

МЕТОДИКА / METHODS

Научная статья / Research Article
<https://doi.org/10.11621/LPJ-24-23>
УДК/UDC 159.9, 159.922

Валидизация шкалы проявлений психологического благополучия (ШППБ) на выборке российских студентов

Т.Г. Фомина , И.Н. Бондаренко

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация

 tanafomina@mail.ru

Резюме

Актуальность. Проблема исследования психологического благополучия современной молодежи приобретает все большую актуальность. Теоретическое обоснование и разработка надежного психодиагностического инструментария для оценки благополучия являются значимой задачей теоретических и прикладных исследований.

Цель. Обосновать преимущества методов, позволяющих проводить диагностику как общего уровня психологического благополучия, так и отдельных компонентов (эвдемонического и гедонистического) с учетом контекстных и возрастных аспектов. Представить результаты валидизации опросника «Шкала проявлений психологического благополучия (ШППБ)» на выборке российских студентов.

Выборка включала 435 студентов российских вузов, возраст которых составлял от 16 до 28 лет ($M_{\text{возраст}} = 19,72$, $SD = 1,67$). Доля девушек в выборке составляла 56,41%, а юношей — 44,52%.

Методы. В исследовании использовались следующие методики: шкала удовлетворенности жизнью (Life Satisfaction Scale) Э. Динера, шкала оптимизма (Test of Dispositional Optimism, TDO-P) и шкала депрессии Центра эпидемиологических исследований (Depression Scale of the Center for Epidemiological Studies, CES-D).

Результаты. Проведен сравнительный анализ психодиагностических инструментов, используемых для оценки различных аспектов психологического благополучия; обозначены тенденции в разработке современных опросных методов его оценки. Конфирматорный факторный анализ позволил обосновать и подтвердить иерархическую структуру конструкта благополучия, где единый общий фактор образован двумя факторами более

низкого порядка, значимо связанными, но оценивающими разные аспекты благополучия (эвдемонистические и гедонистические соответственно). Выявлены значимые положительные взаимосвязи шкал опросника ШППБ с удовлетворенностью жизнью, оптимизмом; и отрицательные — с уровнем депрессии, что позволило оценить конструктивную валидность инструмента. Шкалы опросника также продемонстрировали высокие индексы надежности. Сравнение мужской и женской выборки по шкалам опросника показало необходимость учета гендера при разработке норм опросника.

Выводы. Шкала проявлений психологического благополучия отвечает современным психометрическим стандартам и позволяет оценивать психологическое благополучие в соответствии с новейшими теоретическими подходами. Полученные результаты вносят вклад как в теоретическое осмысление конструкта благополучия, так и в его измерение.

Ключевые слова: психологическое благополучие, валидизация, студенты, конфирматорный факторный анализ

Для цитирования: Фомина, Т.Г., Бондаренко, И.Н. (2024). Валидизация шкалы проявлений психологического благополучия (ШППБ) на выборке российских студентов. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 47(2), 243–264. <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-23>

Validation of the Well-being Manifestations Measurement Scale (WBMMS) on a Sample of Russian Students

Tatiana G. Fomina ✉, Irina N. Bondarenko

Federal Scientific Center for Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation

✉ tanafomina@mail.ru

Abstract

Background. The article presents a comparative analysis of diagnostic tools used to assess various aspects of psychological well-being. It also outlines trends in the development of modern survey methods for its assessment.

The objective of this study is to substantiate the advantages of the methods that allow diagnosing both the general level of psychological well-being and its separate components (eudemonic and hedonic), taking into account contextual and age-related aspects. The results of the validation of the questionnaire “Well-being Manifestations Measurement Scale (WBMMS)” on a sample of Russian students are presented.

Study Participants. The sample consisted of 435 Russian university students, the age ranging from 16 to 28 years ($M_{\text{age}} = 19.72$, $SD = 1.67$). Of these, 56.41% were female and 44.52% were male.

Methods. The following methods were employed: the scale of general level of subjective well-being (Life Satisfaction Scale) by E. Diener, the scale of optimism (Test of Dispositional Optimism, TDO-P), and the Depression Scale of the Center for Epidemiological Studies, CES-D.

Results. The results of the confirmatory factor analysis (CFA) supported our initial hypothesis that the well-being construct could be adequately represented by a single common factor, formed by two lower-order factors. These factors, eudemonistic and hedonistic, respectively, were significantly correlated with each other, and with the subjective well-being of participants. The instrument demonstrated good convergent validity with these variables, as indicated by the positive correlation with subjective well-being and the negative correlation with optimism. The questionnaire scales exhibited satisfactory reliability values. A comparison of female and male samples on the scales of the SPPB questionnaire indicated the necessity to consider gender in the development of the questionnaire norms.

Conclusions. The scale of manifestations of psychological well-being meets contemporary psychometric standards and allows for the assessment of psychological well-being in accordance with the latest theoretical approaches. The results obtained contribute to both the theoretical understanding of the construct of well-being and its measurement.

Keywords: psychological well-being, validation, students, confirmatory factor analysis

For citation: Fomina, T.G., Bondarenko, I.N. (2024). Validation of the Well-being Manifestations Measurement Scale (WBMMS) on a Sample of Russian Students. *Lomonosov Psychology Journal*, 47(2), 243–264. <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-23>

Введение

В настоящее время фундаментальные и прикладные исследования психологического благополучия молодых людей в период студенчества приобретают все большее значение. Для решения данной научной проблемы необходимо разработать надежный психодиагностический инструментарий для оценки и мониторинга благополучия студенческой молодежи в образовательной среде (du Toit et al., 2022; Mukhlis et al., 2024). Качество жизни и психологическое благополучие в учебные годы могут служить важным прогностическим фактором

для будущей профессиональной продуктивности (Самохвалова и др., 2022). Наличие разнообразного инструментария для оценки психологического благополучия студентов является ключевым аспектом создания системы мониторинга психологического здоровья, которая позволит своевременно предоставлять поддержку и помощь студентам, сталкивающимся с трудностями в адаптации, коммуникации и преодолении кризисных ситуаций.

Каждый инструмент должен иметь теоретическое обоснование. В отношении диагностики психологического благополучия (ПБ) обычно выделяют два подхода (Осин, Леонтьев, 2020; Ryan, Deci, 2001 и др.). Первый подход связан с гедонистическим благополучием (счастье, удовольствие, позитивные эмоции), второй — описывает феномен с эвдемонистических позиций (смысл жизни, позитивное функционирование, активность, контроль над событиями). Исследователи отмечают, что эти виды благополучия тесно взаимосвязаны, если говорить об интегральном уровне, однако также важно анализировать и изучать отдельные проявления каждого из них. Поэтому и психодиагностические инструменты обычно соответствуют определенной теоретической концепции.

Одним из наиболее известных представителей первого подхода является Э. Динер, а второго — К. Рифф. В современных подходах исследователи все чаще диагностируют как субъективное (гедонистическое) благополучие, так и психологическое (эвдемонистическое). Примером такого инструмента является методика PERMA-Profilер (Butler, Kern, 2016), основанная на теории М. Селигмана. Исследователи отмечают, что выбор инструмента зависит от того, какая информация о психологическом благополучии респондентов необходима в конкретных ситуациях. Использование методов оценки гедонистического благополучия позволяет избежать сложных определений, поскольку респонденты оценивают общую удовлетворенность жизнью на основе своих собственных критериев. Однако в некоторых исследованиях и практических областях (образование, здравоохранение, экономика, социальная политика и пр.) требуется информация о конкретных компонентах удовлетворенности жизнью или благополучия, таких как физическое, психологическое и социальное благополучие. Одной из целей данного исследования является анализ современного инструментария для оценки психологического благополучия студентов вузов и выбор наиболее подходящего опросника для оценки его различных компонентов и интегрального уровня.

Современный инструментарий оценки психологического благополучия

Усиление внимания к благополучию студентов способствовало разработке сокращенных шкал для оценки не только самого благополучия, но и связанных с ним явлений, таких как позитивное функционирование, психическое здоровье, удовлетворенность, самочувствие, счастье и т.п. (Diener et al., 2010) Некоторые из этих шкал учитывают характеристики академической среды и условий обучения, в то время как другие оценивают более общие аспекты. Рассмотрим наиболее распространенные опросники в данной области.

Для диагностики гедонистического аспекта благополучия в настоящее время применяется широкий спектр психодиагностических методик, включая адаптированные на русский язык. Один из таких инструментов — опросник М. Аргайла «Оксфордский опросник счастья» (Голубев, Дорошева, 2017), который оценивает уровень общего счастья путем оценки таких параметров, как удовлетворенность собой, позитивное отношение к окружающим, наличие интересов, увлечений, энергия, здоровье и др. Шкалы позитивного и негативного аффекта PANAS (Осин, 2012) используются для быстрой оценки позитивной и негативной эмоциональности. Шкала субъективного счастья С. Любомирски (Lyubomirsky, Lepper, 1999; Осин, Леонтьев, 2020) направлена на измерение позитивных эмоций. Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (Осин, Леонтьев, 2020) предназначена для оценки когнитивного компонента субъективного благополучия.

Отечественные исследователи Р.М. Шамионов и Т.В. Бескова (Шамионов, Бескова, 2018) предложили оригинальную концепцию и инструмент диагностики субъективного благополучия личности. Они определяют субъективное благополучие как социально-психологическое образование, которое может быть оценено по следующим параметрам: эмоциональное благополучие, экзистенциально-деятельностное благополучие, эго-благополучие, гедонистическое благополучие и социально-нормативное благополучие.

Одним из наиболее распространенных методов оценки эвдемистического благополучия является опросник К. Рифф — Ryff's Psychological Well-Being Scales (создан в 1989 г.). На русском языке существуют несколько адаптированных вариантов этого опросника, разработанных Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко (Шевеленкова, Фесенко, 2005), Л.А. Пергаменщиком, Н.Н. Лепешинским (Пергаменщик, Лепешинский, 2007), Л.В. Жуковской и Е.Г. Трошихиной (Жуковская,

Трошихина, 2011). Опросник позволяет оценить степень выраженности основных показателей психологического благополучия личности в соответствии с концепцией К. Рифф, таких как автономность, самопринятие, личностный рост, цели в жизни, компетентность, позитивные отношения с другими и общий уровень благополучия.

Недавно адаптированный на русскоязычной выборке опросник PERMA-Profilер представляет собой инструмент, объединяющий оценку эвдемонистических и гедонистических аспектов благополучия (Исаева и др., 2022). Методика позволяет измерить уровень благополучия по девяти шкалам, включая пять основных, соответствующих модели PERMA М. Селигмана (позитивные эмоции, вовлеченность, взаимоотношения, смысл, достижения), а также четыре дополнительные для оценки негативных эмоций, здоровья, одиночества и счастья.

В данном контексте также следует обратить внимание на инструменты, специально разработанные для студенческих выборок или широко применяемые для мониторинга психического здоровья в образовательной среде.

На выборках студентов из разных стран был адаптирован опросник Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS), разработанный Р. Теннатом и др. в 2007 г. (Tennat et al., 2007), который измеряет преимущественно позитивные аспекты гедонистического и эвдемонистического благополучия. Шкала состоит из 14 пунктов, ориентированных на оценку позитивного аффекта (включая чувство оптимизма, бодрости, расслабленности) и удовлетворенности межличностными отношениями, общего позитивного функционирования (энергия, ясное мышление, самопринятие, личностное развитие, компетентность и автономия). Акцентирование вопросов методики на позитивных аспектах, по мнению исследователей, способствует поддержке инициатив по укреплению психического здоровья студентов.

Более современным методом измерения благополучия студентов является CSSWQ, предложенный исследователем Тайлером Реншоу (Renshaw, 2018). Опросник состоит из 15 пунктов и оценивает благополучие студентов в четырех ключевых областях, важных для их успешной учебы: академическая эффективность, академическая удовлетворенность, чувство принадлежности и благодарность. Автор обосновывает выбор данных проявлений через анализ конкретных поведенческих показателей в контексте образовательной среды как показателей благополучия студентов.

Краткая и длинная версия опросника Mental Health Continuum-Long Form (МНС-LF; Keyes, 2002) и Short Form (МНС-SF; Keyes, 2009) разработаны для оценки психического благополучия. Эти методики были адаптированы и переведены на более чем 38 языков и включают в себя оценку гедонистических и эвдемонистических аспектов благополучия (Jovanović, 2015). Авторы предлагают оценивать психологическое, эмоциональное и социальное благополучие у респондентов начиная с 12 лет.

Отечественные исследователи представили собственные модели оценки психологического благополучия на выборках студентов (Самохвалова и др., 2022). Они рассматривают совладание, жизнеспособность, самопринятие, доверие к себе, саморегуляцию, самопроектирование, включенность в отношения как основные маркеры психологического благополучия. В результате их работы была создана «Шкала психологического благополучия студентов» (Самохвалова и др., 2022), состоящая из 25 пунктов, позволяющая оценить общий уровень психологического благополучия и его пять компонентов: аффективный, когнитивный, конативный, рефлексивный и ценностно-смысловой.

Таким образом, наблюдаются определенные тенденции в разработке современных опросных методов для оценки психологического благополучия. Во-первых, эти методы должны включать измерение как общего уровня ПБ, так и его отдельных компонентов. Во-вторых, предпочтение отдается инструментам, способным оценивать как эвдемонистические, так и гедонистические аспекты благополучия. В-третьих, необходимо разрабатывать инструменты, учитывающие контекстуальные и возрастные факторы.

Одним из таких инструментов, предлагаемых для использования на студенческой выборке, является опросник «Шкала проявлений психологического благополучия подростков» (Моросанова и др., 2018). Он является адаптацией Шкалы проявлений психологического благополучия (Well-Being Manifestation Measurement Scale, WBMMMS) (Masse et al., 1998). Изучение структуры и валидности опросника на студенческой выборке представляет собой дополнительную цель настоящего исследования. Этот инструмент оценивает различные аспекты психологического благополучия, такие как «Управление собственной личностью и событиями», «Общительность», «Счастье», «Вовлеченность в социальное взаимодействие», «Самооценка» и «Душевное равновесие». Предыдущие исследования с использованием данного опросника подтверждают эффективность его

использования (Brouzos et al., 2016; Fomina et al., 2020). Проверка структуры опросника и оценка его валидности расширят область применения методики и позволят использовать ее для различных практических и научных задач.

Выборка

Студенты 1–5-го курсов московских вузов ($N = 435$, возраст от 16 до 28, $M = 19,72$, $SD = 1,67$, жен. пол — 56,41%, муж. пол — 44,52%).

Методы исследования

«Шкала проявлений психологического благополучия подростков» (Masse et al., 1998; адаптация Моросанова и др., 2018). Представляет собой опросник, стимульный вариант которого состоит из инструкции и набора из 25 утверждений. Утверждения оцениваются по 5-балльной шкале: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «почти всегда». Испытуемым предлагается оценить по представленной шкале свое состояние за последний месяц. Обработка представляет собой оценку по следующим шести шкалам: Управление собственной личностью и событиями (4 утверждения), Счастье (5 утверждений), Общительность (4 утверждения), Вовлеченность в социальное взаимодействие (4 утверждения), Самооценка (4 утверждения), Душевное равновесие (4 утверждения), и интегральную шкалу Психологическое благополучие, представляющую собой сумму всех шести шкал. Опросники, которые были использованы для оценки валидности: 1. Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера в адаптации Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева (Осин, Леонтьев, 2020). Методика измеряет эмоциональное переживание индивидом собственной жизни как целого. Методика предназначена для массовых опросов респондентов о степени субъективной удовлетворенности их жизнью. 2. Тест диспозиционного оптимизма, ТДО-П, скрининговая версия (Гордеева и др., 2021) использовался для оценки позитивных и негативных ожиданий от будущего. 3. Шкала депрессии Центра эпидемиологических исследований, CES-D. Методика предназначена для скринингового выявления депрессивного расстройства.

Анализ данных. Для оценки психометрических свойств опросника были использованы: методы описательной статистики, оценка внутренней согласованности (коэффициенты альфа Кронбаха и омега Мак-Доналда), корреляционный анализ, оценка значимых различий, конфирматорный факторный анализ. Анализ данных был произведен с помощью статистических пакетов SPSS 27.0, AMOS 27.0.

Результаты

Оценка внутренней согласованности шкал опросника

В Таблице 1 представлены средние значения и стандартные отклонения по шкалам опросника и по общему показателю ПБ. Для оценки внутренней согласованности шкал опросника рассчитаны коэффициенты омега Мак-Доналда и альфа Кронбаха.

Таблица 1

Описательная статистика и показатели надежности шкал опросника

Шкалы опросника	M	SD	Показатели надежности	
			ω Мак-Доналда	α Кронбаха
Управление собственной личностью и событиями	14,33	3,41	0,834	0,833
Счастье	17,09	4,98	0,885	0,880
Вовлеченность в социальное взаимодействие	14,33	3,68	0,807	0,806
Самооценка	14,34	3,64	0,843	0,837
Душевное равновесие	13,65	3,80	0,791	0,785
Общительность	16,02	3,12	0,771	0,771
Общий уровень ПБ	89,76	19,34	0,953	0,952

Table 1

Descriptive statistics and reliability indices of the questionnaire scales

Scales of the questionnaire	M	SD	Reliability indicators	
			ω McDonald	α Cronbach
Control of Self and Events	14.33	3.41	0.834	0.833
Happiness	17.09	4.98	0.885	0.880
Social Involvement	14.33	3.68	0.807	0.806
Self-esteem	14.34	3.64	0.843	0.837
Mental Balance	13.65	3.80	0.791	0.785
Sociability	16.02	3.12	0.771	0.771
Total level of Psychological Well-being	89.76	19.34	0.953	0.952

Значения коэффициентов надежности превышают 0,8 для четырех шкал и 0,7 для двух. Полученные результаты свидетельствуют о высоком и приемлемом уровне согласованности пунктов как для отдельных шкал, так и для общего уровня ПБ.

Конструктивная валидность

Для проверки конструктивной валидности опросника были рассмотрены взаимосвязи его шкал со шкалой удовлетворенности жизнью Э. Динера, шкалой диспозиционного оптимизма и шкалой депрессии (CES-D). Результаты корреляционного анализа по Спирмену представлены в Таблице 2.

Таблица 2

Взаимосвязи шкал опросника оценки психологического благополучия с удовлетворенностью жизнью, диспозиционным оптимизмом и шкалой депрессии

Психологическое благополучие	Удовлетворенность жизнью	Диспозиционный оптимизм	Шкала депрессии
Управление собственной личностью и событиями	0,63***	0,29***	-0,46***
Счастье	0,68***	0,19**	-0,58***
Вовлеченность в социальное взаимодействие	0,53***	0,22**	-0,41***
Самооценка	0,67***	0,28***	-0,56***
Душевное равновесие	0,52***	0,22**	-0,62***
Общительность	0,42***	0,26***	-0,41***
Общий уровень ПБ	0,63***	0,27***	-0,58***

Примечание: уровень значимости *** — $p \leq 0,001$; ** — $p \leq 0,01$

Table 2

Relationship of psychological well-being assessment questionnaire scales with life satisfaction, dispositional optimism and depression scales

Scales of the questionnaire	Life Satisfaction	Dispositional Optimism	Depression Scale
Control of Self and Events	0.63***	0.29***	-0.46***
Happiness	0.68***	0.19**	-0.58***
Social Involvement	0.53***	0.22**	-0.41***
Self-esteem	0.67***	0.28***	-0.56***
Mental Balance	0.52***	0.22**	-0.62***
Sociability	0.42***	0.26***	-0.41***
Total level of Psychological Well-being	0.63***	0.27***	-0.58***

Note: *** — $p \leq 0.001$; ** — $p \leq 0.01$

Статистически значимые коэффициенты корреляции ПБ и удовлетворенности жизнью вполне ожидаемы. Действительно, в подходе Э. Динера удовлетворенность определяется как интегральная оценка человеком своей жизни. Она объединяет частные оценки, которые дает человек происходящим с ним событиям и обстоятельствам. Также получены значимые положительные корреляции с оптимизмом как личностной чертой. Сами коэффициенты корреляции не высоки, что очевидно свидетельствует о том, что ПБ и оптимизм относятся к разным психологическим категориям: состоянию и устойчивой черте личности. Со шкалой депрессии выявлены значимые отрицательные взаимосвязи. Эта шкала является эффективным и инструментом для скрининга симптомов тревоги и депрессии и широко используется во всем мире при проведении клинических исследований. Так как утверждения этой шкалы делают акцент на переживаемом состоянии и касаются самочувствия, активности и эмоций в течение текущего месяца, то высокие значения взаимосвязей не вызывают вопросов. Выявленные взаимосвязи подтверждают конструктивную валидность опросника ПБ.

Конфирматорный факторный анализ

Конфирматорный факторный анализ (КФА) выполнен с использованием программы Amos 23. По результатам применения КФА принята структура опросника с двумя латентными факторами второго порядка (Рисунок). Степень соответствия модели исходным данным оценивалась по следующим индексам согласия: отношение Хи-квадрат к числу степеней свободы ($CMIN/df$) < 2,0, р-уровень для $CMIN$ (p) > 0,05, индекс согласия CFI (Comparative Fit Indices) > 0,95, RMSEA (Mean Square Error of Approximation) < 0,05, с ее близостью согласия ($Pclose$) > 0,50.

Сравнивались 2 альтернативные модели описания эмпирических данных (Таблица 3).

Модель 1 включает 6 ортогональных латентных факторов в соответствие с 6 шкалами опросника. Утверждения опросника использовались как индикаторные (зависимые) переменные. В соответствии с ключом опросника, в каждый фактор вошло по 4 утверждения, один фактор включает пять утверждений. Все латентные факторы (шкалы) объединены латентным фактором второго порядка, составляющим общий уровень ПБ.

Модель 2 включала 6 коррелируемых между собой латентных факторов 4-й шкалы (Управление собственной личностью и событиями,

Вовлеченность в социальное взаимодействие, Самооценка, Общительность) образуют фактор второго порядка — Эвдемонистическое ПБ. Оставшиеся два фактора — Счастье и Душевное равновесие образуют латентный фактор Гедонистическое ПБ. Эвдемонистическое ПБ и Гедонистическое ПБ взаимосвязаны.

Все индексы согласия, приведенные на Рисунке, свидетельствуют об отличном соответствии модели исходным данным. Все регрессионные коэффициенты модели статистически достоверны ($p < 0,01$).

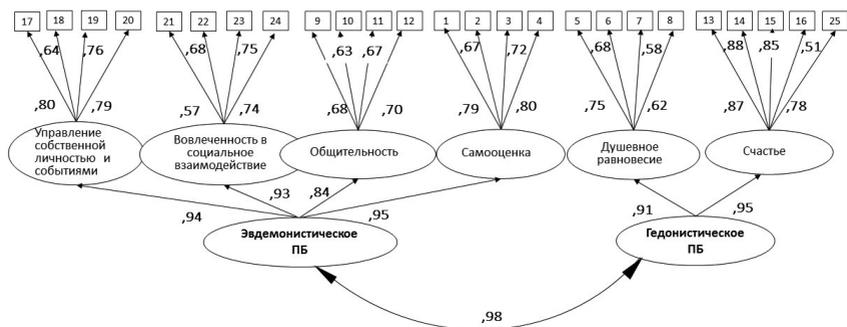


Рисунок
Структурная модель опросника ПБ с двумя латентными факторами второго порядка (Модель 2)

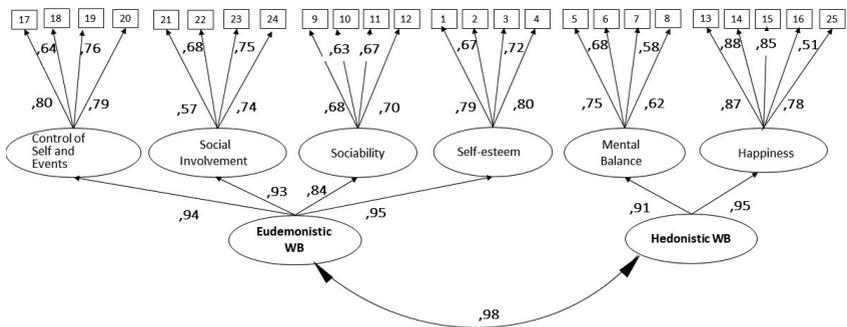


Figure
Structural model of the PWB questionnaire with two second-order latent factors (Model 2)

Таблица 3

Показатели пригодности моделей структурных уравнений с одним и двумя общими факторами

Модель	Описание модели	CMIN/df	df	CFI	RMSEA	PCLOSE
M1	Модель с одним общим фактором ПБ	1,875	239	0,968	0,045	0,899
M2	Модель с двумя коррелирующими факторами второго порядка (эвдемонистическое ПБ и гедонистическое ПБ)	1,811	236	0,971	0,043	0,954

Table 3

Fit indices of structural equation models with one and two common factors

Model	Model Description	CMIN/df	df	CFI	RMSEA	PCLOSE
M1	The model with one common factor of well-being	1.875	239	0.968	0.045	0.899
M2	Model with two correlated second-order factors (eudaemonic PWB and hedonic PWB)	1.811	236	0.971	0.043	0.954

Половые и возрастные различия

В Таблице 4 представлены результаты описательной статистики и сравнительного анализа шкал опросника ПБ (U-критерий Манна — Уитни) для мужской и женской подвыборок.

Различия по полу выявлены по всем шкалам, кроме шкалы Общительность. Важно отметить, что у юношей эти значения выше, чем у девушек. Особенно это отчетливо проявляется в показателях шкал Управление собственной личностью и событиями, Счастье, Душевное равновесие и общий уровень ПБ.

Обсуждение результатов

Количество инструментов, предназначенных для измерения различных аспектов благополучия, постоянно увеличивается. По некоторым обзорам, наблюдается значительное расхождение не только в теоретических концепциях, но и в использовании терминологии для операционализации данного феномена: различные термины могут применяться для описания схожих понятий, а параметры, используемые для оценки гедонистического и эвдемонистического

Таблица 4
Сравнительный анализ шкал опросника ПБ в мужской (N = 191)
и женской (N = 242) подвыборках (U-критерий Манна — Уитни)

Шкалы опросника	Пол	M	SD	U-критерий	p
Управление собственной личностью и событиями	жен	13,67	3,07	16 992,50	0,000
	муж	15,17	3,64		
Счастье	жен	16,10	4,94	17 082,50	0,000
	муж	18,37	4,77		
Вовлеченность в социальное взаимодействие	жен	13,89	3,46	19 149,50	0,002
	муж	14,89	3,87		
Самооценка	жен	13,88	3,58	19 443,50	0,004
	муж	14,92	3,66		
Душевное равновесие	жен	12,98	3,52	17 817,50	0,000
	муж	14,50	3,98		
Общительность	жен	15,92	2,86	21 461,00	0,019
	муж	16,13	3,44		
Общий уровень ПБ	жен	86,43	17,86	17 968,50	0,000
	муж	93,99	20,35		

Table 4
Comparative analysis of Psychological Well-Being questionnaire scales
in male (N = 191) and female (N = 242) subsamples

Scales of the questionnaire	Gender	M	SD	U-criterion	p
Control of Self and Events	F	13.67	3.07	16 992.50	0.000
	M	15.17	3.64		
Happiness	F	16.10	4.94	17 082.50	0.000
	M	18.37	4.77		
Social Involvement	F	13.89	3.46	19 149.50	0.002
	M	14.89	3.87		
Self-esteem	F	13.88	3.58	19 443.50	0.004
	M	14.92	3.66		
Mental Balance	F	12.98	3.52	17 817.50	0.000
	M	14.50	3.98		
Sociability	F	15.92	2.86	21 461.00	0.19
	M	16.13	3.44		
Total level of Psychological Well-being	F	86.43	17.86	17 968.50	0.000
	M	93.99	20.35		

благополучия, могут пересекаться (Cooke et al., 2016). В связи с этим проблема разработки комплексного инструмента для оценки благополучия пока остается нерешенной. Однако одним из возможных подходов к решению этой задачи может быть оценка эвдемонистических и гедонистических проявлений благополучия как двух измерений в рамках единого индекса благополучия (Longo et al., 2017).

В данном исследовании подтверждается идея о том, что эвдемонистические и гедонистические аспекты благополучия могут быть рассмотрены как два фактора второго порядка, которые могут рассматриваться как отдельные показатели в структуре психологического благополучия. Такая бифакторная модель все чаще используется в исследованиях, демонстрируя, что различные проявления благополучия являются частью общего фактора. В связи с этим в последние годы исследователи стараются разработать методики для оценки общего психологического благополучия. Например, в исследовании Y. Longo и коллег (Longo et al., 2017) описываются результаты разработки такого инструмента — The scales of general well-being (SGWB). Этот опросник позволяет оценить общий показатель благополучия и четырнадцать различных его проявлений. Авторы приходят к выводу, что конструкт благополучия имеет иерархическую структуру, где общий фактор образуется из двух факторов более низкого порядка. Полученные результаты вносят вклад в теоретическое понимание психологического благополучия. В случае студентов вузов этот валидизированный нами инструмент оценивает и эвдемонистический, и гедонистический его компоненты. У исследователей появляется возможность определить наличие или отсутствие конфликта между стремлением к развитию и реализации смыслов (эвдемонистическая перспектива) и стремлением к комфорту (гедонизм). Способ разрешения данного конфликта может служить основанием для прогноза успешности в учебе и профессиональной деятельности. Такой подход к исследованию психологического благополучия в переходном периоде от учебы к профессиональной деятельности открывает важное направление для разработки новых концепций благополучия.

В исследовании выявлены половые различия по всем шкалам, кроме шкалы Общительность. Шкала Управление собственной личностью и событиями по характеру составляющих ее вопросов близка к понятию самоэффективности — воспринимаемой способности человека преодолевать определенные ситуации или достигать цели (Bandura, 1977). Самоэффективные люди уверенно справляются с неожиданными событиями, находчивы, могут решить

большинство проблем, если приложат необходимые усилия, сохраняют спокойствие при столкновении с трудностями и в ситуации стресса (Lannin et al., 2019). Были выявлены различия в отношении пола в академической самооффективности у студентов ($t(291) = 2,76, p < 0,01$) (Matovu, 2020). Самооценка у студентов связана с профессиональными достижениями. Вероятно, для молодых людей профессиональная самореализация является приоритетной, они раньше начинают осваиваться в профессии, их планы, как правило, являются более амбициозными. Аналогичные закономерности выявили J. Bachman и P. O'Malley (Bachman, O'Malley, 1977): в 20-летнем возрасте у женщин самооценка ниже, но к 30 годам она повышается до исчезновения различий с мужчинами (Bachman, O'Malley, 1977; Ogihara, Elmer, 2020). Полученные результаты по шкале Общительность требуют отдельного исследования, так как мы не обнаружили аналогичных закономерностей у других исследователей. Счастье и Душевное равновесие являются культурно зависимыми феноменами. Например, у иранских студентов девушки оказались значимо более счастливы и сбалансированы (Goodarzi et al., 2008). Полученные данные подтверждают рекомендации предыдущих исследователей относительно необходимости уточнения нормативных значений для отдельных подвыборок мужчин и женщин (Исаева и др., 2022; Самохвалова и др., 2022).

Выводы

Несмотря на разработанные теоретические подходы и наличие разнообразных психодиагностических инструментов, проблема психологического благополучия не перестает быть актуальной. Одним из значимых запросов теории и практики к ее изучению является возможность оценки и мониторинга проявлений ПБ как в разнообразных сферах жизнедеятельности, так и с учетом контекстуальных факторов. В частности, студенческий возраст является тем периодом, когда стрессовая нагрузка часто превосходит индивидуальные психологические ресурсы и возможности поддержания благополучия, следствием чего становится снижение удовлетворенности жизнью, высокая тревожность в отношении будущего, кризисы профессионального самоопределения, нарушения психического здоровья и т.п. Наличие разнообразного инструментария для оценки ПБ студентов является важным условием для создания системы мониторинга, позволяющего своевременно оценивать разнообразные проявления благополучия, выявлять основные проблемы, вовремя оказывать

поддержку и помощь тем, кто имеет сложности в адаптации, коммуникации, совладании с кризисными ситуациями.

В данном исследовании на выборке студентов была проверена факторная структура опросника «Шкала проявлений психологического благополучия (ШППБ)», проведена оценка конвергентной валидности и надежности. Выявлены значимые положительные взаимосвязи шкал опросника с удовлетворенностью жизнью, оптимизмом; отрицательные — с уровнем депрессии. Обосновано, что методика позволяет осуществлять диагностику как гедонистических, так и эвдемонистических аспектов ПБ. Установлено, что данный инструмент не только соответствует современным стандартам в плане психометрических характеристик, но также позволяет оценивать психологическое благополучие в соответствии с последними теоретическими подходами.

Список литературы

Голубев, А.М., Дорошева, Е.А. (2017). Апробация «Оксфордского опросника счастья» на российской выборке. *Психологический журнал*, 38(3), 108–118.

Гордеева, Т.О., Сычев, О.А., Осин, Е.Н. (2021). Диагностика диспозиционного оптимизма, валидность и надежность опросника ТДО-П. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 18(1), 34–55.

Жуковская, Л.В., Трошихина, Е.Г. (2011). Шкала психологического благополучия К. Рифф. *Психологический журнал*, 32(2), 82–93.

Исаева, О.М., Акимов, А.Ю., Волкова, Е.Н. (2022). Опросник благополучия PERMA-Profilер: апробация русскоязычной версии. *Социальная психология и общество*, 13(3), 116–133. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>

Моросанова, В.И., Бондаренко, И.Н., Фомина, Т.Г. (2018). Создание русскоязычной версии опросника проявлений психологического благополучия (ППБП) для учащихся подросткового возраста. *Вопросы психологии*, (4), 103–109.

Осин, Е.Н. (2012). Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS. *Психология. Журнал высшей школы экономики*, 9(4), 91–110.

Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, (1), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>

Пергаменщик, Л.А., Лепешинский, Н.Н. (2007). Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф: процесс и результаты адаптации. *Психологическая диагностика*, (3), 73–96.

Самохвалова, А.Г., Шипова, Н.С., Тихомирова, Е.В., Вишневская, О.Н. (2022). Методика оценки психологического благополучия студентов: верификация

и валидизация. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, 28(1), 76–83. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-1-76-83>

Шамяионов, Р.М, Бескова, Т.В. (2018). Методика диагностики субъективного благополучия личности. *Психологические исследования*, 11(60), 8. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n60/1602-shamionov60.html> (дата обращения: 04.03.2024).

Шевеленкова, Т.Д., Фесенко, П.П. (2005). Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика*, (3), 95–129.

Bachman, J.G., O'Malley, P.M. (1977). Self-esteem in young men: A longitudinal analysis of the impact of educational and occupational attainment. *Journal of personality and social psychology*, 35(6), 365.

Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, (84), 191–215. <https://10.1037/0033-295X.84.2.191>

Brouzos, A., Vassilopoulos, S.P., Boumpouli, C. (2016). Adolescents' subjective and psychological well-being: The role of meaning in life. *Hellenic Journal of Psychology*, 13(3), 153–169.

Butler, J., Kern, M.L. (2016). The PERMA-Profler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>

Cooke, P.J., Melchert, T.P., Connor, K. (2016). Measuring well-being: A review of instruments. *The Counseling Psychologist*, 44(5), 730–757. URL: https://epublications.marquette.edu/edu_fac/401 (access date: 10.04.2024).

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., Biswas, D.R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing, positive, and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>

du Toit, A., Thomson, R., Page, A. (2022). A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies of the antecedents and consequences of wellbeing among university students. *International Journal of Wellbeing*, 12(2), 163–206. <https://doi.org/10.5502/ijw.v12i2.1897>

Fomina, T., Burmistrova-Savenkova, A., Morosanova, V. (2020). Self-regulation and psychological well-being in early adolescence: A two-wave longitudinal study. *Behavioral Sciences*, 10(3), 67. <https://doi.org/10.3390/bs10030067>

Goodarzi, M., Rajabi, R., Yousefi, B., Mansoor, S. (2008). A comparative study of happiness among male and female athlete students in university of Tehran. *World Journal of Sport Sciences*, 1(1), 61–64.

Jovanović, V. (2015). Structural validity of the Mental Health Continuum-Short Form: The bifactor model of emotional, social and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, (75), 154–159.

Keyes, C.L.M. (2009). Atlanta: Brief Description of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). URL: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (access date: 08.03.2024).

Keyes, C.L.M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222.

Lannin, D.G., Guyll, M., Cornish, M.A., Vogel, D.L., Madon, S. (2019). The importance of counseling self-efficacy: physiologic stress in student helpers. *Journal of College Student Psychotherapy*, 33(1), 14–24. <https://doi.org/10.1080/87568225.2018.1424598>

Longo, Y., Coyne, I., Joseph, S. (2017). The scales of general well-being (SGWB). *Personality and Individual Differences*, (109), 148–159. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.005>

Lyubomirsky, S., Lepper, H.S. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137–155. <https://doi.org/10.1023/a:1006824100041>

Masse, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Belair, S., Battaglini, A. (1998). The structure of mental health: higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. *Social Indicators Research*, 45(1–3), 475–504.

Matovu, M. (2020). Academic self-efficacy and academic performance among university undergraduate students. *European Journal of Education Studies*, 7(3). <https://doi.org/10.5281/zenodo.3756004>

Mukhlis, H., Hariri, H., Riswandi, R., Haenilah, E., Sunyono, S., Maulina, D., Fitriadi, F. (2024). A current study of psychological well-being in educational institutions: A systematic literature review. *Journal of Education and Learning (Edu Learn)*, 18(2), 382–390.

Ogihara, Y., Elmer, S. (2020). The pattern of age differences in self-esteem is similar between males and females in Japan: Gender differences in developmental trajectories of self-esteem from childhood to old age. *Cogent Psychology*, 7(1), 1756147. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1756147>

Renshaw, T.L. (2018). Psychometric of the revised college student subjective well-being questionnaire. *Canadian Journal of School Psychology*, 33(2), 136–149. <https://doi.org/10.1177/0829573516678704>

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141–166.

Tennat, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Josph, S., Weich, S., Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(63), 1–13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>

References

Bachman, J.G., O'Malley, P.M. (1977). Self-esteem in young men: A longitudinal analysis of the impact of educational and occupational attainment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(6), 365.

Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, (84), 191–215. <https://10.1037/0033-295X.84.2.191>

Brouzos, A., Vassilopoulos, S.P., Boumpouli, C. (2016). Adolescents' subjective and psychological well-being: The role of meaning in life. *Hellenic Journal of Psychology*, 13(3), 153–169.

Butler, J., Kern, M.L. (2016). The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>

Cooke, P.J., Melchert, T.P., Connor, K. (2016). Measuring well-being: A review of instruments. *The Counseling Psychologist*, 44(5), 730–757. URL: https://epublications.marquette.edu/edu_fac/401 (access date: 10.04.2024).

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., Biswas, D.R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing, positive, and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>

du Toit, A., Thomson, R., Page, A. (2022). A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies of the antecedents and consequences of wellbeing among university students. *International Journal of Wellbeing*, 12(2), 163–206. <https://doi.org/10.5502/ijw.v12i2.1897>

Fomina, T., Burmistrova-Savenkova, A., Morosanova, V. (2020). Self-regulation and psychological well-being in early adolescence: A two-wave longitudinal study. *Behavioral Sciences*, 10(3), 67. <https://doi.org/10.3390/bs10030067>

Golubev, A.M., Dorosheva, E.A. (2017). Approbation of the Oxford Happiness Questionnaire on a Russian sample. *Psihologicheskij Zhurnal (Psychological Journal)*, 38(3), 108–118. (In Russ.).

Gordeeva, T.O., Sychev, O.A., Osin, E.N. (2021). Diagnostics of dispositional optimism, validity and reliability of the TDO-P questionnaire. *Psihologiya Zhurnal Vyshej Shkoly Ekonomiki (Psychology. Journal of the Higher School of Economics)*, 18(1), 34–55. (In Russ.).

Goodarzi, M., Rajabi, R., Yousefi, B., Mansoor, S. (2008). A comparative study of happiness among male and female athlete students in university of Tehran. *World Journal of Sport Sciences*, 1(1), 61–64.

Isaeva, O.M., Akimova, A.Yu., Volkova, E.N. (2022). PERMA-Profilier well-being questionnaire: Validation of the Russian version. *Social Psychology and Society*, 13(3), 116–133. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308> (In Russ.).

Jovanović, V. (2015). Structural validity of the Mental Health Continuum-Short Form: The bifactor model of emotional, social and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, (75), 154–159.

Keyes, C.L.M. (2009). Atlanta: Brief Description of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). URL: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (access date: 08.03.2024).

Keyes, C.L.M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222.

Lannin, D.G., Guyll, M., Cornish, M.A., Vogel, D.L., Madon, S. (2019). The importance of counseling self-efficacy: physiologic stress in student helpers. *Journal of College Student Psychotherapy*, 33(1), 14–24. <https://doi.org/10.1080/87568225.2018.1424598>

Longo, Y., Coyne, I., Joseph, S. (2017). The scales of general well-being (SGWB). *Personality and Individual Differences*, (109), 148–159. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.005>

Lyubomirsky, S., Lepper, H.S. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137–155. <https://doi.org/10.1023/a:1006824100041>

Masse, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Belair, S., Battaglini, A. (1998). The structure of mental health: higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. *Social Indicators Research*, 45(1–3), 475–504.

Matovu, M. (2020). Academic self-efficacy and academic performance among university undergraduate students. *European Journal of Education Studies*, 7(3). <https://doi.org/10.5281/zenodo.3756004>

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N., Fomina, T.G. (2018). Creating a Russian version of the Psychological Well-Being Profile questionnaire for adolescent students. *Voprosy Psichologii (Issues in Psychology)*, (4), 103–109. (In Russ.).

Mukhlis, H., Hariri, H., Riswandi, R., Haenilah, E., Sunyono, S., Maulina, D., Fitriadi, F. (2024). A current study of psychological well-being in educational institutions: A systematic literature review. *Journal of Education and Learning (Edu Learn)*, 18(2), 382–390.

Ogihara, Y., Elmer, S. (2020). The pattern of age differences in self-esteem is similar between males and females in Japan: Gender differences in developmental trajectories of self-esteem from childhood to old age. *Cogent Psychology*, 7(1), 1756147. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1756147>

Osin, E.N. (2012). Measuring positive and negative emotions: Development of the Russian-language analogue of the PANAS method. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics (Psychology. Journal of Higher School of Economics)*, 9(4), 91–110. (In Russ.).

Osin, E.N., Leontiev, D.A. (2020). Brief Russian-language scales for measuring subjective well-being: Psychometric characteristics and comparative analysis. *Monitoring Obshchestvennogo Mneniya: Ekonomicheskie i Sotsial'nye Peremeny (Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes)*, (1), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06> (In Russ.).

Pergamenschik, L.A., Lepeshinskiy, N.N. (2007). Questionnaire “Scale of psychological well-being” K. Riff: process and results of adaptation. *Psikhologicheskaya Diagnostika (Psychological Diagnostics)*, (3), 73–97.

Renshaw, T.L. (2018). Psychometric of the revised college student subjective well-being questionnaire. *Canadian Journal of School Psychology*, 33(2), 136–149. <https://doi.org/10.1177/0829573516678704>

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141–166.

Samokhvalova, A.G., Shipova, N.S., Tikhomirova, E.V., Vishnevskaya, O.N. (2022). Method for assessing the psychological well-being of students: Verification and validation. *Vestnik Kostromskogo Gosudarstvennogo Universiteta. Seriya: Pedagogika*.

Psikhologiya. Sotsiokinetika (Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics), 28(1), 76–83. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-1-76-83> (In Russ.).

Shamionov, R.M., Beskova, T.V. (2018). Method for diagnosing subjective well-being of an individual. *Psikhologicheskie Issledovaniya (Psychological Research)*, 11(60), 8. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n60/1602-shamionov60.html> (access date: 04.03.2024). (In Russ.).

Shevelenkova, T.D. Fesenko, P.P. (2005). Psychological well-being (review of basic concepts and method for diagnosing). *Psikhologicheskaya Diagnostika (Psychological Diagnostics)*, (3), 97–130. (In Russ.).

Tennat, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Josphe, S., Weich, S., Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(63), 1–13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>

Zhukovskaya, L.V., Troshikhina, E.G. (2011). Psychological well-being scale by C. Riff. *Psikhologicheskii Zhurnal (Psychological Journal)*, 32(2), 82–93. (In Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Татьяна Геннадьевна Фомина, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник лаборатории психологии саморегуляции Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация, tanafomina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5097-4733>

Ирина Николаевна Бондаренко, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник лаборатории психологии саморегуляции Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация, pondi@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5539-1027>

ABOUT THE AUTHORS

Tatiana G. Fomina, Cand. Sci. (Psychology), Leading Researcher, Department of Self-Regulation Psychology, Federal Scientific Center for Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation, tanafomina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5097-4733>

Irina N. Bondarenko, Cand. Sci. (Psychology), Leading Researcher, Department of Self-Regulation Psychology, Federal Scientific Center for Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation, pondi@inbox.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5539-1027>

Поступила: 20.04.2024; получена после доработки: 03.05.2024; принята в печать: 16.05.2024.

Received: 20.04.2024; revised: 03.05.2024; accepted: 16.05.2024.