

**Литовченко Александр Николаевич,**

SPIN-код: 2928-4087

аспирант, Уральский федеральный университет имени первого президента Б. Н. Ельцина; 620062, Россия, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51; e-mail: a.n.litovchenko@urfu.ru

## **СУВЕРЕННОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ МОЛОДЕЖИ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** субъективное благополучие; психологическая суверенность; суверенность психологического пространства; молодежь; цифровые технологии; цифровизация общества; психологическая диагностика; методы диагностики

**АННОТАЦИЯ.** Статья посвящена проблеме изучения предикторов субъективного благополучия молодежи в цифровой среде. Целью исследования являлось определение взаимосвязи суверенности психологического пространства и субъективного благополучия молодежи в цифровой среде. В ходе работы были использованы теоретические, эмпирические, психодиагностические («Методика диагностики субъективного благополучия личности» Р. М. Шаминова и опросник «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартов-Бочавер) и статистические методы (корреляционный и регрессионный анализ в SPSS Statistic 27.0). На выборке студентов ( $N = 126$ ) была выявлена слабая положительная корреляция между интегральным показателем суверенности психологического пространства и субъективным благополучием. Однако регрессионный анализ показал, что суверенность психологического пространства в условиях цифровизации не является его статистически значимым предиктором. Наибольшую предсказательную силу в отношении субъективного благополучия продемонстрировали такие аспекты суверенности, как суверенность социальных связей, личных вещей и физического тела. Результаты свидетельствуют о том, что существующий методологический инструментарий может быть недостаточно чувствителен для изучения особенностей психологического пространства в цифровой среде. Теоретическая значимость работы заключается в уточнении взаимосвязи изучаемых конструктов в новой цифровой реальности и постановке вопроса о необходимости разработки новых подходов к диагностике психологической суверенности в цифровой среде.

**БЛАГОДАРНОСТИ:** исследование выполнено при финансовой поддержке Российской научного фонда и Правительства Свердловской области, проект № 24-28-20414 «Адаптация к профессиональной деятельности в цифровой среде: “цена” и ценности (на материале социономических профессий)».

**ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ:** Литовченко, А. Н. Суверенность психологического пространства и субъективное благополучие молодежи в цифровой среде / А. Н. Литовченко. – Текст : непосредственный // Педагогическое образование в России. – 2025. – № 6. – С. 311–320.

**Litovchenko Alexander Nikolaevich,**

Postgraduate Student, Ural Federal University named after the first President B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia

## **SOVEREIGNTY OF PSYCHOLOGICAL SPACE AS A PREDICTOR OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF YOUTH**

**KEYWORDS:** subjective well-being; psychological sovereignty; sovereignty of the psychological space; youth; digital technologies; digitalization of society; psychological diagnostics; diagnostic methods

**ABSTRACT.** The article addresses the problem of studying predictors of subjective well-being among youth in the digital environment. The aim of the research was to determine the relationship between the sovereignty of psychological space and the subjective well-being of youth in the digital environment. The study employed theoretical, empirical, psychodiagnostic (“Methodology for Diagnosing Subjective Well-Being of an Individual” by R. M. Shamionov and the “Sovereignty of Psychological Space” questionnaire by S. K. Nartova-Bochaver), and statistical methods (correlation and regression analysis in SPSS Statistics 27.0). A weak positive correlation was found on a sample of students ( $N = 126$ ) between the integral indicator of psychological space sovereignty and subjective well-being. However, regression analysis showed that the sovereignty of psychological space in the context of digitalization is not its statistically significant predictor. Aspects of sovereignty such as the sovereignty of social connections, personal belongings, and physical body demonstrated the greatest predictive power regarding subjective well-being. The results suggest that the existing methodological tools may be insufficiently sensitive for studying the features of psychological space in the digital environment. The theoretical significance of the work lies in clarifying the relationship between the studied constructs in the new digital reality and raising the question of the need to develop new approaches to diagnosing psychological sovereignty in the digital environment.

**ACKNOWLEDGEMENTS:** The research was carried out with the support of the Russian Science Foundation and Government of the Sverdlovsk Region, project No. 24-28-20414 “Adaptation to vocational activity in the digital environment: ‘cost’ and values (based on the study of socioeconomic professions)”.

**FOR CITATION:** Litovchenko, A. N. (2025). Sovereignty of Psychological Space as a Predictor of Subjective Well-Being of Youth. In *Pedagogical Education in Russia*. No. 6, pp. 311–320.

**Введение.** Исследование проблемы субъективного благополучия личности имеет глубокие корни в истории философии, социологии и психологии. В последние годы наблюдается резкий подъем научного интереса к данному социальному-психологическому феномену, связанный прежде всего с «острой для психологической практики необходимостью в определении того, что служит основанием для внутреннего равновесия личности, способствующего его адекватному социальному поведению и самореализации»<sup>1</sup>. На первый план выходят психологические причины повышения или снижения благополучия личности. В этой связи в научном пространстве определены наиболее перспективные направления исследования субъективного благополучия, в числе которых: разработка валидного методологического инструментария, изучение процессов преодоления трудностей и определение дифференцированных переменных, влияющих на данный феномен [28]. Одним из таких факторов может выступать *психологическая независимость от других людей*. Так, К. Рифф выделила основные конструкты психологического благополучия: самопринятие, личностный рост; автономия или независимость, компетентность в управлении средой; умение устанавливать позитивные отношения с окружающими, наличие жизненных целей [30]. В дальнейших исследованиях такая взаимосвязь не подвергалась особой критике.

Однако в условиях интенсивной цифровизации образования и жизнедеятельности в целом мы полагаем, что имеет смысл более детально проанализировать данное положение. Основанием этого выступает ряд исследований, где показано, что в таких условиях происходит активное внедрение компьютерно-опосредованной коммуникации [1; 25], последствия которой неоднозначны для субъекта: от улучшения экономических показателей до нарастания рисков выгорания и дезадаптации, регрессии субъектности. Есть исследования о том, что взаимодействия в цифровой среде существенно повышают потенциал групповой динамики, вместе с тем интенсивность взаимодействий требует актуализации ресурсов по управлению потоками информации [4; 10]. Наконец, наблюдается отчуждение ответственности и морального выбора вследствие алгоритмизации передачи информации в цифровой среде [18].

N. M. Bradburn сформировал теорию «психологического благополучия», отделяя его от «психического здоровья» [26]. После выхода его работы появилось сразу несколько направлений в исследовании благополучия, в рамках которых совершенно четко оформились два различных понятия: психологическое благополучие и субъективное благополучие [30]. N. M. Bradburn разработал модель психологического благополучия, отражающую баланс позитивного и негативного аффектов: события повседневной жизни, отражаясь в сознании, приводят к накоплению того или иного аффекта, в зависимости от окрашенности – радости или разочарования. Соответственно, показателем психологического благополучия и общего ощущения удовлетворенности жизнью является, по N. M. Bradburn, расхождение между позитивным и негативным аффектами. Человек ощущает себя счастливым и удовлетворенным, когда позитивный аффект превышает негативный: такой человек имеет высокий уровень психологического благополучия. Напротив, в том случае, когда сумма негативных переживаний преисходит позитивный аффект, человек испытывает неудовлетворенность, чувствует себя несчастливым, что указывает на низкий уровень психологического благополучия. При этом, согласно N. M. Bradburn, позитивный и негативный аффекты не зависят друг от друга: возможно как преобладание того или иного, так и их равенство [26]. Используя понятие «психологическое благополучие», N. M. Bradburn описывал феномен, который впоследствии получил название «субъективное благополучие».

Субъективное благополучие определяется как комплексная характеристика, включающая в себя когнитивную оценку удовлетворенности жизнью, преобладание позитивных переживаний, а также относительное отсутствие негативных эмоций [27]. В отечественной психологии субъективное благополучие рассматривается через категории культурно-исторической концепции и деятельностиного подхода: «Субъективное благополучие – это эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно-ценостных и смысловых представлений о “благополучной” внешней и внутренней среде, выражющееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья» [22, с. 77]. Согласно Р. М. Шамионову, благополучие человека зависит от результатов социализации и реализации ценностей. Благополучие неодно-

<sup>1</sup> Пучкова Г. Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Дальневост. гос. ун-т путей сообщ. Хабаровск, 2003. С. 6.

родно и его недостаток в одной области жизни может компенсироваться в другой, однако личность всегда стремится к «общему благополучию», представление о котором все больше конкретизируется в процессе своего становления. Л. В. Куликов утверждает, что само по себе благополучие является «субъективным», так как явления объективной реальности неизбежно отражаются в психике субъекта [11]. Разработанная А. В. Ворониной модель психологического благополучия включает четыре иерархических уровня: психосоматическое здоровье, социальная адаптация, психическое здоровье и психологическое здоровье. При переходе на каждый уровень развивается новое видение себя и окружающего мира, а также появляются новые возможности для самореализации [5].

Однако, переходя к анализу субъективного благополучия, мы видим, что категория независимости претерпевает некоторые изменения [20].

Исследователи сходятся во мнении, что психологическое благополучие в реальном и виртуальном мире связаны, но не эквивалентны. Психологическое благополучие в информационном обществе имеет ряд особенностей, обусловленных интерференцией доцифровой и цифровой среды:

1. Доступ к Интернету и цифровым технологиям представляется как базовая потребность личности [29], обуславливающая высокий уровень удовлетворенности жизнью и преобладание позитивных эмоций.

2. Стоит отметить особый путь развития личности в цифровой среде, формирование нового понятия «расширенной личности» [19], согласно которому в цифровой среде человек выходит за пределы «естественных» возможностей, приобретая качественно новые свойства.

Обратимся к понятию психологической суверенности. Возрастание актуальности данной проблемы во многом обосновано технологическим развитием современного общества, часто встречающимся высоким уровнем стресса, а также социальной изоляцией, вызванной пандемией, дистанционной работой и обучением, и другими факторами, осложняющими процессы социализации. Экopsихологический подход (В. И. Панов) достаточно подробно раскрывает вышеуказанные факторы. Современная среда, в особенности цифровая, создает «экологический риск» для психического развития, напрямую воздействуя на целостность и суверенность психологического пространства индивида [14]. Психологическая суверенность выражена как способность личности контролировать, защищать и развивать свое психологическое про-

странство, основанная на обобщенном опыте успешного автономного поведения [11]. Идеи независимости личности восходят к рассмотрению человека как активно преобразующего субъекта в деятельностных концепциях Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева [6; 12]. С этой точки зрения субъектность тесно связана с развитием ценностной регуляции, при наличии которой возможно выражение собственных потребностей с учетом прав и потребностей других людей. Также стоит отметить понятие «пространства», отображенное в теории поля К. Левина. Автор говорит о существовании базового конструкта «жизненного пространства», объединяющего самого человека и психологическую среду. Тем самым введены дефиниции, дающие представление о пространственных характеристиках самовосприятия. В дальнейшем вышеупомянутые положения стали основой для формирования концепции суверенности психологического пространства.

Суверенность психологического пространства отражает способность человека к саморегуляции, защите личных границ и автономии, что является важным компонентом психологического благополучия<sup>1</sup>. Значительная часть исследователей сходятся во мнении, что категории благополучия и суверенности имеют точки соприкосновения. Успешность человека в обществе во многом определяется его способностью реализовывать собственные потребности и цели независимо от окружающих, но сохраняя социально приемлемые формы поведения. Так, в исследовании С. К. Нартовой-Бочавер законопослушные подростки имели высокий уровень суверенности, по сравнению с криминализированными ровесниками [15]. Современные исследования также подтверждают, что субъективное благополучие тесно связано с уровнем суверенности психологического пространства. Л. Л. Баландина и О. А. Барковская [2] отмечают, что высокий уровень субъективного благополучия коррелирует с выраженной способностью индивида поддерживать личностные границы, определять свою идентичность и регулировать влияние внешних факторов на внутренний мир. Исследования, проведенные среди подростков, показывают, что уровень суверенности психологического пространства имеет значимую корреляцию с уровнем удовлетворенности жизнью, адаптации к образовательной среде и развитием социальной компетентности [10]. Одним из ключевых аспектов суверенности психоло-

<sup>1</sup> Панина Е. Н. Взаимосвязь суверенности психологического пространства и субъективного благополучия личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Красноярск, 2006. 24 с.

гического пространства является контроль над личными ресурсами, такими как время, внимание, эмоциональное состояние и физическое пространство. Исследования показывают, что нарушение психологических границ, например постоянное вторжение в личное пространство или чрезмерное влияние окружающих, может приводить к снижению субъективного благополучия и повышению уровня тревожности [3]. В то же время способность индивида устанавливать и защищать свои психологические границы способствует росту личной автономии, формированию устойчивости к стрессу и повышению уровня удовлетворенности жизнью [26]. В профессиональной деятельности суверенность психологического пространства опосредуется спецификой выполняемых профессиональных задач, а также особенностями коммуникации в коллективе. Ю. Г. Панюкова выявила, что сотрудники правоохранительных органов, сталкивающиеся с высоким уровнем стресса, часто испытывают нарушение суверенности психологического пространства, что негативно отражается на их субъективном благополучии. В то же время развитие навыков эмоциональной саморегуляции и управление личными границами способствуют снижению профессионального выгорания и повышению удовлетворенности жизнью [17].

В современных исследованиях также обращается внимание на взаимосвязь субъективного благополучия, суверенности психологического пространства и цифровых технологий. В условиях активного использования социальных сетей и цифровых платформ многие люди сталкиваются с нарушением личных границ, что приводит к перегруженности информацией и снижению уровня субъективного благополучия [8]. Однако характеристики взаимодействия с цифровой средой явно не представлены.

Субъективное благополучие молодежи имеет характерные черты, обусловленные культурно-историческим контекстом и возрастными особенностями. По результатам социологических исследований, наибольшее влияние на ощущение счастья населения оказывает уровень дохода, что также справедливо и для категории молодежи. Однако, по мнению некоторых авторов, повышение уровня дохода скорее устраняет неблагополучие и удовлетворяет базовые потребности в достойном питании, безопасности, досуге. Эвдемония как компонент благополучия проявляется при самореализации в социуме. С. В. Яремчук и А. В. Бакина утверждают, что социальное самочувствие молодежи в значительной мере зависит от чувства сопричастности со смысловыми группами [23]. Учитывая учебно-

профессиональную и профессиональную деятельность как ведущую в юношеском возрасте, на который приходится значительная часть молодежной культуры, можно сделать вывод, что и характер профессиональной деятельности имеет значимость для субъективного благополучия молодых людей.

Суверенность психологического пространства, согласно авторам концепции, возрастает по мере взросления и развития человека. Так, в младенческом возрасте ребенок полностью зависит от окружающих его взрослых, в то время как зрелая личность должна иметь высокий уровень независимости от других. Юношеский возраст является переходным этапом зависимого от родителей ребенка к взрослому, самостоятельному члену общества. Студент попадает в новый коллектив, в котором необходимо заново выстраивать взаимодействие. Изменяется и образовательное пространство – теперь значительная часть обучения ложится на самостоятельное изучение, что требует высокого уровня самоорганизации. В этой связи успешность освоения профессии как на этапе обучения, так и непосредственно профессиональной деятельности зависит от состояния внешней и внутренней среды, а также от субъективной оценки этого состояния.

Таким образом, в научном поле определена связь благополучия и суверенности психологического пространства, в том числе в образовательной среде. Уровень удовлетворенности жизнью зависит от депривированности потребностей в личных границах, вещах, социальных связях и ценностях. Вместе с тем условия цифровизации в существующих исследованиях представлены неявно, при этом взаимодействие в цифровой среде отличается от доцифровой. Цифровая среда имеет опосредованные способы коммуникации, осложняющие процессы социализации и адаптации, а негативное отношение к взаимодействию в цифровых средах приводит к преобладанию отрицательных переживаний и снижению психологического благополучия. Развитие человека в такой среде предполагает формирование качественно новых установок, навыков, умений, отсутствие которых также может быть причиной негативного опыта взаимодействия с цифровой средой.

Цель исследования – определение взаимосвязи суверенности психологического пространства и субъективного благополучия молодежи в цифровой среде. Мы предполагаем следующее: взаимосвязь суверенности психологического пространства и субъективного благополучия молодежи слабая при взаимодействии с цифровой средой и опосредованно цифровой средой.

**Методы исследования.** Для опреде-

ления субъективного благополучия использована «Методика диагностики субъективного благополучия личности» Р. М. Шамионова [21], включающая следующие характеристики:

1. Эмоциональное благополучие.
2. Экзистенциально-деятельностное благополучие.
3. Эго-благополучие.
4. Гедонистическое благополучие.
5. Социально-нормативное благополучие.
6. Интегральный показатель субъективного благополучия.

Для измерения суверенности психологического пространства использована модифицированная версия методики «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бочавер [15]. В структуру опросника входят следующие шкалы:

1. Суверенность физического тела.
2. Суверенность территории.
3. Суверенность личных вещей.
4. Суверенность привычек.
5. Суверенность социальных связей.
6. Суверенность ценностей.
7. Интегральный показатель суверенности психологического пространства.

Обработка данных производилась в IBM SPSS Statistics 27.0.1.0 и Jamovi 2.6.13 с использованием ANOVA, коэффициента корреляции Пирсона, регрессионного анализа.

**Выборка.** Выборку исследования составили 126 студентов Уральского федерального университета в возрасте 19–23 лет ( $M = 20,6 \pm 2,2$ ). В состав выборки вошли 118 (93,7%) испытуемых женского пола и 8 (6,3%) – мужского.

Состав выборки представлен респондентами, которые воспринимают цифровую среду как интегрированную в пространство своей жизнедеятельности, без которой невозможна полноценная жизнедеятельность.

**Результаты исследования.** В соответствии с поставленной целью и гипотезами необходимо было определить характер взаимодействия с цифровой средой, продиагностировать уровень субъективного благополучия студентов, а также определить их восприятие суверенности психологического пространства (далее – СПП). Отметим, что апелляция к детскому возрасту (вопросы методики СПП касаются именно периода детства), по мнению авторов методики, актуальна и для исследований суверенности в настоящем времени, так как в некоторой степени отражает состояние испытуемого, его отношение к себе. Психодиагностическое исследование организовано в два этапа. Исследование проводилось в один день с целью снижения влияния эмоционального фона на состояние испытуемых. На первом этапе в групповом формате собраны данные

о характере взаимодействия с цифровой средой, а также измерен уровень субъективного благополучия. На втором этапе получены сведения о показателях суверенности психологического пространства.

Анализ средних показателей субъективного благополучия по методике Р. М. Шамионова показал, что выборка характеризуется более высокими значениями эмоционального благополучия, гедонистического благополучия, а также эго-благополучия. В этой связи исследуемая выборка в значительной части имеет положительный эмоциональный фон, уверенность в себе и своей внешности, удовлетворенность базовых потребностей. Описанные особенности могут быть объяснены преобладанием женского пола в составе выборки, что также подтверждается в существующих гендерных исследованиях благополучия.

Полученные данные суверенности психологического пространства, переведенные в Т-баллы, у 12% респондентов находятся на уровне выше среднего. В детском возрасте они имели полную или избыточную независимость от родительского контроля. Нормальная выраженная суверенность отмечена у 63% студентов. Указанные испытуемые были умеренно ограничены в реализации собственных потребностей. Уровень независимости ниже среднего выявлен у 25%. Такие респонденты испытывали значительное контролирующее воздействие со стороны взрослых. Студентов с низким уровнем суверенности не представлено. Наименьшее среднее значение (39 Т-баллов) встречается в суверенности физического тела, что может говорить о преобладании проблемы недобряемых прикосновений в детском возрасте в представленной выборке. Кроме того, 2 респондента имели депривированность данной потребности. Наибольшее среднее значение демонстрирует суверенность личных вещей (50 Т-баллов), следовательно, обеспечивалось наличие границ в доступе к предметам ребенка, и данная потребность реализовывалась в полной мере. Показатели по остальным шкалам суверенности находятся в пределах от нормальной до высокой суверенности (от 40 до 65 Т-баллов), что является нормой, согласно авторам методики.

Результаты корреляционного анализа демонстрируют слабую взаимосвязь между различными типами психологической суверенности личности и показателями психологического благополучия. Наиболее выраженные корреляционные связи наблюдаются между суверенностью психологического пространства и всеми компонентами благополучия, при этом коэффициенты корреляции достигают максимальных зна-

чений с эмоциональным, эго-благополучием и субъективным благополучием. Прослеживается связь между показателями суверенности физического тела, территории, привычек и эмоциональным, эго-благополучием и интегральным показателем субъективного благополучия. Суверенность ценностей демонстрирует значимые, но менее выраженные взаимосвязи с эмоциональным, эго- и социально-нормативным благополучием, а также с субъективным благополучием. Приме-

чательно, что суверенность личных вещей характеризуется преимущественно низкими коэффициентами корреляции с большинством показателей благополучия, что указывает на меньшую значимость материальных аспектов в структуре психологического благополучия личности. Аналогичная картина наблюдается в отношении суверенности социальных связей, где также преобладают слабые корреляционные связи.

**Корреляционный анализ**

<i>Переменные</i>	<i>Эмоциональное благополучие</i>	<i>Экзистенциально-действийное благополучие</i>	<i>Эго-благополучие</i>	<i>Гедонистическое благополучие</i>	<i>Социально-нормативное благополучие</i>	<i>Субъективное благополучие</i>
Суверенность физического тела	0,29	0,21	0,28	0,14	0,18	0,26
Суверенность территории	0,24	0,21	0,2	0,25	0,16	0,24
Суверенность личных вещей	0,23	0,06	0,2	0,06	0,09	0,15
Суверенность привычек	0,27	0,17	0,27	0,24	0,12	0,25
Суверенность социальных связей	0,19	0,12	0,23	0,22	0,11	0,19
Суверенность ценностей	0,23	0,18	0,29	0,14	0,23	0,24
Суверенность психологического пространства	0,31	0,21	0,32	0,23	0,2	0,29

Примечание: \*\* –  $p < 0,01$ ; \* –  $p < 0,05$ .

Далее для подтверждения гипотезы исследования была проверена возможность реализации регрессионного анализа с помощью метода ANOVA. При скорректированном значении  $R^2 = 0,51$  мы можем говорить о допустимости применения анализа множественной линейной регрессии.

Так как интегральный показатель субъективного благополучия представляет собой среднее значение включенных в методику шкал, приняли его в качестве зависимой переменной. Регрессионный анализ был проведен также с показателями эмоционального благополучия, экзистенциально-действийного благополучия, эго-благополучия, гедонистического благополучия,

социально-нормативного благополучия. Однако отдельные шкалы субъективного благополучия, за исключением эмоционального благополучия, не имели предсказательной значимости. Возможно, это связано с особенностью расчета полученных данных по методике Р. М. Шаминова, состоящей в неравномерном распределении вопросов по шкалам.

В таблице 2 приведены стандартизованные бета-коэффициенты (переведенные в  $z$ -значения), отражающие изменение показателей суверенности психологического пространства при повышении субъективного благополучия на единицу.

**Регрессионный анализ**

<i>Независимые переменные</i>	$\beta$
	<i>Зависимая переменная</i>
Суверенность физического тела	0,10
Суверенность территории	-0,01
Суверенность личных вещей	0,11
Суверенность привычек	0,04
Суверенность социальных связей	0,13
Суверенность ценностей	-0,02
Суверенность психологического пространства	0,15

Анализ  $\beta$ -коэффициентов показал, что статистически значимый вклад в предсказание субъективного благополучия вносят лишь некоторые аспекты суверенности.

Наибольший вклад, хотя и умеренный, наблюдается со стороны интегрального показателя суверенности психологического пространства ( $\beta = 0,15$ ), а также суверенно-

сти социальных связей ( $\beta = 0,13$ ) и суверенности личных вещей ( $\beta = 0,11$ ). Суверенность физического тела ( $\beta = 0,10$ ) также показала положительную, но пограничную связь.

При этом такие аспекты, как суверенность территории, привычек и ценностей, не продемонстрировали статистически значимой связи с субъективным благополучием, о чем свидетельствуют их низкие и незначимые  $\beta$ -коэффициенты.

Таким образом, регрессионный анализ не подтвердил исходную гипотезу о том, что суверенность психологического пространства в целом является предиктором субъективного благополучия молодежи в условиях цифровизации. Хотя модель значима и объясняет существенную долю дисперсии, вклад самого конструкта суверенности оказался слабым.

Модель демонстрирует хорошую предсказательную способность, объясняя более половины вариации в показателе субъективного благополучия. При этом оставшиеся 49% вариации могут быть связаны с другими внешними факторами, такими как личностные особенности, социально-демографические характеристики, уровень стресса и др.

**Обсуждение результатов.** Проведенное исследование, направленное на выявление взаимосвязи между суверенностью психологического пространства и субъективным благополучием молодежи в цифровой среде, позволило получить ряд противоречивых результатов, требующих глубокой интерпретации. Основная гипотеза о значимой предсказательной роли суверенности психологического пространства в отношении субъективного благополучия не нашла статистического подтверждения. Этот ключевой вывод, однако, не означает отсутствия связи как таковой, но указывает на ее сложный, опосредованный и трансформированный характер в новой цифровой реальности.

Корреляционный анализ действительно выявил ряд слабых положительных связей, что в целом согласуется с существующими теоретическими представлениями. Однако регрессионный анализ показал, что интегральный показатель суверенности не является статистически значимым предиктором. Это позволяет предположить, что в контексте цифровой среды традиционные модели, связывающие личностную автономию с благополучием, теряют свою прямолинейность. Наибольший вклад в предсказание субъективного благополучия внесли суверенность социальных связей, личных вещей и физического тела. Это может говорить о том, что в цифровую эпоху именно способности контролировать свой круг общения, защищать свои цифровые активы

(которые являются современным аналогом «личных вещей») и сохранять телесную автономию в мире, насыщенном технологиями слежения, становятся ключевыми ресурсами для психологического благополучия. При этом такие аспекты, как суверенность территории, привычек и ценностей, утратили свою предсказательную силу, возможно, именно потому, что претерпели наибольшую трансформацию под влиянием цифровизации, размывающей границы между физическим и виртуальным.

Центральным вопросом для обсуждения становится методологическая адекватность применяемого инструментария. Использованные опросники, созданные и валидизированные в доцифровую или раннюю цифровую эпоху, по всей видимости, недостаточно чувствительны к особенностям «цифрового» психологического пространства. Они фиксируют суверенность в контексте физического мира и прямых социальных контактов, в то время как жизнь современного молодого человека в значительной степени разворачивается в гибридном пространстве, где цифровая среда интегрируется в жизнедеятельность личности. Таким образом, слабая предсказательная сила конструкта может быть связана не с его нерелевантностью, а с тем, что мы изменим его «аналоговую» версию, в то время как для благополучия критически важна его «цифровая» составляющая.

Нельзя не учитывать и ограничения данного исследования, главным из которых является специфическая выборка, представленная в основном женщинами-студентами, уже глубоко интегрированными в цифровую среду. Это могло повлиять на общую картину результатов. Таким образом, основной вывод работы состоит не в опровержении связи между суверенностью и благополучием, а в констатации того, что эта связь в условиях цифровизации становится более сложной, опосредованной и не улавливается полностью существующим методологическим инструментарием. Перспективы дальнейших исследований видятся в разработке и валидизации методик, направленных на диагностику «цифрового» психологического пространства, а также в качественном изучении того, как молодые люди сами воспринимают и выстраивают свои границы и автономию в цифровой среде.

Гипотеза исследования подтвердилась. Показатели суверенности психологического пространства имеют слабо выраженную связь с субъективным благополучием. Стоит отметить, что это-благополучие и суверенность психологического пространства имеют достаточно схожее теоретическое обоснование, что может являться причиной высоких

значений корреляций. Эго-благополучие, как и психологическая суверенность, относится к восприятию ближайшего окружения и своего тела. С точки зрения экопсихологического подхода это может быть обосновано слиянием цифровой среды и субъекта в становлении единого метасубъекта. Таким образом, субъективное благополучие в цифровой среде не связано с суверенностью психологического пространства молодежи.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Анненкова, А. В. Лингвостилистические особенности современной интернет-коммуникации (на материале сетевых комментариев к статье на общественно-политическую тематику) / А. В. Анненкова, Е. А. Таныгина, Р. В. Попадинец // Русский лингвистический бюллетень. – 2022. – № 3 (31). – DOI: 10.18454/RULB.2022.31.17. – EDN SJCOAQ.
2. Барковская, О. В. Психологическое пространство субъективно благополучных русских / О. В. Барковская // Этнопсихология: актуальные проблемы современного мира : материалы региональной межвузовской научно-практической конференции с международным участием, Благовещенск, 25 марта 2013 года / отв. ред. Е. В. Афонасенко. – Благовещенск : Благовещенский государственный педагогический университет, 2013. – С. 17–21. – EDN TVIPTH.
3. Бухарова, Е. Б. Взаимосвязь показателей субъективного переживания одиночества с показателями суверенности психологического пространства у подростков / Е. Б. Бухарова, М. Ю. Плотникова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66-4. – С. 317–320. – EDN VJGPXY.
4. Войсунский, А. Е. Познание и коммуникация – вызовы современности / А. Е. Войсунский, М. Ю. Соловов // Философские науки. – 2018. – № 4. – С. 114–132. – DOI: 10.30727/0235-1188-2018-4-114-132. – EDN XUJVZFZ.
5. Воронина, А. В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыта структурно-уровневого анализа / А. В. Воронина // Сибирский психологический журнал. – 2005. – № 3. – С. 142–145.
6. Выготский, Л. С. Развитие личности и мировоззрения ребенка / Л. С. Выготский // Психология личности. Хрестоматия. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 151–156.
7. Джанерьян, С. Т. Взаимосвязь между осмыслинностью жизни и суверенностью психологического пространства у мужчин и женщин / С. Т. Джанерьян, Д. И. Гвоздева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2023. – Т. 11, № 1. – EDN BMNWNP.
8. Егорова, М. С. Темная триада / М. С. Егорова, М. А. Ситиникова // Психологические исследования. – 2014. – Т. 7, № 38. – С. 12. – EDN TLPMVV.
9. Карпов, А. В. Методологические основы психологического анализа деятельности субъектно-информационного класса (статья вторая) / А. В. Карпов // Ярославский психологический вестник. – 2022. – № 1 (52). – С. 7–24. – EDN YKMSKO.
10. Крецан, З. В. Содержательные характеристики суверенности во взаимосвязи с личностными параметрами подростков в условиях образовательной среды / З. В. Крецан, Е. В. Морозов // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. – 2022. – Т. 6, № 2 (22). – С. 102–109. – DOI: 10.21603/2542-1840-2022-6-2-102-109. – EDN NUYHUD.
11. Куликов, Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л. В. Куликов // Общество и политика. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского университета, 2000. – С. 476–510.
12. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : ИПЛ, 1977. – 304 с.
13. Нартова-Бочавер, С. Городской стресс и его предикторы: психологическое исследование / С. Нартова-Бочавер, С. Резниченко, Е. Северьянова // Городские исследования и практики. – 2023. – Т. 8, № 1. – С. 74–88. – DOI: 10.17323/uspr81202374-88. – EDN RQMRMJJ.
14. Нартова-Бочавер, С. К. Онтогенез психологической суверенности личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психология зрелости и старения. – 2005. – № 1. – С. 102–113. – EDN TJDUQR.
15. Нартова-Бочавер, С. К. Опросник «Суверенность психологического пространства» – новый метод диагностики личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25, № 5. – С. 77–89. – EDN OXIAGD.
16. Панов, В. И. Экопсихологический подход к развитию психики: этапы, предпосылки, конструкты / В. И. Панов // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2022. – Т. 15, № 3. – С. 100–118. – DOI: 10.24412/2073-0861-2022-3-100-117. – EDN ONWKYJ.
17. Панюкова, Ю. Г. Роль суверенности личности в профессиональном становлении сотрудников ОВД / Ю. Г. Панюкова // Актуальные проблемы борьбы с преступностью в Сибирском регионе : сборник материалов международной научной конференции (15–16 февраля 2007 г.) : в 2-х ч. Ч. 1. – Красноярск : Издательство Сибирского юридического института МВД России, 2007. – С. 344–346.
18. Патраков, Э. В. Цифровизация: цена и ценности / Э. В. Патраков, Н. Е. Водопьянова // Вопросы психологии. – 2024. – Т. 70, № 3. – С. 16–25. – EDN TYHTKHN.
19. Семенов, А. Л. Результативное образование расширенной личности в прозрачном мире на цифровой платформе / А. Л. Семенов // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2020. – № 3. – С. 590–596. – DOI: 10.33910/herzenpsyconf-2020-3-27. – EDN SHIVMX.

Мы предполагаем, что существующий методологический инструментарий недостаточный для исследования психологического пространства личности в условиях цифровизации. Психологическое пространство в цифровой среде отличается от доцифровой среды, что требует поиска новых факторов, обуславливающих субъективное благополучие личности.

20. Солдатова, Г. У. Цифровые предикторы психологического благополучия молодежи в реальном и виртуальном мирах / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, С. Н. Илюхина // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2025. – Т. 48, № 1. – С. 78–100. – DOI: 10.11621/LPJ-25-04. – EDN UFXOUJ.
21. Шамионов, Р. М. Методика диагностики субъективного благополучия личности / Р. М. Шамионов, Т. В. Бескова // Психологические исследования. – 2018. – Т. 11, № 60. – С. 8. – EDN YLUVCH.
22. Шамионов, Р. М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности / Р. М. Шамионов // Психологический журнал. – 2014. – Т. 35, № 4. – С. 68–81. – EDN SJVWKT.
23. Яремчук, С. В. Особенности жизненного мира юношей и девушек разных возрастных периодов / С. В. Яремчук, А. В. Бакина, С. М. Ситяева // Российский психологический журнал. – 2021. – Т. 18, № 1. – С. 34–46. – DOI: 10.21702/trj.2021.1.3. – EDN GHJDBN.
24. Яшина, А. А. Проблема идентичности в социальной психологии / А. А. Яшина // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. – 2007. – № 6 (6). – С. 110–113. – EDN KEZLNL.
25. Bezzikonnaya, E. The use of digital technologies in the practice of adaptation of young professionals / E. Bezzikonnaya, A. Bogdashin, E. Portnyagina // Sociología y tecnociencia. – 2024. – Vol. 14, no. 1. – P. 1–14. – DOI: 10.24197/st.1.2024.1-1445.
26. Bradburn, N. The Structure of Psychological well-being / N. Bradburn. – Chicago : Aldine Pub. Co., 1969. – 320 p.
27. Diener, E. The Evolving Concept of Subjective Well Being: The Multifaceted Nature of Happiness / E. Diener, C. N. Scollon, R. E. Lucas // Advances in Cell Aging and Gerontology. – 2024. – Vol. 15. – P. 187–219. – DOI: 10.1016/s1566-3124(03)15007-9.
28. Diener, Ed. Subjective well-being: Three decades of progress / Ed. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas // Psychological Bulletin. – 1999. – Vol. 125, no. 2. – P. 276–302. – EDN GZSKZP.
29. Jæger, B. Digital Citizenship – A review of the academic literature / Digital Citizenship: eine systematische Literaturanalyse / B. Jæger // Dms – der moderne staat – Zeitschrift für Public Policy, Recht und Management. – 2021. – Vol. 14, no. 1. – P. 24–42.
30. 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.
31. Twenge, J. M. Less in-person social interaction with peers among U.S. adolescents in the 21<sup>st</sup> century and links to loneliness and depression / J. M. Twenge, B. H. Spitzberg, W. K. Campbell // Journal of Social and Personal Relationships. – 2018. – Vol. 36 (6). – P. 1892–1916.

## R E F E R E N C E S

1. Annenkova, A. V., Tanygina, E. A., Popadinets, R. V. (2022). Lingvostilisticheskie osobennosti sovremennoy internet-kommunikatsii (na materiale setevykh kommentariev k stat'e na obshchestvenno-politicheskuyu tematiku) = Linguistic stylistic features of modern Internet communication (based on the material of online comments to an article on socio-political topics). *Russian Linguistic Bulletin*, 3(31). DOI: 10.18454/RULB.2022.31.17. EDN SJCOAQ.
2. Barkovskaya, O. V. (2013). Psichologicheskoe prostranstvo sub''ekтивno blagopoluchnykh russkikh = Psychological space of subjectively prosperous Russians. *Ethnopsychology: Actual problems of the modern world*, 17–21. Blagoveschchensk: Blagoveschchensk State Pedagogical University. EDN TVIPTH.
3. Bukharova, E. B., Plotnikova, M. Yu. (2020). Vzaimosvyaz' pokazateley sub''ekтивnogo perezhivaniya odinochestva s pokazatelyami suverennosti psikhologicheskogo prostranstva u podrostkov = Interrelation of indicators of subjective experience of loneliness with indicators of sovereignty of psychological space in adolescents. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 66-4, 317–320. EDN VJGPXY.
4. Voyskunskiy, A. E., Solodov, M. Yu. (2018). Poznanie i kommunikatsiya – vyzovy sovremennosti = Cognition and communication – challenges of modernity. *Philosophical Sciences*, 4, 114–132. DOI: 10.30727/0235-1188-2018-4-114-132. EDN XUJVZF.
5. Voronina, A. V. (2005). Problema psikhologicheskogo zdorov'ya i blagopoluchiya cheloveka: obzor kontseptsiy i opyt strukturno-urovnevogo analiza = The problem of psychological health and human well-being: A review of concepts and experience of structural and level analysis. *Siberian Psychological Journal*, 3, 142–145.
6. Vygotsky, L. S. (2002). Razvitiye lichnosti i mirovozzreniya rebenka = The development of personality and worldview of a child. *Psychology of personality*, 151–156. Saint Petersburg: Piter Publishing House.
7. Janeryan, S. T., Gvozdeva, D. I. (2023). Vzaimosvyaz' mezhdyu osmyslennost'yu zhizni i suverennost'yu psikhologicheskogo prostranstva u muzhchin i zhenshchin = The relationship between the meaningfulness of life and the sovereignty of psychological space in men and women. *The World of Science. Pedagogy and Psychology*, 11(1). EDN BMNWNP.
8. Egorova, M. S., Sitnikova, M. A. (2014). Temnaya triada = The dark triad. *Psychological Research*, 7(38), 12. EDN TLPMVV.
9. Karpov, A. V. (2022). Metodologicheskie osnovy psikhologicheskogo analiza deyatel'nosti sub''ektno-informatsionnogo klassa (stat'ya vtoraya) = Methodological foundations of psychological analysis of the activity of the subject-information class (article two). *Yaroslavl Psychological Bulletin*, 1(52), 7–24. EDN YKMSKO.
10. Kretsan, Z. V., Morozov, E. V. (2022). Soderzhatel'nye kharakteristiki suverennosti vo vzaimosvyazi s lichnostnymi parametrami podrostkov v usloviyakh obrazovatel'noy sredy = Substantive characteristics of sovereignty in relation to the personal parameters of adolescents in an educational environment. *Bulletin of the Kemerovo State University. Series: Humanities and Social Sciences*, 6, 2(22), 102–109. DOI: 10.21603/2542-1840-2022-6-2-102-109. EDN NUYHUD.
11. Kulikov, L. V. (2000). Determinanty udovletvorennosti zhizn'yu = Determinants of life satisfaction. *Society and politics*, 476–510. Saint Petersburg: Saint Petersburg University Press.

12. Leont'ev, A. N. (1977). Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' = Activity. Conscience. Personality. Moscow: IPL Publishing House, 304 p.
13. Nartova-Bochaver, S., Reznichenko, S., Severyanova, E. (2023). Gorodskoy stress i ego prediktores: psikhologicheskoe issledovanie = Urban stress and its predictors: A psychological study. *Urban Research and Practice*, 8(1), 74–88. DOI: 10.17323/usp81202374-88. EDN RQMRM.J.
14. Nartova-Bochaver, S. K. (2005). Ontogeneticheskaya suverennost' lichnosti = Ontogenesis of psychological sovereignty of personality. *Psychology of Maturity and Aging*, 1, 102–113. EDN TJDUQR.
15. Nartova-Bochaver, S. K. (2004). Oprosnik «Suverennost' psikhologicheskogo prostranstva» – novyy metod diagnostiki lichnosti = The questionnaire "Sovereignty of psychological space" – a new method of personality diagnosis. *Psychological Journal*, 25(5), 77–89. EDN OXIAGD.
16. Panov, V. I. (2022). Ekopsikhologicheskiy podkhod k razvitiyu psikhiki: etapy, predposyalki, konstrukty = Ecopsychological approach to the development of the psyche: Stages, prerequisites, constructs. *Theoretical and Experimental Psychology*, 15(3), 100–118. DOI: 10.24412/2073-0861-2022-3-100-117. EDN ONWKYJ.
17. Panyukova, Yu. G. (2007). Rol' suverennosti lichnosti v professional'nom stanovlenii sotrudnikov OVD = The role of personal sovereignty in the professional development of police officers. *Actual problems of combating crime in the Siberian region (part 1)*, 344–346. Krasnoyarsk: Publishing House of the Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia.
18. Patrakov, E. V., Vodopyanova, N. E. (2024). Tsifrovizatsiya: tsena i tsennosti = Digitalization: Price and values. *Questions of Psychology*, 70(3), 16–25. EDN TYHTKH.
19. Semenov, A. L. (2020). Rezul'tativnoe obrazovanie rasshirennoy lichnosti v prozrachnom mire na tsifrovoy platforme = Effective education of an expanded personality in a transparent world on a digital platform. *Herzen Readings: Psychological Research in Education*, 3, 590–596. DOI: 10.33910/herzenpsyconf-2020-3-27. EDN SHIVMX.
20. Soldatova, G. U., Chigarkova, S. V., Ilyukhina, S. N. (2025). Tsifrovye prediktores: psikhologicheskogo blagopoluchiya molodezhi v real'nom i virtual'nom mirakh = Digital predictors of psychological well-being of youth in the real and virtual worlds. *Bulletin of the Moscow University. Series 14: Psychology*, 48(1), 78–100. DOI: 10.11621/LPJ-25-04. EDN UXOUJ.
21. Shamionov, R. M., Beskova, T. V. (2018). Metodika diagnostiki sub''ektivnogo blagopoluchiya lichnosti = Methodology of diagnostics of subjective well-being of personality. *Psychological Research*, 11(60), 8. EDN YLUVCH.
22. Shamionov, R. M. (2014). Etnokul'turnye faktory sub''ektivnogo blagopoluchiya lichnosti = Ethnocultural factors of subjective well-being of a personality. *Psychological Journal*, 35(4), 68–81. EDN SJVWKT.
23. Yaremchuk, S. V., Bakina, A. V., Sityaeva, S. M. (2021). Osobennosti zhiznennogo mira yunoshey i devushek raznykh vozrastnykh periodov = Features of the life world of boys and girls of different age periods. *Russian Psychological Journal*, 18(1), 34–46. DOI: 10.21702/rpj.2021.1.3. EDN GHJDBN.
24. Yashina, A. A. (2007). Problema identichnosti v sotsial'noy psikhologii = The problem of identity in social psychology. *Bulletin of the Volgograd State University. Series 7: Philosophy. Sociology and Social Technologies*, 6(6), 110–113. EDN KEZLNL.
25. Bezvikkonaya, E., Bogdashin, A., Portnyagina, E. (2024). The use of digital technologies in the practice of adaptation of young professionals. *Sociología y tecnociencia*, 14(1), 1–14. DOI: 10.24197/st.1.2024.1-1445.
26. Bradburn, N. (1969). The Structure of Psychological well-being. Chicago: Aldine Pub. Co., 320 p.
27. Diener, E., Scollon, C. N., Lucas, R. E. (2024). The Evolving Concept of Subjective Well Being: The Multi-faceted Nature of Happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187–219. DOI: 10.1016/s1566-3124(03)15007-9.
28. Diener, Ed., Suh, E. M., Lucas, R. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. EDN GZSKZP.
29. Jäger, B. (2021). Digital Citizenship – A review of the academic literature / Digital Citizenship: eine systematische Literaturanalyse. *Dms – der moderne staat – Zeitschrift für Public Policy, Recht und Management*, 14(1), 24–42.
30. 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.
31. Twenge, J. M., Spitzberg, B. H., Campbell, W. K. (2018). Less in-person social interaction with peers among U.S. adolescents in the 21<sup>st</sup> century and links to loneliness and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(6), 1892–1916.