаточно высокой валидностью. Во-первых, она довольно устойчива при неизменных условиях. Кроме того, этот показатель коррелирует с целым рядом теоретически связанных конструктов: 1) с другими мерами субъективного благополучия, не основанными на самооценке; 2) с психологическими характеристиками, отражающими хорошее настроение; 3) с позитивными изменениями в жизни индивида; 4) с уровнем гражданских и политических свобод в государстве, уровнем коррупции, ВВП на душу населения и средним доходом домохозяйства.

Счастье, отражающее аффективный компонент субъективного благополучия, довольно тесно связано с общей удовлетворенностью. Так, по данным разных исследований корреляция между этими показателями варьируется в пределах от 0.4 до 0.7 [15; 16; 18; 19; 26; 30]. Данные всех волн Всемирного исследования ценностей⁶ и Европейского социального исследования⁷ показывают сходные результаты для подавляющего числа стран⁸. Учитывая комплексную эмоционально-рациональную природу субъективного благополучия, для повышения валидности измерения *счастье* и *удовлетворенность жизнью* нередко комбинируют в один обобщающий индекс [6; 25].

В то же время эмпирически установлено, что эти два феномена могут демонстрировать разные паттерны. Г. Татарова и А. Кученкова обобщают их в несколько групп [16]. Это, во-первых, связь счастья и удовлетворенности жизнью с другими параметрами. Например, на основе данных из девяти стран, принявших участие

⁵ В русской адаптации она получила название ШПАНА (Шкалы позитивного аффекта и негативного аффекта) [8].

⁶ Официальный сайт Всемирного исследования ценностей — URL: <https://www.worldvaluessurvey.org/>

⁷ Официальный сайт Европейского социального исследования — URL: <https://www.europeansocialsurvey.org/>

⁸ Расчеты авторов.

в Европейском исследовании ценностей в 1999 г., П. Гунделах и С. Крайнер обнаружили значимое расхождение [26]. Так, счастье в большей степени было связано с наличием партнера и стабильных отношений, а удовлетворенность жизнью — с locus контроля. В работе У. Сэриса и А. Андреевской [31], которые использовали российскую панельную выборку, счастье было больше связано с позитивной оценкой брака, а удовлетворенность жизнью — с хорошим финансовым положением.

Второе отличие относится к уровням счастья и удовлетворенности жизнью в разных группах, а точнее, разрыву между этими показателями. Здесь наблюдается довольно противоречивая картина. Так, по данным Европейского социального исследования и опросам ФОМа, уровень счастья в России выше, чем уровень общей удовлетворенности⁹ [13; 17]. Г. Татарова и А. Кученкова [16] на данных РМЭЗ показывают, что этот паттерн не является универсальным, но зависит от этапа жизненного цикла. Если для людей в возрасте от 15 до 29 лет, находящихся в бездетном браке, эти показатели совпадают, то для людей в возрасте 50–72 лет без супруга и с совершеннолетними детьми разрыв составляет почти 20%: 47% удовлетворенных и 28% счастливых.

Третье отличие касается трендов счастья и удовлетворенности жизнью. Так, В. Сибирев и Н. Головин [13] обнаружили, что эти показатели действительно демонстрируют несколько разную динамику. Сходную картину показывают данные упомянутых выше Всемирного исследования ценностей и опроса ФОМа (см. также: [5; 6; 17; 25]).

Таким образом, счастье и удовлетворенность жизнью нельзя считать абсолютно идентичными феноменами. Поэтому в рамках данного исследования мы не будем комбинировать их в один индекс, а рассмотрим отдельно друг от друга.

Кризисы и их влияние на показатели субъективного благополучия

Социально-экономические кризисы или экзогенные (внешние) шоки сопровождают жизнь обществ на протяжении всей истории. С точки зрения возможных причин, масштаба, длительности и тяжести последствий они довольно многообразны, поэтому устоявшегося определения экзогенного шока нет. В самом общем виде его можно описать как резкое изменение, существенно влияющее на жизнь большого количества индивидов, которое они не в состоянии контролировать. Такой подход позволяет дифференцировать общественные макрокризисы (массовое падение рынков, пандемия, военные действия, природные катастрофы, распад государств и т. д.) и микрокризисы или кризисы личные (болезнь, смерть близких, увольнение, потеря денег, развод и т. д.). При этом вторые довольно часто являются отражением или следствием первых, а вот обратная зависимость скорее редкое исключение, чем общее правило.

Накоплен достаточно большой опыт изучения влияния экзогенных шоков на субъективное благополучие и его отдельные компоненты. Россия в данном случае является уникальным кейсом, поскольку последние три десятилетия она

⁹ Удовлетворенность жизнью и счастье // ФОМ. — URL: <https://fom.ru/Nastroeniya/14331> (дата обращения 12.09.2024).

проходит через целую серию достаточно серьезных испытаний: распад СССР, дефолт 1998 г., мировой финансовый кризис 2008–2009 гг., девальвация рубля и введение первых санкций в 2014 г., пандемия COVID-19, СВО на Украине. Все эти события по-разному влияли на счастье и удовлетворенность жизнью. Так, по данным Всемирного исследования ценностей, распад СССР и трансформация политического, экономического и социального строя привели к резкому падению удовлетворенности жизнью, однако снижение уровня счастья было далеко не таким значительным [6; 25]. Дефолт 1998 г. принес дальнейшее снижение доли счастливых, а вот доля удовлетворенных жизнью даже несколько выросла. После кризиса 2008–2009 гг. опять обнаруживается спад счастья, но не удовлетворенности [6; 25]. Если говорить о недавних событиях, то, по данным ВЦИОМа, ни пандемия COVID-19, ни начало СВО резких изменений в уровне счастья не принесли. Так, в ноябре 2019 г. доля счастливых россиян составляла 81%, такой же она оставалась в апреле и ноябре 2020 г., к ноябрю 2021 г. — подросла на 3 п. п., после этого некоторое время незначительно снижалась и в октябре 2022 г. достигла 81%.¹⁰ По данным ФОМа, никаких спадов в удовлетворенности жизнью не было, а был даже зафиксирован некоторый рост: в ноябре 2019 г. средний уровень удовлетворенности составлял 5,9 по шкале от 0 до 10, а в августе 2023 г. — уже 6,6¹¹.

Различные исследования используют несколько отличающиеся шкалы с точки зрения и дробности (числа ответов), и вопросной формы. Как следствие, они могут показывать немного разные тенденции, однако в целом можно утверждать: тренды счастья и удовлетворенности похожи, но не идентичны друг другу [6; 13; 17; 25].

Складывается впечатление, что события 2020–2022 гг. мало повлияли на счастье и удовлетворенность населения России, однако полученные результаты требуют дальнейшей валидации. Во-первых, для выявления реального эффекта кризиса необходимо использовать панельный дизайн, где участниками являются одни и те же люди. Во-вторых, даже если общие тренды не выражены, они могут значительно различаться в зависимости от социально-демографических характеристик, поскольку группы обладают разными возможностями и, соответственно, различным запасом прочности. Иными словами, эти характеристики могут служить буферами в период экзогенных шоков.

Буферные ресурсы субъективного благополучия в кризисные периоды

В самом общем виде буфер, или буферный механизм, можно определить как набор ресурсов, позволяющих либо снизить, либо полностью нивелировать негативные воздействия личных или общественных кризисных событий [28]. Все буферы можно классифицировать по двум основаниям: 1) осязаемость [20]; 2) источник ресурсов.

¹⁰ Счастье в России: мониторинг. 2023 // ВЦИОМ. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/schaste-v-rossii-monitoring-5> (дата обращения 12.09.2024).

¹¹ Счастье и благополучие. 2023 // ФОМ. — URL: <https://fom.ru/Nastroeniya/14913> (дата обращения 12.09.2024).

1. Материальные/нематериальные. Первые характеризуют экономические возможности индивида (материальное положение, имущественная обеспеченность, наличие сбережений и т. д.), а вторые — его психологические и социальные характеристики (т. н. «большая пятерка» личностных черт, локус контроля, степень религиозности [28], сети социальной поддержки [28], чувство национальной гордости [6] и т. д.).

2. Внутренние/внешние. Внутренние ресурсы принадлежат самому человеку, внешние — его окружению, которое можно трактовать в узком и в широком смыслах. В узком — это возможности различных социальных групп, в которые включен индивид. В широком — экономическая, социальная и институциональная среда страны проживания. Например, уровень государственных затрат на социальную политику или тип системы социального обеспечения [29].

Поскольку мы ограничены выборкой лишь в одной стране, в рамках данного исследования нас будут интересовать внутренние личные ресурсы индивидов. В первую очередь это: материальное положение, религиозность, локус контроля и сети поддержки. Выбор таких буферов обоснован, с одной стороны, наличием измерительных инструментов и имеющихся данных, а с другой — результатами предыдущих исследований. В целом все они должны снижать негативное действие кризиса, но механизмы у них различаются.

Материальное положение обеспечивает физическое выживание и «подушку безопасности», которую можно расходовать, пока индивид находится в затруднительном экономическом положении [28]. Социальные сети друзей, родственников и знакомых нивелируют негативное влияние внешних шоков либо за счет психологической поддержки со стороны участников сети, либо за счет той же экономической помощи в виде денег, продуктов или услуг [29]. Религиозность ориентирует человека на принятие жизненных невзгод [28; 29]. Локус контроля — как склонность приписывать ответственность за происходящее либо собственным, либо внешним силам — действует сходным образом. Если внешний локус порождает чувство беспомощности и бессмысленности каких-либо усилий в кризисной ситуации, то внутренний локус, напротив, способствует активной жизненной позиции и уверенности в собственных силах. Действительно, исследования показывают, что интернальный локус не только положительно связан с субъективным благополучием [1], но и способствует выбору таких видов социальной активности и взаимодействия, которые, в свою очередь, позволяют поддерживать более высокий уровень удовлетворенности жизнью и психического здоровья [27]. К сожалению, в литературе уделено мало внимания буферному эффекту локуса контроля.

Данные

Материалом для анализа выступили данные трех волн общероссийского телефонного опроса, собранные в 2019–2020, 2021 и 2022 гг. Институтом сравнительных социальных исследований (ЦЕССИ, руководитель проекта А.В. Андреевкова). Во всех волнах методом сбора информации был телефонный опрос (CATI) со случайной генерацией номеров с фиксированными префиксами (Random Digit Dialing — RDD). Список префиксов формировался на основе Реестра российской

системы и плана нумерации¹², использовались префиксы ABC-3(4,8)xx и DEF-9xx и генерация пропорционально наполненности каждого префикса. Привязка респондента к региону проверялась дополнительно в начале интервью. Основой для построения панели послужила база респондентов, принявших участие в большом опросе в 60 регионах РФ (охват 90%), отобранных таким образом, чтобы учесть все экономическое, геоклиматическое и культурное разнообразие России. Выборка состояла из 18768 респондентов, репрезентировавших население каждого из 60 регионов. Увеличение размера выборки и включение дополнительных муниципальных образований не представлялось возможным по финансовым причинам. Кроме того, маловероятно, что оставшиеся 10% населения РФ смогли бы кардинально изменить картину. Первая часть регионального исследования собиралась в основном в июне–октябре 2019 г., вторая — в мае–июне 2020 г.

Вторая волна была проведена в I квартале 2021 г., а третья — в IV квартале 2022 г. Для этих волн были построены выборки из общей базы участников первой волны исследования с использованием случайной вероятностной стратифицированной выборки. Объем выборочной совокупности во второй волне составил 1517 респондентов, в третьей волне — 1312, из них 565 приняли участие во всех трех волнах. Описание выборки по социально-демографическим показателям и ключевым переменным приводится в таблице Приложения.

Переменные

Ключевыми зависимыми переменными в анализе выступают два показателя субъективного благополучия: *удовлетворенность жизнью* и *счастье*. Для оценки когнитивного показателя респонденту предлагалось оценить, в какой степени он удовлетворен «своей жизнью в целом», по шкале от 1 до 5, где 1 означает, что респондент «совершенно не удовлетворен», а 5 — «полностью удовлетворен». Для оценки аффективного показателя использовался вопрос: «Говоря в целом, можете ли Вы сказать, что Вы...» с вариантами ответа от 1 «очень счастливы» до 4 «совсем не счастливы». Шкала была перевернута так, чтобы более высокое значение соответствовало более высокому уровню счастья. Как уже было сказано, удовлетворенность и счастье все же представляют разные аспекты субъективного благополучия, поэтому в рамках анализа они будут рассматриваться по отдельности, а не в форме композитного индекса. Это позволит более детально оценить, какой показатель более подвержен влиянию кризисов и какие буферные механизмы позволяют более успешно такое влияние нивелировать.

Различия в динамике удовлетворенности жизнью и счастья рассмотрены для следующих потенциальных буферов: наличие высшего образования (0 — нет, 1 — да), занятость (0 — неработающий, 1 — работающий), субъективная оценка дохода (от 1 «жить на такой доход очень трудно» до 4 «живете на этот доход, не испытывая материальных затруднений»), религиозность (0 — нерелигиозный человек или атеист, 1 — религиозный человек), локус контроля, то есть влияние на ход своей жизни (от 1 «совсем не влияю» до 10 «сильно влияю»), семейное положение («брак/сожитительство», «холост/не замужем», «разведены», «вдовец/вдова») и сети

¹² Официальный сайт Реестра — URL: <https://opendata.digital.gov.ru/registry/numeric/downloads>

поддержки, то есть количество людей, исключая близких членов семьи, к которым человек может обратиться за помощью в трудной ситуации (от 1 «ни одного» до 4 «7 и более»). При этом в моделях также использован ряд контрольных переменных: пол, возраст, размер населенного пункта («Москва и Санкт-Петербург», «столица области», «другие города области», «сельские поселения»).

Динамика различных элементов благополучия жителей России в 2019–2022 гг.

Рассмотрим общую динамику показателей субъективного благополучия в условиях двух экзогенных шоков. Для более точного сравнения база данных ограничена теми, кто принял участие во всех трех волнах опроса, это 565 респондентов. После получения сбалансированной панели данных для корректировки социально-демографических смещений была использована процедура взвешивания для групп индивидов по полу, возрасту и типу населенного пункта.

Счастье и удовлетворенность жизнью оказались довольно стабильными даже под воздействием экзогенных шоков (рис. 1). Так, если оперировать взвешенными средними значениями (левый график), то изменения в удовлетворенности жизнью между первой и второй волнами составляют лишь 0.06 по 5-балльной шкале и не являются значимыми согласно парному t-критерию Стьюдента ($t = 1.88$, $p = 0.06$), а при сравнении периодов до и после начала СВО вообще не превышают 0.01 ($t = -0.28$, $p = 0.78$). Изменения в уровне счастья также очень малы и статистически незначимы ($\Delta_{1-2} = 0.03$, $t_{1-2} = -0.70$, $p_{1-2} = 0.48$; $\Delta_{2-3} = 2$, $t_{2-3} = 0.78$, $p_{2-3} = 0.44$). Схожая динамика, или, точнее, ее отсутствие, наблюдается и в случае анализа взвешенной доли «скорее» или «очень» счастливых и «скорее» или «полностью» удовлетворенных жизнью (правый график): максимальные изменения не превышают 3% и не являются значимыми согласно критерию хи-квадрат (значения p-value варьируются от 0.23 до 0.62).

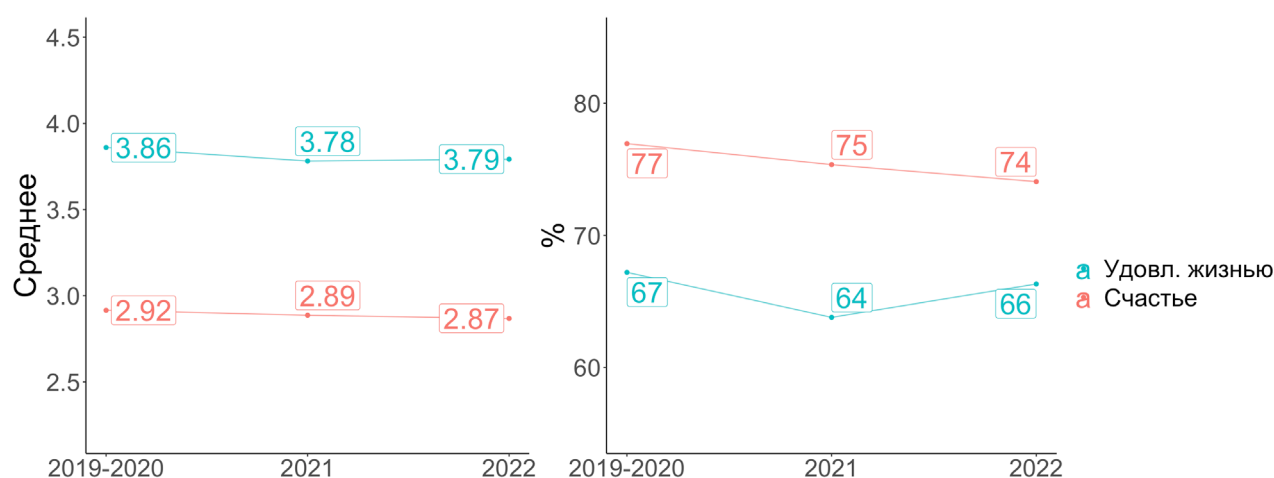


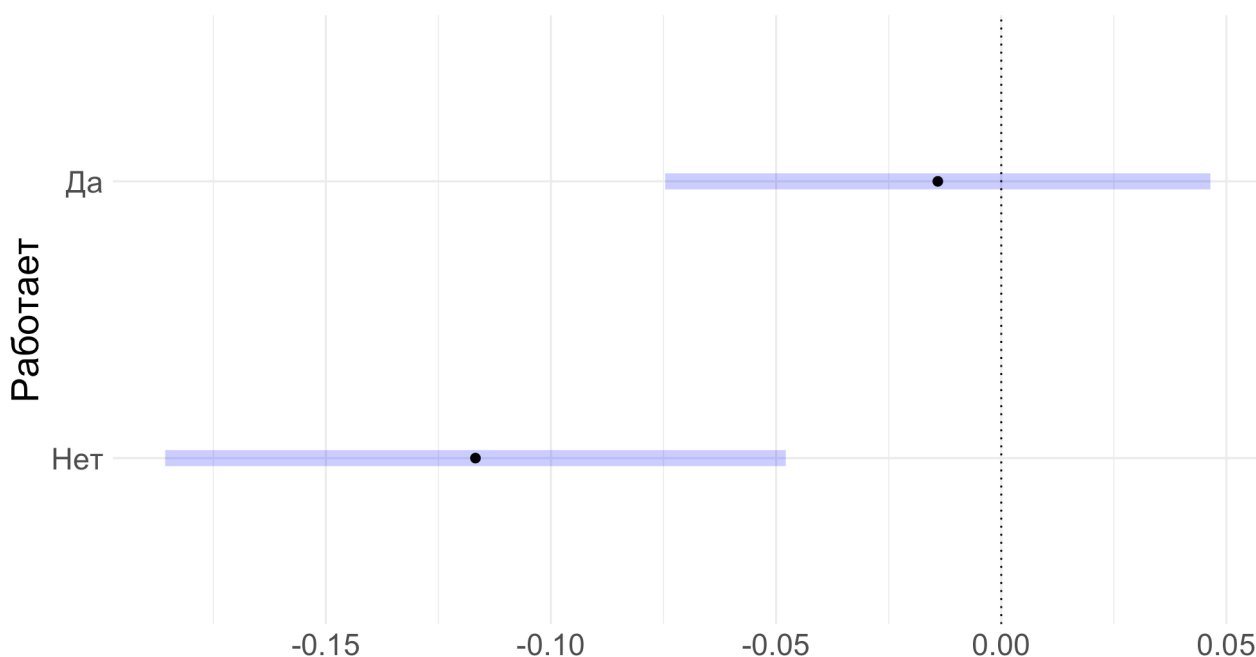
Рис. 1. Динамика показателей субъективного благополучия

Примечание: Слева представлены средние значения по годам, справа — доли «скорее» или «очень» счастливых и «скорее» или «полностью» удовлетворенных жизнью.

Влияние буферных механизмов на динамику субъективного благополучия

Отсутствие среднего тренда не означает, что исследуемые показатели субъективного благополучия не претерпели никаких изменений в эти турбулентные времена. Возможно, что общая низкая волатильность складывается из разнонаправленной динамики, характерной для групп, обладающих разными буферными ресурсами. Для проверки этого предположения были рассчитаны индивидуальные изменения в удовлетворенности жизнью и в уровне счастья для каждого периода ($\Delta = t_1 - t_2$). Так, основными переменными при анализе факторов динамики в период пандемии являются разницы между значениями 2019 г. — начала 2020 г. и 2021 г. ($n = 1517$), а в период с начала СВО — между значениями 2021 и 2022 гг. ($n = 565$). Далее эти изменения использовались в качестве зависимых переменных в ковариационном анализе (ANCOVA), позволяющем выявить различия в средней динамике между группами с разными уровнями предиктора. Модели включали последовательно каждый из буферов¹³, а также контрольные переменные и исходный уровень исследуемого показателя субъективного благополучия в качестве ковариатов. В случае если тест указывал на наличие существенных межгрупповых различий, оценивались размер и значимость изменения показателя для каждой из анализируемых групп. При анализе изменений удовлетворенности жизнью и уровня счастья в период СВО использовалось взвешивание.

Пандемия (Δ 2019/2020 — 2021). Для начала рассмотрим изменения в период пандемии. Значимые различия в динамике когнитивного аспекта субъективного благополучия наблюдались для россиян с разным статусом на рынке труда ($F(1, 1484) = 4.22, p = 0.040$): удовлетворенность жизнью тех, у кого на момент начала пандемии была работа, осталась примерно на том же уровне, в то время как неработающие люди, включая тех, кто находился в долгосрочном отпуске или на пенсии, более тяжело перенесли кризис ($\Delta = -0.12, p = 0.003$, см. рис. 2).



**Рис. 2. Средние изменения в удовлетворенности жизнью во время пандемии
в зависимости от трудового статуса**

¹³ Наличие или уровень буферных ресурсов фиксировались на начало периода: 2019–2020 гг. для пандемии и 2021 г. для СВО (при наличии данных).

Другим важным фактором дифференциации в контексте динамики удовлетворенности жизнью стал воспринимаемый доход ($F(3, 1456) = 8.93, p < 0.001$): наиболее пострадавшими оказались те, кто отметил, что на такой доход «жить очень трудно» ($\Delta = -0.24, p < 0.001$) и «довольно трудно» ($\Delta = -0.07, p = 0.039$), в то время как у тех, чья самооценка материального положения выше, удовлетворенность жизнью значимо не изменилась (см. рис. 3).

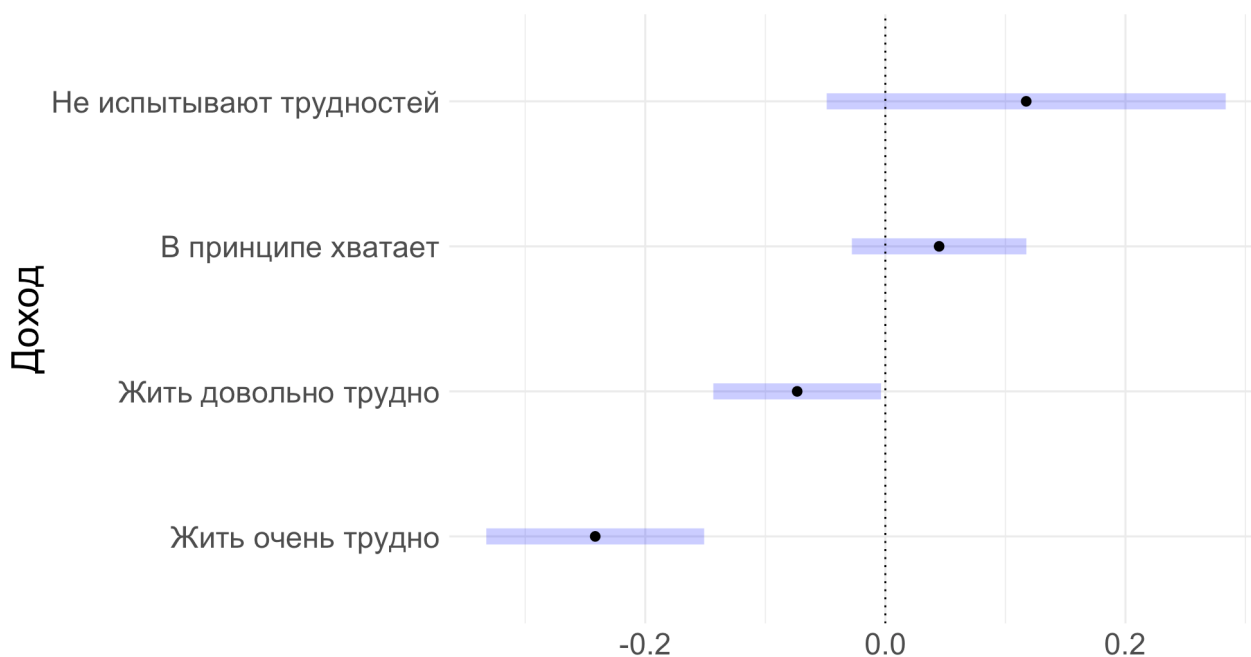


Рис. 3. Средние изменения в удовлетворенности жизнью во время пандемии в зависимости от дохода

Наконец, самые значительные различия в трендах проявляются в зависимости от преобладающего типа локуса контроля ($F(2, 1467) = 46.92, p < 0.001$). Как видно на рисунке 4, те, для кого характерен внешний или смешанный тип, испытали снижение удовлетворенности жизнью ($\Delta_{\text{внеш.}} = -0.37, p < 0.001$ и $\Delta_{\text{смеш.}} = -0.14, p < 0.001$), а те, у кого локус внутренний, напротив, стали даже более удовлетворены ею ($\Delta_{\text{внут.}} = 0.19, p < 0.001$)¹⁴.

В то же время, согласно результатам ковариационного анализа, различий в динамике удовлетворенности жизнью не наблюдалось для религиозных / нерелигиозных ($F(1, 1390) = 0.92, p = 0.337$), состоящих в отношениях / одиноких, разведенных и вдовых ($F(2, 1477) = 2.37, p = 0.068$), людей с высшим образованием и без него ($F(1, 1484) = 0.20, p = 0.653$) и обладателей сетей поддержки разного размера ($F(3, 1423) = 0.63, p = 0.592$).

¹⁴ Тип локуса контроля определялся на основе исходной числовой шкалы с учетом скошенного распределения: внешний тип приписывался при значениях 1:4, смешанный — 5:7, внутренний — 8:10.

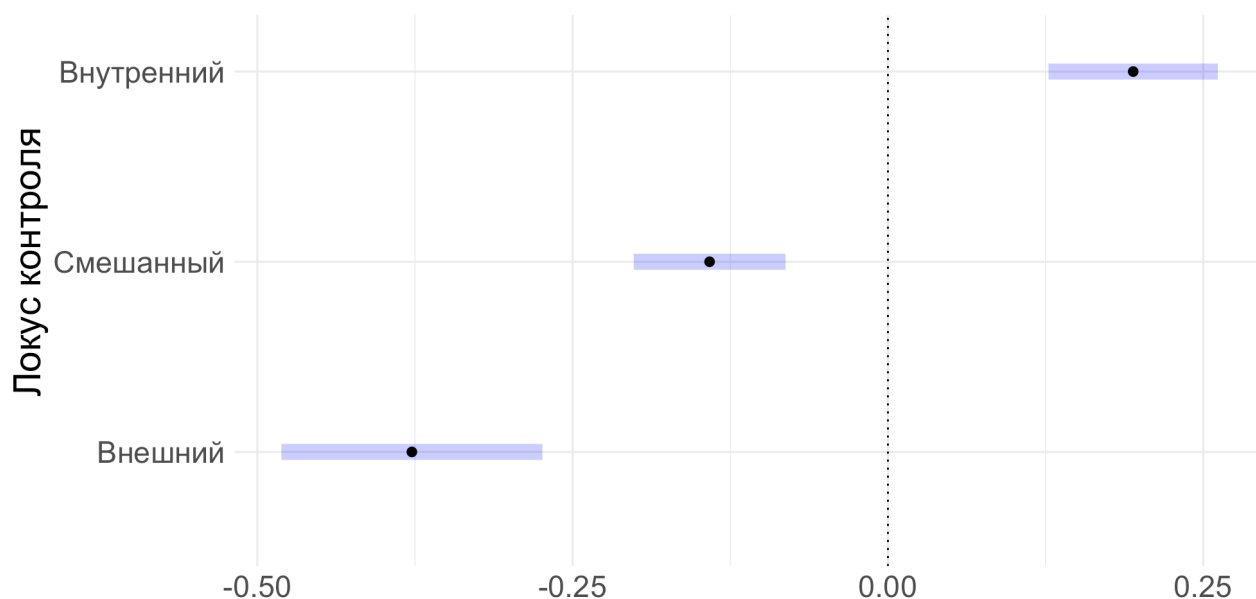


Рис. 4. Средние изменения в удовлетворенности жизнью во время пандемии в зависимости от типа локуса контроля

Что касается изменений в уровне счастья в сравнении с допандемийным периодом, то здесь влияние также оказал локус контроля ($F(2, 1430) = 26.07, p < 0.001$), при этом паттерн остался примерно таким же, как и в случае с удовлетворенностью жизнью: респонденты с внешним локусом стали значимо менее счастливы ($\Delta = -0.22, p < 0.001$), для внутреннего локуса характерно повышение уровня счастья ($\Delta = 0.10, p < 0.001$), а те, у кого локус смешанный, не продемонстрировали серьезных изменений по этому показателю ($\Delta = 0.03, p = 0.128$). Кроме того, дифференцирующим параметром стала религиозность ($F(2, 1369) = 4.33, p = 0.038$): те, кто идентифицировал себя как нерелигиозный и атеист, в среднем отмечали несколько более низкий уровень счастья ($\Delta = -0.05, p = 0.038$), в отличие от религиозных респондентов, чьи показатели остались примерно на том же уровне (см. рис. 5).

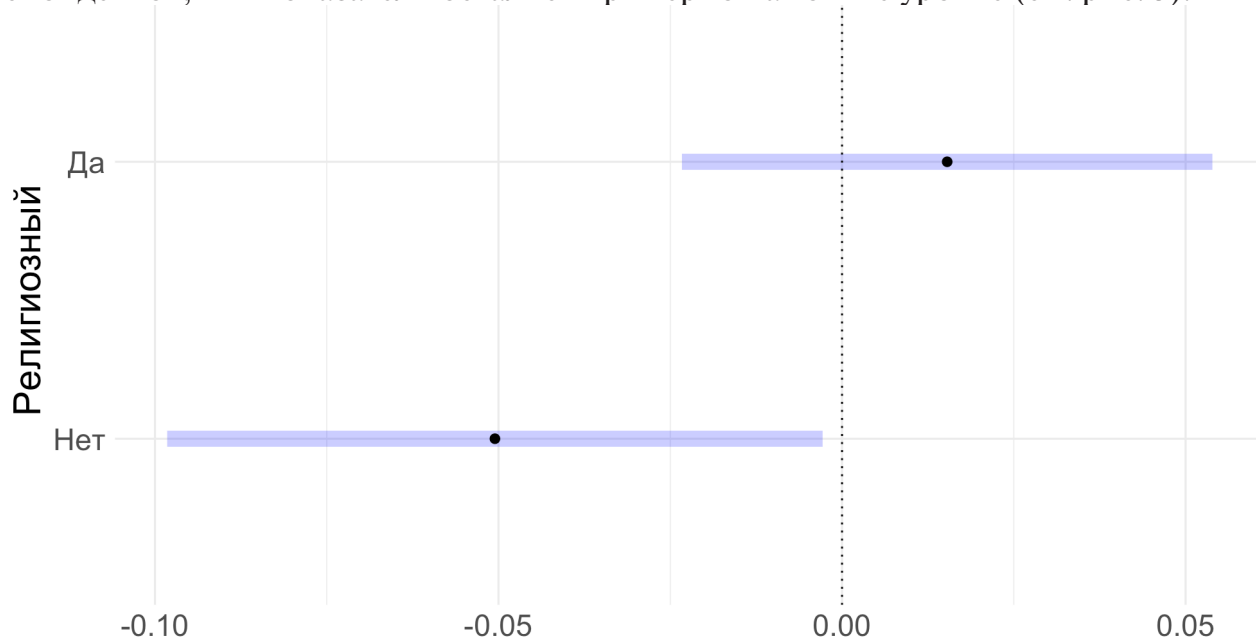


Рис. 5. Средние изменения в уровне счастья во время пандемии в зависимости от религиозности

В то же время уровень образования ($F(1, 1452) = 0.49$, $p = 0.483$), семейное положение ($F(3, 1445) = 1.62$, $p = 0.184$), сети поддержки ($F(3, 1412) = 2.33$, $p = 0.072$), статус на рынке труда ($F(1, 1452) = 0.81$, $p = 0.362$) и финансовое благополучие ($F(3, 1424) = 2.89$, $p = 0.034$)¹⁵ не оказали значимого влияния на динамику счастья в этот период.

СВО (Δ 2021–2022). Теперь обратимся к данным до и после начала специальной военной операции и связанной с этим экономической и социальной турбулентности. Ключевым дифференцирующим воздействием на удовлетворенность жизнью обладает материальное положение ($F(3, 544) = 5.70$, $p < 0.001$). Однако, в отличие от предыдущего периода, наиболее пострадавшей оказалась доходная группа, отмечающая заметные, но не критические материальные трудности ($\Delta_2 = -0.14$, $p = 0.014$) (рис. 6). Любопытно, что для групп, положительно оценивающих свой доход, удовлетворенность жизнью за этот период даже повысилась ($\Delta_3 = 0.16$, $p = 0.006$; $\Delta_4 = 0.29$, $p = 0.039$).

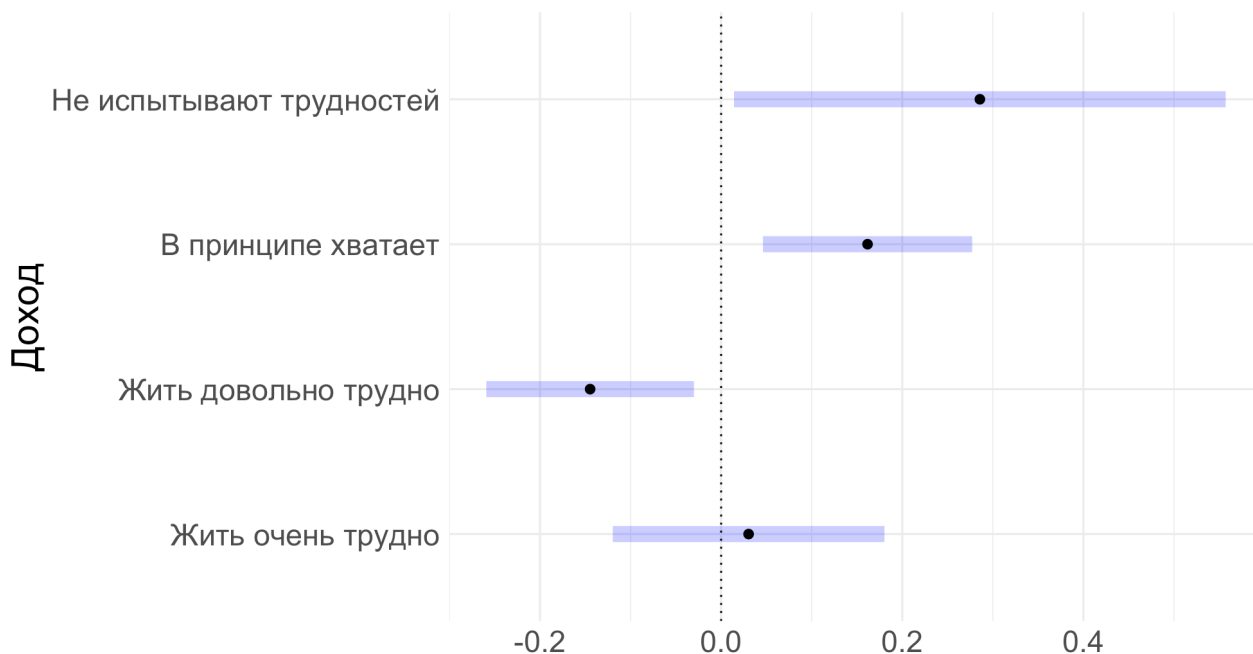


Рис. 6. Средние изменения в удовлетворенности жизнью во время СВО в зависимости от дохода

Значимым внутренним буфером снова выступил локус контроля ($F(2, 545) = 3.54$, $p = 0.030$): те, кто считает, что их жизнь в первую очередь зависит от них самих, а не от внешних обстоятельств, показали позитивную динамику в удовлетворенности жизнью, несмотря на кризис ($\Delta = 0.16$, $p = 0.008$), в то время как изменения для других групп оказались отрицательными и незначимыми. Схожая ситуация характерна и для сетей поддержки ($F(3, 536) = 3.10$, $p = 0.027$): обладатели широкого круга близких, готовых помочь в трудную минуту, оказались к концу 2022 г. в среднем более удовлетворены жизнью, чем в предыдущий период (см. рис. 7).

¹⁵ Несмотря на значимые результаты ковариационного анализа, изменение в уровне счастья за этот период ни для одной из доходных групп не отличалось от 0 на 95%-ном уровне достоверности (p -value от 0.059 до 0.62).

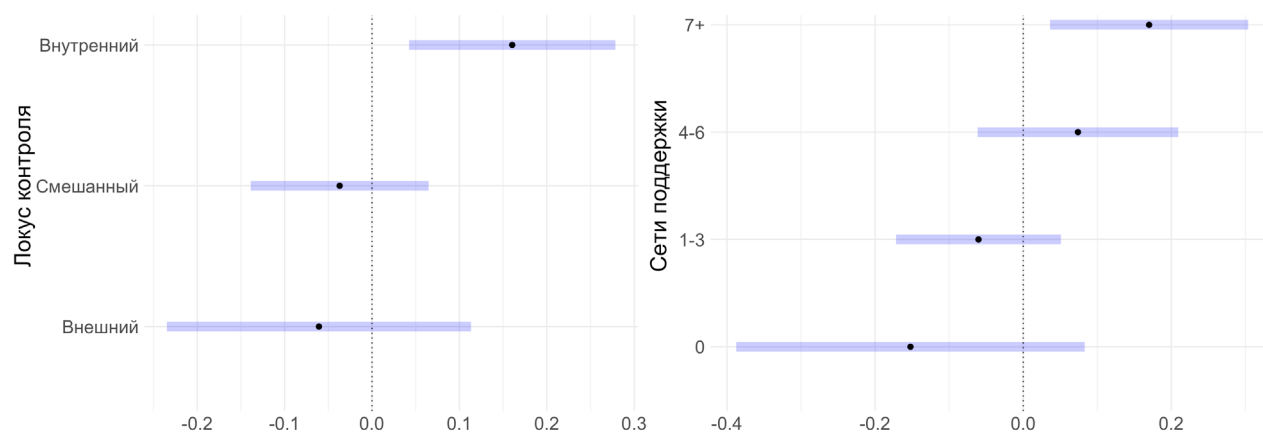


Рис. 7. Средние изменения в удовлетворенности жизнью во время СВО в зависимости от типа локуса контроля и сетей поддержки

Что касается других факторов, таких как трудовой статус ($F(1, 553) = 0.42$, $p = 0.517$), семейное положение ($F(3, 550) = 0.42$, $p = 0.741$), образование ($F(1, 553) = 0.01$, $p = 0.918$) и религиозность ($F(1, 515) = 2.21$, $p = 0.137$), то значимых различий в динамике не наблюдается.

Для *счастья* набор буферных механизмов в этот период оказался идентичным: материальное положение ($F(3, 534) = 4.02$, $p = 0.008$), локус контроля ($F(2, 553) = 3.88$, $p = 0.021$) и сети поддержки ($F(3, 534) = 5.74$, $p < 0.001$). Тем не менее детали их воздействия несколько различаются. Так, например, в случае с воспринимаемым материальным достатком те, кому жить на получаемый доход «довольно трудно», испытали снижение как удовлетворенности жизнью, так и счастья ($\Delta_2 = -0.10$, $p = 0.017$), однако значимого позитивного тренда для более высокодоходных групп в случае аффективного субъективного благополучия обнаружено не было ($\Delta_3 = 0.08$, $p = 0.056$; $\Delta_4 = 0.05$, $p = 0.613$). Что касается локуса контроля, то уровень счастья снизился для тех, кто считает, что их жизнью скорее управляют внешние обстоятельства ($\Delta = -0.14$, $p = 0.028$), но не изменился для других групп. В случае с сетями поддержки значимое падение наблюдается для тех, у кого лишь 1–3 близких человека, на которых можно положиться ($\Delta = -0.15$, $p < 0.001$), в то время как обладатели широких сетей и по этому показателю субъективного благополучия остались «в плюсе» ($\Delta = 0.10$, $p = 0.037$) (см. рис. 8).

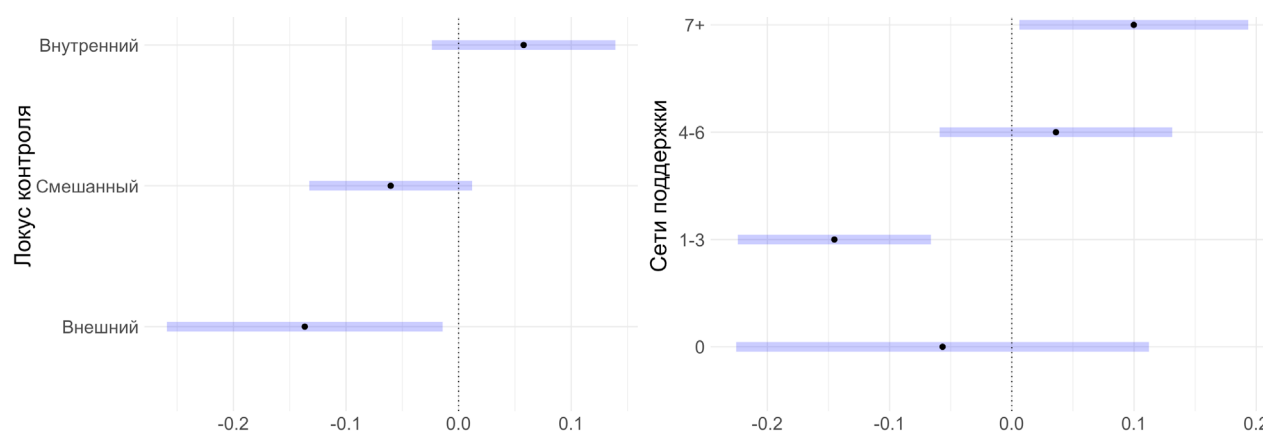


Рис. 8. Средние изменения в уровне счастья во время СВО в зависимости от типа локуса контроля и сетей поддержки

Наличие других потенциальных буферов не отразилось на динамике: трудоустройство ($F(1, 542) = 0.21, p = 0.646$), семейное положение ($F(3, 539) = 1.95, p = 0.119$), высшее образование ($F(1, 542) = 0.94, p = 0.331$) и религиозность ($F(1, 506) = 0.96, p = 0.326$).

Заключение

В целом можно заключить, что, несмотря на два глобальных и разнородных кризиса, субъективное благополучие россиян в период пандемии и после начала СВО в среднем осталось устойчивым. Объяснением такой стабильности могут служить объем и масштаб этих кризисов в контексте массового ухудшения экономического положения, изменения политического строя и слома старых социальных норм. Все же эти трансформации оказались не сопоставимы с шоком после распада СССР, когда наблюдалось резкое падение показателей субъективного благополучия [25].

В то же время результаты исследования позволяют продемонстрировать некоторую динамику, обусловленную наличием или отсутствием у индивида буферных ресурсов, которые могли бы в некоторой степени нивелировать негативное влияние неопределенности и резких изменений привычного уклада на субъективное восприятие жизни. Так, ключевым и универсальным дифференцирующим фактором является локус контроля. Очевидно, именно установки, связанные с тем, от чего в большей степени зависит жизнь человека — от его действий или же от случая, и определяют то, воспринимается кризисная ситуация как трагедия или как вызов. Если «фаталисты» практически во всех случаях испытали снижение субъективного благополучия, то обладатели внутреннего локуса контроля, напротив, показали рост удовлетворенности жизнью, а в пандемию — и уровня счастья, несмотря на сотрясающие мир социальные катаклизмы.

Еще одним важным буфером выступает материальное положение респондента, однако конкретный механизм не универсален и зависит от аспекта субъективного благополучия и типа кризиса. Например, в случае с удовлетворенностью жизнью наблюдается разная динамика для низкодоходных групп: в случае пандемии пострадали самые малоимущие, а во время СВО — те, кто оценивал свой доход как с трудом, но все же покрывающий нужды домохозяйства. Можно предположить, что во втором случае люди потеряли то небольшое, что сумели сохранить в период пандемии, тогда как наиболее беднейшая группа уже успела адаптироваться к новой реальности. Рост показателя удовлетворенности жизнью у тех, кто в той или иной степени был доволен своим материальным положением перед началом конфликта, показывает, что они, вероятно, могли найти точки финансового роста за счет возможностей, связанных с новыми экономическими и промышленными задачами страны. Схожий тренд выявлен и для занятости: пандемию лучше всего перенесли работающие люди, а вот для второго кризиса, связанного с началом СВО, занятость уже не сыграла никакой роли. Дальнейшее исследование взаимосвязи между материальными буферами в разрезе профессиональных групп может уточнить наше понимание данного феномена.

Сети поддержки, образование, брачный статус и религиозность не оказали буферного эффекта на удовлетворенность жизнью в период пандемии. После начала СВО картина почти идентичная за одним исключением — сработал буферный эффект социального капитала, по всей видимости, сыгравшего роль источника эмоциональной поддержки. Все же два рассматриваемых экзогенных шока были разными по своему характеру. Если пандемия была связана с временным изменением образа жизни, то начало СВО затронуло и мировоззренческие установки. Вероятно, поэтому во втором случае моральная поддержка обрела значимость.

Что касается уровня счастья, то здесь в целом наблюдаются некоторые схожие тренды в отношении материального положения и локуса контроля, но они выражены слабее. Это подтверждает более тесную взаимосвязь между когнитивным субъективным благополучием и материальными факторами в сравнении с его эмоциональным аспектом [31].

Ограничения исследования

Одним из ограничений данного исследования является выбор временных точек опроса второй и третьей волн. Так как опрос проводился не сразу после начала СВО и пандемии, то есть шанс, что мы просто «пропустили» резкое падение счастья и удовлетворенности. Тем не менее это представляется маловероятным, если учесть результаты других исследований на сходную тему. Так, наши выводы соотносятся с выводами Е.И. Рассказовой и коллег [11], сделанными на основе анализа ответов стихийно отобранных респондентов на более коротком промежутке времени (с 17 до 26 апреля 2020 г.). Не видно резких скачков счастья и удовлетворенности жизнью и на общероссийских данных ВЦИОМа¹⁶ и ФОМа.¹⁷

Кроме того, часть данных первой волны была собрана в мае–июне 2020 г., в связи с чем она может служить «точкой отсчета» лишь с некоторыми оговорками. Признавая это ограничение, мы провели дополнительные проверки на надежность и не обнаружили значимых различий по каким-либо ключевым параметрам между ответами респондентов в 2019 г. и в 2020 г.

Еще одной проблемой является так называемое «осыпание» или выбытие респондентов из панели. Во-первых, оно значительно снижает объем выборки, что сказывается на возможностях проведения более детального анализа, например с использованием не одного признака, а их сочетания. Во-вторых, если выбытие не случайно, а связано с характеристиками респондента, это может приводить к искажению результатов. Если первую проблему уже невозможно решить на стадии анализа, то вторая как раз поддается оценке. Однако в нашем случае «осыпание» панели никак не привязано к благополучию, а больше зависит от социально-демографических характеристик: возраста, образования, занятости, наличия детей. При этом даже в отношении этих параметров смещение небольшое и не превышает 9%.

¹⁶ Счастье в России: мониторинг. 2023 // ВЦИОМ. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/schaste-v-rossii-monitoring-5> (дата обращения: 12.09.2024).

¹⁷ Счастье и благополучие. 2023 // ФОМ. — URL: <https://fom.ru/Nastroeniya/14913> (дата обращения: 12.09.2024).

Наконец, нужно отметить, что счастье и удовлетворенность жизнью являются не единственными индикаторами субъективного благополучия, тренды которых в условиях кризисов заслуживают внимания. Отсутствие значимой динамики в данной работе не означает, что не были затронуты другие более волатильные компоненты субъективного благополучия и социального самочувствия, например, позитивный и негативный аффекты, тревожность, оптимизм и т. п. Согласно исследованиям, изменения подобного рода имели место [2; 7], однако смеем предположить, что они не вылились в долгосрочную динамику оценок качества жизни и общего уровня счастья.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Описательная статистика по основным переменным

Переменные	Волна 1	Волна 2	Волна 3	Сбалансиров. панель
	(N=18768)	(N=1517)	(N=1312)	(N=565)
УЖ				
Сред. (СО)	3.81 (1.05)	3.74 (0.92)	3.87 (0.93)	3.79 (1.05)
Счастье				
Сред. (СО)	2.93 (0.66)	2.87 (0.67)	2.89 (0.68)	2.87 (0.69)
Пол, %				
Мужской	45,2	48,0	45,0	48,5
Женский	54,8	52,0	55,0	51,5
Возраст, %				
18–34	28,4	20,8	17,3	15,9
35–54	36,7	33,9	38,6	34,3
55 и старше	34,8	45,2	44,1	49,7
Населенный пункт, %				
Москва и СПб	5,4	12,7	7,5	13,3
Столица региона	32,8	28,1	30,9	27,1
Другие города	36,0	36,1	35,4	35,9
Сельская местность	25,8	23,1	26,3	23,7
Материальное положение, %				
Жить очень трудно	24,1	23,7	21,2	22,1
Жить довольно трудно	34,7	36,1	30,6	36,3
В принципе хватает	32,2	32,7	37,8	32,9
Без материальных затруднений	7,1	6,1	9,0	7,3

Переменные	Волна 1	Волна 2	Волна 3	Сбалансиров. панель
	(N=18768)	(N=1517)	(N=1312)	(N=565)
Локус контроля				
Сред. (СО)	6.80 (2.51)	6.53 (2.34)	6.77 (2.44)	6.64 (2.62)
Сети поддержки, кол-во человек				
0	8,2	—	—	8,5
1–3	35,9	—	—	37,9
4–6	28,0	—	—	24,4
7+	26,0	—	—	26,5
Высшее образование, %				
Нет	32,0	35,3	—	38,2
Есть	68,0	64,7	—	61,8
Религиозность, %				
Нерелигиозный	35,9	—	—	40,0
Религиозный	59,0	—	—	53,1
Трудовой статус, %				
Не работает	42,9	44,8	45,4	47,4
Работает	57,1	55,2	54,6	52,6
Семейное положение, %				
В браке / в отношениях	63,5	64,9	—	62,7
Холост / не замужем	14,4	10,0		10,1
Разведены	10,2	11,0	—	11,7
Вдовец/вдова	11,4	13,8		15,4

Примечание: Прочерк обозначает, что вопрос в этой волне не задавался. Для сбалансированной панели представлена описательная статистика согласно ответам в первой волне.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Алмакаева Анна Михайловна — кандидат социологических наук, заведующий Лабораторией сравнительных социальных исследований имени Р.Ф. Инглхарта, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»; Научный редактор, Научно-методический департамент, ВЦИОМ. **Телефон:** +7 (495) 772-95-90, доб. 12244. **Электронная почта:** aalmakaeva@hse.ru

Настина Екатерина Александровна — кандидат социологических наук, заместитель заведующего Лаборатории сравнительных социальных исследований имени Р.Ф. Инглхарта, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». **Телефон:** +7 (495) 772-95-90, доб. 12244. **Электронная почта:** enastina@hse.ru

Догузов Асланбек Вячеславович — аспирант, Лаборатория сравнительных социальных исследований имени Р.Ф. Инглхарта, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». **Телефон:** +7 (495) 772-95-90, доб. 12244. **Электронная почта:** avdoguzov@hse.ru

SOTSIOLOGICHESKIY ZHURNAL = SOCIOLOGICAL JOURNAL. 2025. Vol. 31. No. 2. P. 29–50. DOI: [10.19181/socjour.2025.31.2.2](https://doi.org/10.19181/socjour.2025.31.2.2)

Research Article

ANNA M. ALMAKAEVA^{1,2}, EKATERINA A. NASTINA¹, ASLANBEK V. DOGUSOV¹

¹ HSE University.

20, Myasnitskaya str., 101000, Moscow, Russian Federation.

² VCIOM.

38, Prechistinka str., 119034, Moscow, Russian Federation.

DYNAMICS OF HAPPINESS AND LIFE SATISFACTION UNDER CONDITIONS OF EXOGENOUS SHOCKS

Abstract. The paper aims to analyze the effects of the COVID-19 pandemic and the special military operation (SMO) in Ukraine on the Russian people's happiness and life satisfaction. It relies on three waves of a national panel study conducted via CATI. We failed to identify any substantial impact of those two exogenous shocks on average dynamics of happiness and life satisfaction. Our research, however, shows significant variation between groups of different means. In general, respondents of poor financial status and external locus of control show a higher decrease in happiness and life satisfaction. Following the onset of the SMO and the pandemic, people with internal locus of control, in contrast, report higher levels of life satisfaction. Happiness follows the same pattern, but exclusively in connection with COVID-19. Social capital, operationalized as social support networks, mitigates the otherwise negative effect of the SMO, but not the effect of pandemics. Our findings support earlier research on the stronger influence of economic status and locus of control on life satisfaction compared to happiness.

Keywords: subjective well-being; happiness; life satisfaction; exogenous shocks; crisis; buffering resources.

For citation: Almakaeva, A.M., Nastina, E.A., Dogusov, A.V. Dynamics of Happiness and Life Satisfaction Under Conditions of Exogenous Shocks. *Sotsiologicheskii Zhurnal = Sociological Journal*. 2025. Vol. 31. No. 2. P. 29–50. DOI: [10.19181/socjour.2025.31.2.2](https://doi.org/10.19181/socjour.2025.31.2.2)

Acknowledgment. The article was prepared within the framework of the Basic Research Program of the HSE University.

The authors express their gratitude to the anonymous reviewers for their comments and remarks, which helped improve the article.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Anna M. Almakaeva — Candidate of Sociological Sciences, Head of the Ronald F. Inglehart Laboratory for Comparative Social Research, HSE University. Scientific editor; VCIOM. **Phone:** +7 (495) 772-95-90 # 12244. **Email:** aalmakaeva@hse.ru

Ekaterina A. Nastina — Candidate of Sociological Sciences, Deputy Head of the Ronald F. Inglehart Laboratory for Comparative Social Research, HSE University. **Phone:** +7 (495) 772-95-90 # 12244. **Email:** enastina@hse.ru

Aslanbek V. Dogusov — Postgraduate student at the Ronald F. Inglehart Laboratory for Comparative Social Research, HSE University. **Phone:** +7 (495) 772-95-90 # 12244. **Email:** avdoguzov@hse.ru

ЛИТЕРАТУРА / REFERENCES

1. *Андреенкова А.В., Андреенкова Н.В.* Детерминанты удовлетворенности жизнью в России и Европе: Сравнительный анализ // Дискурс. 2019. Т. 5. № 1. С. 67–81. DOI: [10.32603/2412-8562-2019-5-1-67-81](https://doi.org/10.32603/2412-8562-2019-5-1-67-81) EDN: YLMYEL

- Andreenkova A.V., Andreenkova N.V. Comparative Analysis of Life Satisfaction Determinants in Russia and in Europe. *Diskurs*. 2019. No. 5 (1). P. 67–81. DOI: [10.32603/2412-8562-2019-5-1-67-81](https://doi.org/10.32603/2412-8562-2019-5-1-67-81) (In Russ.)
2. Звоновский В.Б., Ходыкин А.В. Восприятие российским общественным мнением экономических изменений после начала российско-украинского конфликта // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2023. № 4. С. 3–29. DOI: [10.14515/monitoring.2023.4.2372](https://doi.org/10.14515/monitoring.2023.4.2372) EDN: YJWKUW
Zvonovsky V.B., Khodykin A.V. Perception of Economic Changes during the Special Military Operation in Russian Public Opinion. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny*. 2023. No. 4. P. 3–29. DOI: [10.14515/monitoring.2023.4.2372](https://doi.org/10.14515/monitoring.2023.4.2372) (In Russ.)
3. Информационно-аналитический бюллетень (ИНАБ). Российское общество в условиях пандемии: год спустя (опыт социологической диагностики). 2021. № 2. — 109 с. DOI: [10.19181/INAB.2021.2](https://doi.org/10.19181/INAB.2021.2)
Information and analytical bulletin (INAB). Russian Society under Conditions of Pandemic: a Year Later (Experience of Sociological Diagnostics). 2021. No. 2. 109 p. DOI: [10.19181/INAB.2021.2](https://doi.org/10.19181/INAB.2021.2) (In Russ.)
4. Как россияне справляются с новым кризисом: социально-экономические практики населения / Под ред. В. Радаева. М.: Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», 2023. — 122 с. DOI: [10.17323/978-5-7598-2756-6](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-2756-6) EDN: WKNRCY
How Russians Cope with the New Crisis: Socio-Economic Practices of the Population. Ed. by V. Radaev. Moscow: National Research University “Higher School of Economics”, 2023. 122 p. DOI: [10.17323/978-5-7598-2756-6](https://doi.org/10.17323/978-5-7598-2756-6) (In Russ.)
5. Камалов Э.А. Счастье во время кризиса: как россияне переживают пандемию COVID-19 // Социодиггер. 2021. Т. 2. № 4 (9). С. 27–33. EDN: RZXFUC
Kamalov E.A. Happiness during Crises: How Russians Cope with COVID-19 Pandemic. *Sotsiodigger*. 2021. Vol. 2. No. 4 (9). P. 27–33. (In Russ.)
6. Камалов Э.А., Понарин Э.Д. Национальная гордость и субъективное благополучие россиян // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 177–205. DOI: [10.14515/monitoring.2020.1.08](https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.08) EDN: PGLZFG
Kamalov E.A., Ponarin E.D. National Pride and Subjective Well-Being of Russians. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny*. 2020. No. 1. P. 177–205. DOI: [10.14515/monitoring.2020.1.08](https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.08) (In Russ.)
7. Нестик Т. Социальный оптимизм россиян в условиях кризиса: результаты лонгитюдного исследования // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 3. С. 5–17. DOI: [10.31857/S020595920026152-3](https://doi.org/10.31857/S020595920026152-3) EDN: RDKPYL
Nestik T. Social Optimism under Crises: Results of Longitudinal Study. *Psikhologicheskii Zhurnal*. 2023. Vol. 44. No. 3. P. 5–17. DOI: [10.31857/S020595920026152-3](https://doi.org/10.31857/S020595920026152-3) (In Russ.)
8. Осин Е.Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 91–110. EDN: QYXAPB
Osin E. Measuring Positive and Negative Emotions: Development Russian Version of PANAS. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei Shkoly Ekonomiki*. 2012. Vol. 9. No. 4. P. 91–110.
9. Палкина А.В., Соболева Н.Э. Гендерные различия в тревожности и депрессии во время пандемии COVID-19 в России // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2023. № 4. С. 54–78. DOI: [10.14515/monitoring.2023.4.2364](https://doi.org/10.14515/monitoring.2023.4.2364) EDN: CHMZXH

- Palkina A.V., Soboleva N.E. Gender Differences in Anxiety and Depression during the COVID-19 Pandemic in Russia. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny*. 2023. No. 4. P. 54–78. DOI: [10.14515/monitoring.2023.4.2364](https://doi.org/10.14515/monitoring.2023.4.2364) (In Russ.)
10. Пандемия COVID-19: Вызовы, последствия, противодействие / Под ред. А.В. Торкунова, С.В. Рязанцева, В.К. Левашова. М.: Аспект Пресс. 2021. — 248 с.
COVID-19 Pandemic: Challenges, Consequences, Counteraction. Ed. by A.V. Torkunov, S.V. Ryazantsev, V.K. Levashov. Moscow: Aspect Press publ., 2021. 248 p. (In Russ.)
11. Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А., Лебедева А.А. Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 90–108. DOI: [10.17759/cpp.2020280205](https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205) EDN: [IFFTQC](https://www.edn.ru/IFFTQC)
Rasskazova E.I., Leont'ev D.A., Lebedeva A.A. The Pandemic as a Challenge to Subjective Well-Being: Anxiety and Coping. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*. 2020. Vol. 28. No. 2. P. 90–108. DOI: [10.17759/cpp.2020280205](https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205) (In Russ.)
12. Российское общество и вызовы времени / Под ред. М.К. Горшкова, Н.Е. Тихоновой. М.: Весь Мир. 2022. — 352 с.
Russian Society and the Challenges of Time. Ed. by M.K. Gorshkov, N.E. Tikhonova. Moscow: Ves' Mir publ., 2022. 352 p. (In Russ.)
13. Сибирев В.А., Головин Н.А. Межпоколенческие различия в удовлетворенности жизнью и чувстве счастья в России (на материалах Европейского социального исследования) // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 296–315. DOI: [10.14515/monitoring.2020.1.12](https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.12) EDN: [VTJEIS](https://www.edn.ru/VTJEIS)
Sibirev V.A., Golovin N.A. Intergenerational Differences in Life Satisfaction and a Feeling of Happiness in Russia (Based on the European Social Survey Data). *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny*. 2020. No. 1. P. 296–315. DOI: [10.14515/monitoring.2020.1.12](https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.12) (In Russ.)
14. Социология пандемии. Проект коронаФОМ / Рук. авт. колл. А.А. Ослон. М.: Институт Фонда «Общественное Мнение», 2021. — 319 с.
Sociology of the Pandemic. CoronaFOM Project. Head of the Project A.A. Oslon. Moscow: Institute of Public Opinion Foundation publ., 2021. 319 p. (In Russ.)
15. Сушко П.Е. Счастье и социальное благополучие в оценках россиян: проблема разграничения понятий // Социологическая наука и социальная практика. 2020. Т. 8. № 1. С. 48–62. DOI: [10.19181/snsp.2020.8.1.7094](https://doi.org/10.19181/snsp.2020.8.1.7094) EDN: [YBPQUP](https://www.edn.ru/YBPQUP)
Sushko P.E. Happiness and Social Well-being in the Assessments of Russians: the Problem of Distinguishing Between Concepts. *Sotsiologicheskaya Nauka i Sotsial'naya Praktika*. 2020. Vol. 8. No. 1. P. 48–62. DOI: [10.19181/snsp.2020.8.1.7094](https://doi.org/10.19181/snsp.2020.8.1.7094) (In Russ.)
16. Татарова Г.Г., Кученкова А.В. «Удовлетворенность жизнью» и «личное счастье» в социологическом измерении субъективного благополучия // Россия реформирующаяся: Ежегодник. Вып. 18 / Отв. ред. М.К. Горшков. М.: Новый Хронограф, 2020. С. 565–589. DOI: [10.19181/ezheg.2020.24](https://doi.org/10.19181/ezheg.2020.24) EDN: [FRWRDQ](https://www.edn.ru/FRWRDQ)
Tatarova G.G., Kuchenkova A.V. “Life Satisfaction” and “Personal Happiness” in Sociological Measurement of Subjective Well-being. *Russia under reform: Yearbook*. Iss. 18. Ed. by M.K. Gorshkov. Moscow: Novyi Khronograf publ., 2020. P. 565–589. DOI: [10.19181/ezheg.2020.24](https://doi.org/10.19181/ezheg.2020.24) (In Russ.)
17. Широканова А.А. Тренды субъективного благополучия в России: 1998–2018 // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2020. Т. 13. № 1. С. 4–24. DOI: [10.21638/spbu12.2020.101](https://doi.org/10.21638/spbu12.2020.101)
Shirokanova A.A. Trends of Subjective Well-being in Russia: 1998–2018. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sotsiologiya*. 2020. Vol. 13 (1). P. 4–24. DOI: [10.21638/spbu12.2020.101](https://doi.org/10.21638/spbu12.2020.101) EDN: [JXMNDE](https://www.edn.ru/JXMNDE) (In Russ.)

18. Badri M.A., Alkhaili M., Aldhaheri H., Yang G., Albahar M., Alrashdi A. Exploring the Reciprocal Relationships between Happiness and Life Satisfaction of Working Adults—Evidence from Abu Dhabi. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. Vol. 19. Iss. 6. P. 3575. DOI: [10.3390/ijerph19063575](https://doi.org/10.3390/ijerph19063575)
19. Çakır V.O., Harmandar Demirel D. A Student-Oriented Study: Analyzing the Relationship between Happiness and Satisfaction with Life. *Journal of Educational Issues*. 2019. Vol. 5. No. 1. P. 150–161. DOI: [10.5296/jei.v5i1.14661](https://doi.org/10.5296/jei.v5i1.14661)
20. Cummins R.A. Subjective Wellbeing, Homeostatically Protected Mood and Depression: A Synthesis. *Journal of Happiness Studies*. 2010. Vol. 11. No. 1. P. 1–17. DOI: [10.1007/s10902-009-9167-0](https://doi.org/10.1007/s10902-009-9167-0)
21. Cummins R.A. The Domains of Life Satisfaction: An Attempt to Order Chaos. *Social Indicators Research*. 1996. Vol. 38. No. 3. P. 303–328. DOI: [10.1007/BF00292050](https://doi.org/10.1007/BF00292050)
22. Diener E., Inglehart R., Tay L. Theory and Validity of Life Satisfaction Scales. *Social Indicators Research*. 2013. Vol. 112. No. 3. P. 497–527. DOI: [10.1007/s11205-012-0076-y](https://doi.org/10.1007/s11205-012-0076-y)
23. Diener E., Napa Scollon C., Lucas R.E. The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Ed. by E. Diener. Dordrecht: Springer Netherlands, 2009. P. 67–100. DOI: [10.1007/978-90-481-2354-4_4](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_4)
24. Diener E., Oishi S., Lucas R.E. Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*. 2003. Vol. 54. No. 1. P. 403–425. DOI: [10.1146/annurev.psych.54.101601.145056](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056)
25. Foa R.S., Inglehart R., Ponarin E., Karabchuk T. Set-Point Theory and Societal Collapse: The Case of Russia. *Journal of Happiness Studies*. 2018. Vol. 19. No. 6. P. 1639–1656. DOI: [10.1007/s10902-017-9888-4](https://doi.org/10.1007/s10902-017-9888-4)
26. Gundelach P., Kreiner S. Happiness and Life Satisfaction in Advanced European Countries. *Cross-Cultural Research*. 2004. Vol. 38. No. 4. P. 359–386. DOI: [10.1177/1069397104267483](https://doi.org/10.1177/1069397104267483)
27. Kesavayuth D., Binh Tran D., Zikos V. Locus of Control and Subjective Well-being: Panel Evidence from Australia. *PLoS ONE*. 2022. Vol. 17. No. 8. P. e0272714. DOI: [10.1371/journal.pone.0272714](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272714)
28. Kuhn U., Brulé G. Buffering Effects for Negative Life Events: The Role of Material, Social, Religious and Personal Resources. *Journal of Happiness Studies*. 2019. Vol. 20. No. 5. P. 1397–1417. DOI: [10.1007/s10902-018-9995-x](https://doi.org/10.1007/s10902-018-9995-x)
29. Reeskens T., Vandecasteele L. Economic Hardship and Well-Being: Examining the Relative Role of Individual Resources and Welfare State Effort in Resilience Against Economic Hardship. *Journal of Happiness Studies*. 2017. Vol. 18. No. 1. P. 41–62. DOI: [10.1007/s10902-016-9716-2](https://doi.org/10.1007/s10902-016-9716-2)
30. Saris W.E. What Influences Subjective Well-being in Russia? *Journal of Happiness Studies*. 2001. Vol. 2. No. 2. P. 137–146. DOI: [10.1023/A:1011556429502](https://doi.org/10.1023/A:1011556429502)
31. Saris W.E., Andreenkova A. Following Changes in Living Conditions and Happiness in Post Communist Russia: The Russet Panel. *Journal of happiness studies*. 2001. Vol. 2. No. 2. P. 95–109. DOI: [10.1023/A:1011579608121](https://doi.org/10.1023/A:1011579608121)
32. Watson D., Clark L.A., Tellegen A. Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. Vol. 54. No. 6. P. 1063–1070. DOI: [10.1037/0022-3514.54.6.1063](https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063)
33. Žemojtel-Piotrowska M., Piotrowski J.P., Ciecuch J., et al. Measurement Invariance of Personal Well-Being Index (PWI-8) Across 26 Countries. *Journal of Happiness Studies*. 2017. Vol. 18. No. 6. C. 1697–1711. DOI: [10.1007/s10902-016-9795-0](https://doi.org/10.1007/s10902-016-9795-0)

Статья поступила в редакцию: 18.12.2024; поступила после рецензирования и доработки: 13.05.2025; принята к публикации: 15.05.2025.

Received: 18.12.2024; revised after review: 13.05.2025; accepted for publication: 15.05.2025.