

ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА

Токарева Юлия Александровна,

SPIN-код: 3065-0820

доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии образования, Уральский государственный педагогический университет, Российская Федерация, г. Екатеринбург, ulia.tokareva@yandex.ru

Новосадова Дарья Александровна,

SPIN-код: 6392-2603

аспирант 1 года обучения, аналитик 2 категории отдела подготовки и аттестации кадров высшей категории, Уральский государственный педагогический университет, Российская Федерация, г. Екатеринбург, rogadaeva_darya@mail.ru

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: психологическое благополучие; возрастная динамика; возрастные особенности; младшие школьники; подростки; юношеский возраст; семейное воспитание

АННОТАЦИЯ. В статье рассматривается актуальность исследований проблемы психологического благополучия ребенка на разных возрастных этапах в условиях социальной нестабильности и трансформации семейных отношений. Нарушения психологического благополучия (тревожность, школьная дезадаптация, асоциальное поведение) являются одними из наиболее частых в практике образования. Анализируемые исследования дают неоднозначную картину изменений, зависящих от возраста ребенка, типа воспитания, отношений со сверстниками и цифровой среды. Проблема требует создания возрастнодифференцированных моделей поддержки семьи на всех этапах онтогенеза. В зарубежной и отечественной литературе существуют различные классификации благополучия (гедонистическая, эвдемонистическая, интегративная), на основе которых внедряются диагностические методики. Проблема изучения психологического благополучия чаще всего возникает в периоды трансформации в обществе. В отличие от взрослого, находящегося под воздействием трудных жизненных ситуаций, ребенок, сталкивающийся с кризисной ситуацией, чаще всего становится ее отражением, а не фильтром.

ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ: Токарева, Ю. А. Феномен психологического благополучия ребенка / Ю. А. Токарева, Д. А. Новосадова // Педагогическое образование в России. – 2026. – № 3. – С. 399–404.

THE PHENOMENON OF A CHILD'S PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Tokareva Yulia Aleksandrovna,

Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor of Department of Educational Psychology, Ural State Pedagogical University, Russian Federation, Ekaterinburg

Novosadova Daria Aleksandrovna,

1st year Postgraduate Student, 2nd Category Analyst of Department of Training and Certification of Highly Qualified Personnel, Ural State Pedagogical University, Russian Federation, Ekaterinburg

KEYWORDS: psychological well-being; age dynamics; age characteristics; primary school students; teenagers; adolescence; family education

ABSTRACT. The article discusses the relevance of research on the problem of a child's psychological well-being at different age stages in the context of social instability and the transformation of family relations. Disorders of psychological well-being (anxiety, school maladjustment, and antisocial behavior) are among the most common in educational practice. The analyzed studies provide an ambiguous picture of changes that depend on the child's age, parenting style, peer relationships, and digital environment. This issue requires the development of age-specific models of family support at all stages of ontogenesis. In foreign and domestic literature, there are various classifications of well-being (hedonistic, eudemonistic, and integrative), on the basis of which diagnostic methods are introduced. The problem of studying psychological well-being often arises during periods of social transformation. Unlike adults who are affected by difficult life situations, children who face crisis situations often become their reflection rather than a filter.

FOR CITATION: Tokareva, Yu. A., Novosadova, D. A. (2026). The Phenomenon of a Child's Psychological Well-Being. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 3, pp. 399–404.

Проблема психологического благополучия человека приобретает особую актуальность и значимость в период переживаемых в стране и мире процессов турбулентности и неустойчивости. Анализ результатов исследований, как отечественных, так и зарубежных авторов позволяет заключить, что данное состояние носит имеет зависимый от внешних и внутренних факторов характер и является интегративным, детерминированным ведущей деятельностью и/или ценностями человека [12]. В отличие

от взрослого, который способен дать оценку происходящим, внутри составляющим удовлетворенности жизнью и собой, ребенок не способен четко сформулировать оценку своего состояния или сравнить текущее состояние с когда-то пережитым, чтобы, заключить стал он более или менее благополучным.

Таким образом, актуальность выделения признаков психологического благополучия детей разного возраста обусловлена ростом социальной нестабильности, информационных перегрузок, трансформаци-

ей семейных отношений и повышением требований к адаптационным ресурсам ребенка. По уровню распространенности нарушения психологического благополучия (повышенная тревожность, школьная дезадаптация, эмоциональное неблагополучие, асоциальное поведение) относятся к наиболее частым в практике современного образования. Современные исследования дают неоднозначную картину формирования психологического благополучия, зависящих от множества факторов: возрастных особенностей, типа семейного воспитания, социально-экономических условий, качества отношений со сверстниками, поколенческих различий и цифровой социальной ситуации развития. Вместе с тем, важно увидеть общую картину закономерной трансформации детерминант психологического благополучия в онтогенезе: от внешних (семейных и средовых) в дошкольном и младшем школьном возрасте – к внутренним (личностным и социально-психологическим) в подростковом периоде, при сохранении фундаментальной роли семьи как базового ресурса (или барьера) на всех этапах развития. На этом фоне мы полагаем, что в нынешней ситуации наиболее востребованным и перспективным направлением является разработка возрастнo-дифференцированных моделей психолого-педагогической поддержки семьи, учитывающих как общие закономерности семейного воспитания, так и специфику каждого возрастного этапа развития ребенка.

Цель работы – теоретико-методологический анализ феномена психологического благополучия ребенка в различные возрастные периоды.

Теоретический анализ показывает, что в зарубежной и отечественной литературе существуют различные подходы изучения феномена психологического благополучия. Если классическая психология долгое время фокусировалась на неблагополучии, а именно раскрытию дефицитарной модели (изучении отклонений, стрессов и патологий)¹, то современная парадигма, опирающаяся на позитивную психологию (М. Селигман, Э. Динер, К. Рифф), смещает акцент на ресурсы, сильные стороны личности и ощущение счастья, пусть даже субъективное [13; 18].

Рассматривая историю феномена пси-

хологического благополучия, можно выделить две основные традиции понимания его природы: гедонистическая и эвдемонистическая. В рамках гедонистической традиции Э. Динер предлагает измерять субъективное благополучие, понимая его как интегральную характеристику, складывающуюся из трех основных компонентов: когнитивной оценки удовлетворенности жизнью, высокой частоты переживания позитивных эмоций и низкой частоты или интенсивности негативных эмоций [14]. Ключевая особенность подхода Э. Динера заключается в том, что благополучие определяется исключительно с позиции самого человека (субъективная реальность), а не через внешние объективные критерии (уровень дохода, социальный статус, состояние здоровья и т. п.), которые, по его мнению, имеют значение лишь постольку, поскольку влияют на субъективные оценки удовлетворенности и эмоциональные переживания индивида [13]. В отличие от гедонистического подхода, представитель эвдемонистического направления К. Рифф трактует психологическое благополучие не как субъективное переживание удовольствия или удовлетворенности, а как объективный критерий осмысленности жизни и полноценной реализации личностного потенциала. В рамках разработанной ею многомерной модели психологическое благополучие включает шесть основных компонентов: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономию, компетентность в управлении средой, наличие цели в жизни и личностный рост [18].

В зарубежной литературе принято разграничивать субъективное благополучие и психологическое благополучие, причем эти два конструкта разводятся как по содержательным критериям, так и по операциональным подходам к измерению. Несмотря на принципиальные теоретические различия, все большее число исследователей склоняются к признанию того, что благополучие представляет собой многомерный феномен, который не может быть сведен ни к одному из двух полюсов, что особенно важно при изучении детей и подростков, где динамика возрастных изменений требует гибкого интегративного инструментария.

На завершающем этапе теоретического анализа доступных нам источников нами были обобщены имеющиеся в психологической науке определения психологического благополучия (табл. 1).

¹ Курек Н. С. Дефицитарные нарушения психической активности: личность и болезнь: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04. М., 1998. 42 с.

Таблица 1. Определения психологического благополучия в отечественной психологии

№	Понятие	Автор(ы)
1.	Психологическое благополучие – это интегральная характеристика, включающая ориентацию на позитивное функционирование и степень ее воплощенности, что субъективно переживается как ощущение счастья и удовлетворенность собой	Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко [17]
2.	Психологическое благополучие – это слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия	Л. В. Куликов [9]
3.	Психологическое благополучие понимается не как результат, а как совокупность личностных ресурсов, обеспечивающих успешность в системе «субъект – среда». Благополучие как ресурсная база позволяет человеку эффективно взаимодействовать со средой (объективная успешность) и переживать это взаимодействие как комфортное (субъективная успешность); дефицит любого компонента ведет к дисфункции – выгоранию, тревоге, изоляции	Е. Б. Весна, О. С. Ширяева [3]
4.	Психологическое благополучие – это способ жизни, процесс, одним из результатов которого становится переживание счастья, индикаторами которого выступают переживание счастья, удовлетворенность жизнью и баланс аффектов	Е. А. Осин, С. С. Кузнецова [11]
5.	Психологическое благополучие – это интегральный показатель реализованного уровня счастья и удовлетворенности. Выделяются 3 уровня: высокий (положительное отношение к себе и конструктивное взаимодействие), средний (позитивное отношение к себе и доверие к миру) и низкий (негативное восприятие действительности, окружающие как угроза, снижение потребности в общении)	Я. И. Павлоцкая [11]

Итак, определение психологического благополучия как интегральной характеристики внутреннего состояния человека, включает отражение степени его удовлетворенности собственной жизнью, а также реализации личностного потенциала и оценку уровня гармоничности отношений с окружающим миром и самим собой.

В структуре психологического благополучия взрослого и ребенка чаще всего присутствует единое видение безопасного и принимающего пространства для развития, где удовлетворяются базовые потребности в автономии, компетентности и близости [4].

О. А. Идобаева предлагает модель психологического благополучия для подросткового, юношеского и зрелого возрастов, включающую уровни психического здоровья (личностно-смысловой, индивидуально-психологический, психофизиологический) и характеристики социальной ситуации развития (новообразования, ведущая деятельность, эмоциональное состояние, защитные механизмы). Ключевой тезис: социальная ситуация может быть благоприятной (ведет к эмоциональному благополучию) или неблагоприятной (вызывает дисбаланс); каждый компонент развития может выступать стимулом или барьером, формируя либо благополучную (самоактуализирующуюся), либо неблагополучную (невротическую) личность [6].

Известно, что симптомы неблагополучия как правило проявляются в виде проблем в развитии или состоянии здоровья

[15]. Однако крайне рискованно заниматься коррекцией неблагополучия, тогда, когда его симптоматика четко выражена и последствий для развития уже не избежать. Осознавая глубину и устойчивость негативных последствий, а также зависимость развития ребенка от его эмоционального благополучия важно дать четкий анализ тому, как на каждом возрастном этапе проявляется психологическое благополучие или неблагополучие.

В основе исследования психологического благополучия лежат следующие подходы: системный (Б. А. Ананьев), субъектно-деятельностный (С. Л. Рубинштейн), гуманистический (А. Маслоу, К. Роджерс), ресурсный (Н. Е. Водопьянова), эвдемистический (К. Рифф), гедонистический (Э. Динер) и интегративный (А. А. Печеркина, В. С. Каткало). В опоре на указанные подходы исследователями были сформулированы признаки психологического благополучия и неблагополучия.

В ходе анализа возрастной специфики было выявлено, что психологическое благополучие определяется различными факторами в разные периоды:

- в дошкольном возрасте – балансом развития и семейным микроклиматом;
- в младшем школьном возрасте – адаптацией к учебной деятельности и стабильной самооценкой;
- в подростковом возрасте – автономией и отношениями со сверстниками.

Таблица 2. Анализ возрастных и психологических критериев и факторов психологического благополучия ребенка

Понятие психологического благополучия	Признаки (критерии) психологического благополучия	Признаки (критерии) неблагополучия	Факторы формирования (влияния) на психологическое благополучие
Дошкольный возраст			
Оценка актуального психологического состояния, баланс эмоционально-волевого, познавательного и личностного развития [16]	Психологическое здоровье, адаптивность, внутренний баланс, позитивное самощущение, стрессоустойчивость [2]	Высокая тревожность, страхи, агрессия, замкнутость [16]	Характеристики семьи (структура, отношения, стиль воспитания), поддержка взрослого, безопасная среда [10]
Младший школьный возраст			
Интегральная характеристика баланса развития в условиях школьного обучения, адекватная самооценка, удовлетворенность социальным положением [1]	Низкая школьная тревожность, успешные отношения со сверстниками и взрослыми, способность к самопознанию [1]	Резкое снижение самооценки в 4-м классе, снижение удовлетворенности возрастом [1]	Учебная деятельность, стили семейного и педагогического общения, отношения со сверстниками, постепенное развитие автономии [8]
Подростковый возраст			
Многосоставное образование, объединяющее внутренние (автономия, личностный рост, осмысленность) и внешние (отношения, безопасность) аспекты [6]	Автономия, компетентность в общении, уверенность в себе, осмысленность жизни, эмоциональный комфорт, устойчивость к давлению группы [7]	Социальный нигилизм, депривация потребности в принадлежности, асоциальное поведение, низкая вовлеченность и упорство при негативной социализации [5]	Качество взаимодействия со сверстниками; школьная и неформальная среда, безопасность, доверительные отношения со взрослыми [5]

При этом в проанализированных источниках не представлено понимание психологического благополучия ребенка.

Психологическое благополучие можно определить как интегральную характеристику, включающую субъективное переживание удовлетворенности жизнью и баланс позитивных и негативных эмоций, реализацию личностного потенциала и личност-

ных ресурсов.

Отдельно отметим, что психологическое благополучие характеризуется динамикой. Это особенно важно в контексте изучения психологического благополучия ребенка, поскольку возрастные изменения обуславливают необходимость применения гибкого инструментария.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, А. Д. Психологическое благополучие учащихся 1–5-х классов в контексте современной социальной ситуации развития / А. Д. Андреева, О. А. Москвитина // Вопросы образования. – 2019. – № 3. – С. 203–223. – DOI: 10.17323/1814-9545-2019-3-203-223. – EDN SVBWKE.
2. Баякина, О. А. Соотношение понятий психического и психологического здоровья личности / О. А. Баякина // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2009. – Т. 11, № 4-5. – С. 1195–1200. – EDN LMAZZL.
3. Весна, Е. Б. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности / Е. Б. Весна, О. С. Ширяева. – Петропавловск-Камчатский : Камчатский государственный университет им. Витуса Беринга, 2012. – 246 с. – EDN SITGWL.
4. Водяха, С. А. Современные концепции психологического благополучия личности / С. А. Водяха // Дискуссия. – 2012. – № 2. – С. 132–138. – EDN NJRKIA.
5. Волкова, Е. Н. Психологическое благополучие подростков с разным типом социализации / Е. Н. Волкова // Вестник Московского университета. Серия 20: Педагогическое образование. – 2024. – Т. 22, № 4. – С. 48–73. – DOI: 10.55959/LPEJ-24-26. – EDN PMUWGG.
6. Идобаева, О. А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты / О. А. Идобаева // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 351. – С. 128–134. – EDN OHYGCL.
7. Кисляков, П. А. Психосоциальное благополучие как показатель социальной безопасности личности и общества / П. А. Кисляков // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2016. – № 1. – С. 82–91. – DOI: 10.12731/2218-7405-2016-1-8. – EDN VOIFAV.
8. Кон, И. С. Ребенок и общество / И. С. Кон ; Российская академия наук; Институт этнологии и антропологии им. Н. Н. Миклухо-Маклая. – Москва : Academia, 2003. – 336 с. – EDN RRMVED.

9. Куликов, Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л. В. Куликов // Общество и политика / ред. В. Ю. Большаков. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 2000. – С. 476–510.
10. Логинова, С. В. Обзор исследований психологического благополучия детей / С. В. Логинова // Мир науки, культуры, образования. – 2017. – № 3 (64). – С. 283–286. – EDN YSTLRZ.
11. Основные принципы функционирования и развития воспитательной системы общеобразовательной организации / Н. В. Быстрова, А. В. Хижная, А. В. Емелина, М. О. Сундеева // Карельский научный журнал. – 2017. – Т. 6, № 4 (21). – С. 25–28. – EDN YPDQUY.
12. Печеркина, А. А. Личностно-профессиональная самореализация: анализ исследований отечественных и зарубежных авторов / А. А. Печеркина, К. Д. Катькало // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 1. – С. 88–95. – DOI: 10.26170/2079-8717_2021_01_11. – EDN ADQEUR.
13. Рассказова, Е. И. Скрининговая шкала позитивных и негативных переживаний Э. Динера: апробация русскоязычной версии / Е. И. Рассказова, А. А. Лебедева // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2020. – Т. 17, № 2. – С. 250–263. – DOI: 10.17323/1813-8918-2020-2-250-263. – EDN JWOJYW.
14. Рикель, А. М. Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах / А. М. Рикель, А. А. Туниянц, Н. Батырова // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2017. – № 2. – С. 64–82. – EDN ZRCNQB.
15. Сафронова, М. В. Технологии социальной работы: методика оценки риска семейного неблагополучия : учебно-методическое пособие / М. В. Сафронова, Л. А. Осьмук ; М-во образования и науки Российской Федерации, Новосибирский гос. технический ун-т, Фак. гуманитарного образования, Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2011. – 94 с. – EDN QONLOB.
16. Чувашова, А. Г. Психологическое благополучие детей дошкольного возраста: диагностическая модель исследования / А. Г. Чувашова, И. Н. Конарева // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. – 2019. – Т. 5 (71), № 2. – С. 106–113. – EDN JIFVOS.
17. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности / Т. Д. Шевеленкова, Т. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–129.
18. Ryff, C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 719–727. – EDN HITMHB.

REFERENCES

1. Andreeva, A. D., Moskvitina, O. A. (2019). Psikhologicheskoe blagopoluchie uchashchikhsya 1–5-kh klassov v kontekste sovremennoy sotsial'noy situatsii razvitiya = Psychological well-being of students in grades 1–5 in the context of the modern social situation of development. *Issues of Education*, 3, 203–223. DOI: 10.17323/1814-9545-2019-3-203-223. EDN SVBWKE.
2. Bayakina, O. A. (2009). Sootnoshenie ponyatiy psikhicheskogo i psikhologicheskogo zdorov'ya lichnosti = The relationship between the concepts of mental and psychological health of an individual. *News of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences*, 11(4–5), 1195–1200. EDN LMAZZL.
3. Vesna, E. B., Shiryayeva, O. S. (2012). Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v ekstremal'nykh usloviyakh zhiznedeyatel'nosti = Psychological well-being of an individual in extreme living conditions. *Petropavlovsk-Kamchatsky: Vitus Bering Kamchatka State University*, 246 p. EDN SITGWL.
4. Vodyakha, S. A. (2012). Sovremennye konseptsii psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti = Modern concepts of psychological well-being of an individual. *Discussion*, 2, 132–138. EDN NJRKIA.
5. Volkova, E. N. (2024). Psikhologicheskoe blagopoluchie podrostkov s raznym tipom sotsializatsii = Psychological well-being of adolescents with different types of socialization. *Bulletin of Moscow University. Series 20: Pedagogical Education*, 22(4), 48–73. DOI: 10.55959/LPEJ-24-26. EDN PMUWGZ.
6. Idobaeva, O. A. (2011). K postroeniyu modeli issledovaniya psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti: psikhologo-razvitiynyy i psikhologo-pedagogicheskiy aspekty = Towards constructing a model for studying an individual's psychological well-being: Psychological-developmental and psychological-pedagogical aspects. *Bulletin of Tomsk State University*, 351, 128–134. EDN OHYGCL.
7. Kislyakov, P. A. (2016). Psikhosotsial'noe blagopoluchie kak pokazatel' sotsial'noy bezopasnosti lichnosti i obshchestva = Psychosocial well-being as an indicator of individual and society social security. *Modern Studies of Social Problems (Electronic Scientific Journal)*, 1, 82–91. DOI: 10.12731/2218-7405-2016-1-8. EDN VOIFAV.
8. Kon, I. S. (2003). Rebenok i obshchestvo = Child and society. Moscow: Academia Publishing House, 336 p. EDN RRMVED.
9. Kulikov, L. V. (2000). Determinanty udovletvorennosti zhizn'yu = Determinants of life satisfaction. *Society and politics*, 476–510. Saint Petersburg: Saint Petersburg University Publishing House.
10. Loginova, S. V. (2017). Obzor issledovaniy psikhologicheskogo blagopoluchiya detey = Review of research on children's psychological well-being. *The World of Science, Culture, Education*, 3(64), 283–286. EDN YSTLRZ.
11. Byistrova, N. V., Khizhnaya, A. V., Emelina, A. V., Sundeeva, M. O. (2017). Osnovnye printsipy funktsionirovaniya i razvitiya vospitatel'noy sistemy obshcheobrazovatel'noy organizatsii = Basic principles of functioning and development of the educational system of a general education organization. *Karelian Scientific Journal*, 6, 4(21), 25–28. EDN YPDQUY.
12. Pecherkina, A. A., Katkalo, K. D. (2021). Lichnostno-professional'naya samorealizatsiya: analiz issledovaniy otechestvennykh i zarubezhnykh avtorov = Personal and professional self-realization: Analysis of studies by domestic and foreign authors. *Pedagogical Education in Russia*, 1, 88–95. DOI: 10.26170/2079-8717_2021_01_11. EDN ADQEUR.
13. Rasskazova, E. I., Lebedeva, A. A. (2020). Skrinirovaya shkala pozitivnykh i negativnykh perezhivaniy E. Diner: aprobatsiya russkoyazychnoy versii = Screening scale of positive and negative experiences by E. Diener: approval of the Russian-language version = Screening scale of positive and negative experiences by E. Diener:

approbation of the Russian-language version. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 17(2), 250–263. DOI: 10.17323/1813-8918-2020-2-250-263. EDN JWOJYW.

14. Rickel, A. M., Tunyants, A. A., Batyrova, N. (2017). Ponyatie sub'ektivnogo blagopoluchiya v gedonisticheskom i evdemonisticheskom podkhodakh = The concept of subjective well-being in the hedonistic and eudaemonistic approaches. *Bulletin of Moscow University. Series 14: Psychology*, 2, 64–82. EDN ZRCNQB.

15. Safronova, M. V., Osmuk, L. A. (2011). Tekhnologii sotsial'noy raboty: metodika otsenki riska semeynogo neblagopoluchiya = Social work technologies: A method for assessing the risk of family trouble. Novosibirsk: Novosibirsk State Technical University, 94 p. EDN QONLOB.

16. Chuvashova, A. G., Konareva, I. N. (2019). Psikhologicheskoe blagopoluchie detey doshkol'nogo vozrasta: diagnosticheskaya model' issledovaniya = Psychological well-being of preschool children: A diagnostic research model. *Scientific Notes of the Crimean Federal University named after V. I. Vernadsky. Sociology. Pedagogy. Psychology*, 5(71), 2, 106–113. EDN JIFVOS.

17. Shevelenkova, T. D., Fesenko, T. P. (2005). Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti = Psychological well-being of personality. *Psychological Diagnostics*, 3, 95–129.

18. Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727. EDN HITMHB.