

# Структурная модель эмоционально-личностного благополучия

Л.В. Карапетян

Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия

Г.А. Глотова

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия

Поступила 14 ноября 2017 / Принята к публикации: 7 декабря 2017

## Structural model of emotional and personal well-being

Larisa V. Karapetyan\*

Ural Federal University named after the first President of Russia Boris Yeltsin, Yekaterinburg, Russia

Galina A. Glotova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

\* Corresponding author E-mail: karapetyanl@mail.ru

Received November 14, 2017 / Accepted for publication: December 7, 2017

**Актуальность (контекст) тематики статьи.** Статья посвящена разработке нового подхода к изучению переживания человеком благополучия/неблагополучия. Изменения, происходящие в сфере экономики, политики и геополитики, в социальной сфере в нашей стране и мире в целом привели к возникновению ряда особенностей жизни современного человека, в значительной мере сказывающихся на переживании им внутреннего благополучия. В связи с этим в психологии возрос интерес к данной проблеме. Однако, если в западной психологии четко дифференцированы два теоретических конструкта «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие» и создан соответствующий каждому из конструктов инструментарий, то в отечественной психологической науке наблюдается терминологическое разнообразие при одновременном заимствовании зарубежного психодиагностического инструментария.

**Цель.** Целью данного исследования является разработка концепции эмоционально-личностного благополучия, опирающейся на интеграцию существующих в зарубежной и отечественной психологии подходов к изучению благополучия, в новый теоретический конструкт и структурную модель, а также трансформация модели в исследовательский инструмент и его эмпирическая проверка. В статье эмоционально-личностное благополучие рассматривается как целостное экзистенциальное переживание состояния гармонии между внутренним и внешним миром, возникающее в процессе жизни, деятельности и общения человека.

**Описание хода исследования.** Проведение пилотного исследования на выборке численностью 117 человек и анализ научной литературы позволили создать теоретический конструкт «эмоционально-личностное благополучие», который включает девять параметров. При этом три из них составляют позитивный эмоциональный компонент благополучия, три – позитивный личностный компонент благополучия, три – компонент неблагополучия. Данные параметры «эмоционально-личностного благополучия» положены в основу исследовательской методики «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» (СЭЛБ), которая была проведена на выборке 2229 человек.

**Результаты исследования.** С помощью кластерного анализа выделены и описаны группы респондентов, различающихся по особенностям самооценки эмоционально-личностного благополучия.

**Выводы.** Полученные результаты могут быть использованы как в исследовательской работе, так и в практической деятельности психолога для диагностики и оптимизации уровня эмоционально-личностного благополучия.

**Ключевые слова:** субъективное благополучие, психологическое благополучие, эмоционально-личностное благополучие, структурная модель, методика самооценки эмоционально-личностного благополучия (СЭЛБ).

**Background.** The paper is devoted to the development of a new approach to the study of a person's well/ill-being. Changes in economy, politics and geopolitics, social sphere in Russia and the entire world have resulted in emerging features of modern life that significantly affect the well-being of a person. In this regard, psychology interest in this issue is rising. In Western psychology, two theoretical constructs of «subjective well-being» and «psychological well-being» are clearly differentiated, and the toolkit to correspond each construct is created. However, in the national psychological science, there is a variety of terms with borrowed foreign psychodiagnosical tools.

**The objective** of this research is to develop a concept of emotional and personal well-being based on the integration of existing foreign and national psychology approaches to the study of well-being within a new theoretical construct and structural model, and also transforming the models in the research tool and its empirical verification. The paper considers emotional and personal well-being as an entire existential condition of harmony between the inner and outer world, initiated throughout the living process, activity and communication of a human.

**Design.** Conducting a pilot study based on the sample of 117 subjects and the analysis of reference literature allowed to build the theoretical construct of «emotional well-being of a person» that includes nine parameters: the three of them include the positive emotional component of well-being, other three ones include positive personal component of well-being, and three components indicate ill-being. These parameters lie in the basis of the research methods for self-evaluation of emotional and personal well-being (SEPPWB) carried out using the sample of 2 229 subjects.

**Conclusion.** The cluster analysis identified and described groups of respondents in terms of self-evaluation of emotional and personal well-being.

**The results** obtained can be used both in research and in practical activities of a psychologist for diagnosing and optimizing the level of emotional and personal well-being.

**Keywords:** subjective well-being, psychological well-being, emotional and personal well-being, structural model, methods of self-evaluation of emotional and personal well-being (SEPPWB).

Современный человек живет в условиях социальной турбулентности, неопределенности, многозадачности, что предъявляет определенные требования к его индивидуальным и личностным особенностям, профессиональным качествам и зачастую негативно влияет на динамику жизни и ее восприятие. Отдельным мощным блоком факторов, ставящих под угрозу удовлетворенность человека окружающей действительностью и самим собой, выступают чрезвычайные ситуации и происшествия: природные ката-

венности каждого конкретного человека, но и значимой областью государственной политики, важной сферой теории и практики различных наук, предметом междисциплинарных исследований, в том числе психологических.

Изучение благополучия имеет древнюю историю. Со времен Античности в исследовании благополучия выделилось два направления: гедонистическое (Аристипп, Эпикур, Т. Гоббс, Дж. Локк и др.) и эвдемонистическое (Аристотель, Вольтер, Гольбах, Дидро, Монтень,

который впоследствии, благодаря работам Е. Диенер, получил название «субъективное благополучие». Изучение психологического благополучия с позиций эвдемонистического подхода предполагает в качестве основного фактора благополучия человека реализацию его собственного потенциала в обществе (Ryff, 1989; Deci, Ryan, 1985). Таким образом, психологическое благополучие базируется на тех аспектах, которые характеризуют человека как личность.

Подчеркнем, что в зарубежной литературе понятия субъективного и психологического благополучия к настоящему времени четко разведены, а содержательная специфика данных феноменов эксплицирована в соответствующем инструментарии (Diener, 1984; Ryff, 1989). Эти два подхода являются общепризнанными и используются в большинстве зарубежных работ, при этом исследователи придерживаются либо одного подхода, либо другого, либо их сочетают (Gallagher, Lopez, Preacher, 2009).

В отличие от зарубежной психологии, в отечественной психологической литературе отмечается терминологическое разнообразие, разная интерпретация одноименных терминов (М.В. Соколова, Л.В. Куликов, Г.Л. Пучкова, Н.К. Бахарева, Р.М. Шамионов, Е.Е. Бочарова, Т.И. Александрова, А.Е. Созонтов, О.Ю. Данилова, О.Г. Калина, А.А. Лебедева, Г.А. Глотова, А.А. Пахалкова, О.И. Одарущенко).

Понятия субъективного и психологического благополучия часто рассматриваются безотносительно тем двум линиям, которые сложились на западе (Л.В. Куликов, М.С. Дмитриева, М.Ю. Долина, О.В. Иванов, М.А. Розанова, Т.Г. Тимошенко, А.В. Воронина, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, М.В. Бучацкая, Т.О. Гордеева, Е.Б. Весна, О.С. Ширяева, Ю.В. Живаева, И.Б. Вологжанина, Р.М. Шамионов, Ю.Б. Дубовик, Л.В. Жуковская, З.Х. Лепшокова, Т.Р. Абсарова, Л.П. Александрова, О.А. Идобаева, С.А. Минюрова, И.В. Заусенко, Р.В. Овчарова). В настоящее время некоторые исследователи предлагают различать гедоническое и эвдемоническое благополучие, разрабатывают свой инструментарий для диагностики структуры субъективного благополучия, но не исследуют баланс либо преобладание одного из изучаемых видов благополучия

Самоощущения отдельных людей, их самооценка, чувство надежности и защищенности, оценка качества жизни, восприятие других людей и мира либо как враждебных, агрессивных, либо как дружественных, позитивных, безусловно, влияют на благополучие социума в целом и, в то же время, являются индикаторами благополучия общества

клизмы, техногенные катастрофы, социальные, экономические и политические кризисы. Самоощущения отдельных людей, их самооценка, чувство надежности и защищенности, оценка качества жизни, восприятие других людей и мира либо как враждебных, агрессивных, либо как дружественных, позитивных, безусловно, влияют на благополучие социума в целом и, в то же время, являются индикаторами благополучия общества. В связи с этим, задача достижения благополучия (материального, духовного, психологического и др.) является не только зоной ответст-

Сенека, Спиноза, Фома Аквинский и др.). В дальнейшем данные направления получают свое развитие в концепциях «субъективного благополучия» и «психологического благополучия».

Исследование субъективного благополучия, восходящее к гедонистической традиции, подразумевает его зависимость, прежде всего, от эмоционального состояния человека (Bradburn, 1969; Diener, 1984). N. Bradburn разработал модель психологического благополучия, отражающую баланс позитивного и негативного аффектов, и описал феномен,



**Лариса Владимировна Карапетьян** –

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии департамента психологии Уральского федерального университета имени первого Президента России Б.Н. Ельцина

E-mail: karapetyanl@mail.ru

<https://istina.msu.ru/workers/1128614/>



**Галина Анатольевна Глотова** –

доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории педагогической психологии при кафедре психологии образования и педагогики факультета психологии Московского государственного университета им. М.В. Ломоносова

E-mail: galina.glotova1@mail.ru

<https://istina.msu.ru/profile/galina.glotova1/>

*Для цитирования:* Карапетьян Л.В., Глотова Г.А. Структурная модель эмоционально-личностного благополучия // Национальный психологический журнал. – 2018. – №2(30). – С. 46–56. doi: 10.11621/npj.2018.0206

*For citation:* Karapetyan L.V., Glotova G.A. (2018) Structural model of emotional and personal well-being. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 11(2), 46–56. doi: 10.11621/npj.2018.0206

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2018  
© Russian Psychological Society, 2018

над другим (Е.В. Бенко, Е.Л. Солдатова и др.). Есть также мнение, что субъективное благополучие является неотъемлемой частью психологического благополучия личности, при этом субъективное благополучие понимается как краткосрочное состояние, а психологическое – как более длительное, имеющее долгосрочные последствия (О.Ю. Зотова).

Таким образом, учитывая терминологические сложности, имеющие место при изучении благополучия, а именно, тот факт, что в настоящее время на Западе термин «субъективное благополучие» связан с одним конструктом и инструментарием (Diener, 1984), а термин «психологическое благополучие» связан с другим конструктом и инструментарием (Ryff, Keyes, 2002), мы полагаем, что использование данных терминов без применения соответствующих инструментов было бы недостаточно корректным. В связи с тем, что за ранее используемыми понятиями (субъективное, психологическое благополучие) закреплена вполне определенное содержание, в качестве понятия, объединяющего два основных направления изучения благополучия (гедонистическое и эвдемонистическое), мы предлагаем использовать термин «эмоционально-личностное благополучие» (Карапетыян, Глотова, 2017).

## Описание исследования

Исследование проводилось в г. Екатеринбурге на выборке 2229 респондентов (821 мужчина, 1408 женщин; девять профессиональных групп; от «без образования» до «высшего», Мо=«среднее образование»; от «20 лет и меньше» до «60 лет и старше», Мо=21-25 лет) и включало в себя несколько этапов: пилотный этап, основной этап и лонгитюдное исследование, при этом пилотный и основной этап, описываемые в данной статье, проводились в 2008 году и предшествовали обширному циклу исследований, которые завершились в 2016 году.

Под эмоционально-личностным благополучием мы понимаем целостное экзистенциальное переживание состояния гармонии между внутренним и внешним миром, возникающее в процессе жизни, деятельности и общения человека. Результатом снижения уровня такой гар-

монии является переживание состояния эмоционально-личностного неблагополучия (Glotova, Karapetyan, 2017).

Для выявления конкретных индикаторов благополучия нами были сформулированы два открытых вопроса: 1. С какими эмоциями, мыслями или действиями связывается для вас состояние внутреннего благополучия? Можете дать от одного до пяти ответов. 2. С какими эмоциями, мыслями или действиями связывается для вас состояние внутреннего неблагополучия? Можете дать от одного до пяти ответов.

Сбор и анализ ответов на данные вопросы составил предварительный этап исследования, для проведения которого

нами была сформирована выборка (117 чел., 71 женщина и 46 мужчин, представители разных профессиональных групп в возрасте от 20 до 60 лет).

В табл. 1, 2 представлены ответы, характеризующие «внутреннее благополучие» и «внутреннее неблагополучие».

Если же за 100% принять не общее число респондентов (n=117), а общее число ответов, полученных на первый вопрос и характеризующих благополучие (n=342), то проценты ответов по каждой из шести категорий будут следующими: оптимизм (21,93%), надежность (17,54%), счастье (15,79%), компетентность (15,50%), успешность (успех) (15,50%), везение (13,74%).

Табл. 1. Ответы, характеризующие «внутреннее благополучие»

Категории ответов	Количество высказываний	%
Оптимизм	75	64,10
Надежность	60	51,28
Счастье	54	46,15
Компетентность	53	45,30
Успешность (успех)	53	45,30
Везение	47	40,17
Итого	342	-

Сумма ответов превышает 100% (n=117), так как можно было написать несколько ответов.

Table 1. Answers with Well-Being

Category	Number of Answers	%
Optimism	75	64,10
Reliability	60	51,28
Happiness	54	46,15
Competency	53	45,30
Success	53	45,30
Luck	47	40,17
Total	342	-

The sum total of the answers exceeds 100% (n = 117) as the respondents were allowed to indicate several answers

Табл. 2. Ответы, характеризующие «внутреннее неблагополучие»

Категории ответов	Количество высказываний	%
Несчастье	69	58,97
Пессимизм	60	51,28
Завистливость (зависть)	40	34,19
Итого	169	-

Сумма ответов превышает 100%, так как можно было написать несколько ответов.

Table 2. Answers with Ill-Being

Category	Number of Answers	%
Unhappiness	69	58,97
Pessimism	60	51,28
Envy	40	34,19
Total	169	-

The sum total of the answers exceeds 100% (n = 117) as the respondents were allowed to indicate several answers

Если, как и в предыдущем случае, за 100% принять не общее число респондентов ( $n=117$ ), а общее число ответов, полученных на второй вопрос и характеризующих неблагополучие ( $n=169$ ), то проценты ответов по каждой из трех категорий будут такими: несчастье (40,83%), пессимизм (35,50%), завистливость (зависть) (23,67%).

Как можно видеть из приведенных данных, количество высказываний респондентов о благополучии в два раза превышает количество высказываний о неблагополучии, причем высказывания о благополучии отличаются большим разнообразием, что позволило выделить шесть позитивных категорий ответов, связанных с благополучием, тогда как для неблагополучия удалось выделить три негативных категории ответов.

Полученные на этапе пилотажного исследования данные позволили выдвинуть предположение о девятифакторной структуре эмоционально-личностного благополучия. Отметим, что термин «фактор» используется нами в данном контексте не в статистическом смысле, то есть не как результат математической обработки данных методом факторного анализа, а в более широком значении, аналогично тому, как термин «фактор» представлен в шестифакторной модели К. Рифф.

Выделив эмпирическим путем данные девять категорий, мы рассмотрели степень изученности соответствующих им феноменов в психологических исследованиях, а также в философских концепциях и, отчасти, в трудах филологов.

#### Группа позитивных феноменов

По мнению как зарубежных (Waterman, 1993; Chambers, 2003; Waterman, Schwartz, Conti, 2008; Bergsma, Ardel, 2011; Diener, Oishi, Lucas, 2012; Yuki, Sato, Takemura, Oishi, 2013; Diener, 2000; Diener, Biswas-Diener, 2008; Kushlev, Dunn, Lucas, 2015; Oishi, Gilbert, 2016), так и отечественных (В.А. Петровский, Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова, Л.З. Левит, И.А. Джидарьян) исследователей, счастье – одно из позитивных эмоциональных переживаний, связанных с внутренним, эмоциональным миром человека. Это дает нам основания рассматривать его в качестве фактора эмоционального компонента

конструкта «эмоционально-личностное благополучие». В большинстве проанализированных нами исследований феномена везения (Ray, 1980; Darke, Freedman, 1997; Pritchard, Smith, 2004; Sagon, DeCaroli, 2014) указывается на его связь с позитивными переживаниями, а также на отсутствие корреляций с духовными достижениями, интеллектом и моральными качествами личности. Это позволяет нам, наряду с феноменом «счастье», отнести и этот феномен к числу факторов эмоционального компонента конструкта «эмоционально-личностное благополучие».

Эмпирическое изучение оптимизма в психологии началось, благодаря работам М. Селигмана, и дальнейшее развитие получило в рамках зарубежных (Greenberg, 2004; Jenson, 2004; Чиксентмихайи, 2011) и отечественных (К. Муздыбаев, М.С. Замышляева, Е.А. Перова, С.Н. Ениколопов, С.Т. Посохова, Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, К.А. Новикова, И.А. Джидарьян, Д.А. Цирин, К.Ю. Эвнина) исследований. В данных работах отражается связь оптимизма с позитивными эмоциями, что свидетельствует о возможности его включения в число факторов эмоционального компонента конструкта «эмоционально-личностное благополучие».

Особенно широко проблема успеха и успешности исследуется за рубежом (Atkinson, 1964; Ray, 1980; Д. Макклелланд). В России в 90-х годах прошлого столетия рыночные реформы заложили предпосылки ориентации на индивидуальный успех, что стало предметом исследования в философско-этических и социологических работах российских ученых (М.В. Богданова, И.М. Клямкин, А.Ю. Согомонов, Г.С. Батыгин, С.Г. Климова, А.Е. Чирикова). Большинство авторов указывают на роль личностных качеств в достижении успеха, что является подтверждением правомерности отнесения успеха к факторам личностного компонента конструкта «эмоционально-личностное благополучие».

Исследователи компетентности (Deci, Ryan, 1985, Б.Б. Коссов, В.В. Знаков, Н.В. Кузьмина, Н.И. Конюхов, А.К. Маркова, В.А. Адольф, Е.В. Бондаревская, Э.Ф. Зеер, И.А. Зимняя, Т.Н. Щербакова, М.В. Соколова) подчеркивают, что для формирования компетентности в разных сферах

жизни человека, связанных с внешним миром, ему необходимы определенные личностные качества, т.е. компетентность может быть рассмотрена в качестве фактора личностного компонента конструкта «эмоционально-личностное благополучие».

Термин «надежность» в психологической литературе изначально характеризовал функционально-деятельностно-личностные показатели индивида (В.Д. Небылицын), а затем он стал широко использоваться и в психологии труда (Б.Ф. Ломов, К.М. Гуревич, М.А. Котик, Ю.Г. Фокин, Э.Ф. Зеер, В.М. Крук, Г.С. Никифоров, А.А. Ендржеевский, В.Г. Мельников). В современной психологии надежность рассматривается не только в трудовом, профессиональном аспекте, но и в личностной плоскости, при этом она сопоставляется с такими личностными качествами, как «нравственность», «ответственность», «устойчивость моральных качеств и убеждений». Данный ракурс трактовки понятия «надежность» дает основания рассматривать этот феномен в качестве фактора личностного компонента конструкта «эмоционально-личностное благополучие».

#### Группа негативных феноменов

Активные исследования пессимизма как самостоятельного психологического феномена начались сравнительно недавно (Held, 2004; Palgi, 2011; Friedman, Robbins, 2012; Armbruster, Pieper, Klotsche, Hoyer, 2015; М. Зелигман, К. Муздыбаев, З.А. Арскиева, Е.Ф. Зайцева, И.А. Джидарьян). В целом, в работах, посвященных пессимизму, прослеживается негативное эмоциональное окрашивание данного феномена, в частности, крайних его проявлений. Психологические исследования несчастья в основном реализуются в контексте изучения счастья (Н.К. Шамсутдинова, В. Татаркевич и др.). Р.М. Шамионов полагал, что «несчастье нужно понимать именно как отсутствие счастья, субъективного благополучия, но не наличие страдания, хотя, известно, что отсутствие благополучия может усиливать негативные переживания» (Шамионов, 2008, С. 27). В работах исследователей данного феномена отмечается, что периоды, когда человек ощущает себя несчастлив, сопровождаются негатив-

ными эмоциями (грусть, тревога, страх, печаль, беспокойство), являющимися барьером на пути достижения гармонии. В работах современных зарубежных психологов подчеркивается социальный характер зависти (Р. Плутчик, П. Куттер; Seidler, 2000; Ven van de, Zeelenberg, Pieters, 2011; Steinbeis, Singer, 2013; Veiga, Baldrige, Markóczy, 2014). Наиболее полно раскрываются и анализируются позиции зарубежных и отечественных авторов, касающиеся проблемы зависти, в работах О.Р. Бондаренко, У. Лукан, Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой, Н.В. Горшениной, А.И. Донцова. Проведенные ими исследования свидетельствуют о том, что зависть – это личностное качество, связанное с проявлением неприязни, враждебности, досады, огорчения, что может препятствовать достижению человеком внутреннего благополучия.

На основе результатов пилотного исследования и анализа литературы нами была построена девятифакторная модель эмоционально-личностного благополучия (рис. 1). Она включает:

- Три позитивных фактора благополучия, ориентированных на внутренний мир человека и образующих позитивный эмоциональный компонент благополучия (отношение человека к своей жизни, установки по отношению к своему прошлому и будущему, чувство защищенности/незащищенности и др.). К этой группе факторов относятся «счастье», «везение», «оптимизм», которые при самооценке человеком своего «внутреннего» благополучия проявляются в виде представлений о себе как о человеке «счастливым», «везучем» и «оптимисте».
- Три позитивных фактора, ориентированных на внешний мир и образующих позитивный личностный компонент благополучия (отношения с людьми: друзьями, близкими и дальними, отношение к деятельности и ее качеству). В данную группу факторов входят «успех», «компетентность», «надежность». Они при оценивании своего «внутреннего» благополучия отражаются в виде представлений о себе как об «успешном», «компетентном» и «надежном» человеке.
- Три негативных фактора, связанные как с внутренним, так и с внешним ми-

ром человека (негативное отношение к различным аспектам своей жизни, взаимодействию с миром), понижающие общий уровень внутреннего благополучия. К этой группе факторов относятся «пессимизм», «несчастье» (факторы эмоционального неблагополучия, ориентированные на внутренний мир) и «завистливость (зависть)» (фактор личностного неблагополучия, ориентированный на внешний мир). В структуре самооценки «внутреннего» благополучия эти факторы соотносятся с представлениями о себе как о «пессимисте», «несчастливым» и «завистливым» человеке.

Предполагается, что структура представлений человека о себе, как о счастливым, везучем, оптимисте (позитивный эмоциональный компонент «А»); успешном, компетентном, надежном (позитивный личностный компонент «В»); пессимисте, несчастливом, завистливым (негативный компонент «С») рассматривается в качестве основы для характеристики особенностей его эмоционально-личностного благополучия. Общий индекс эмоционально-личностного бла-

гополучия (А+В-С) визуализирован в рис. 1 в виде центрального круга.

На основе описанной выше модели нами была разработана исследовательская методика, направленная на изучение эмоционально-личностного благополучия (Карапетян, Глотова, 2017). Поскольку изучение эмоционально-личностного благополучия предполагалось с опорой на самооценку респондентов, то данная методика была названа нами «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» (СЭЛБ).

При разработке методики были учтены результаты исследований К. Рифф (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 2002), продемонстрировавшие, что для того, чтобы изучить конкретный психологический феномен, нет необходимости использовать громоздкие опросники, содержащие большое число пунктов. Как показано в исследовании Ryff & Keyes (2002), корреляции расширенной версии опросника К. Рифф из 120 пунктов и сокращенной версии из 18 пунктов таковы, что вполне позволяют использовать сокращенную версию, получая результаты, весьма близкие к тем, которые были по-

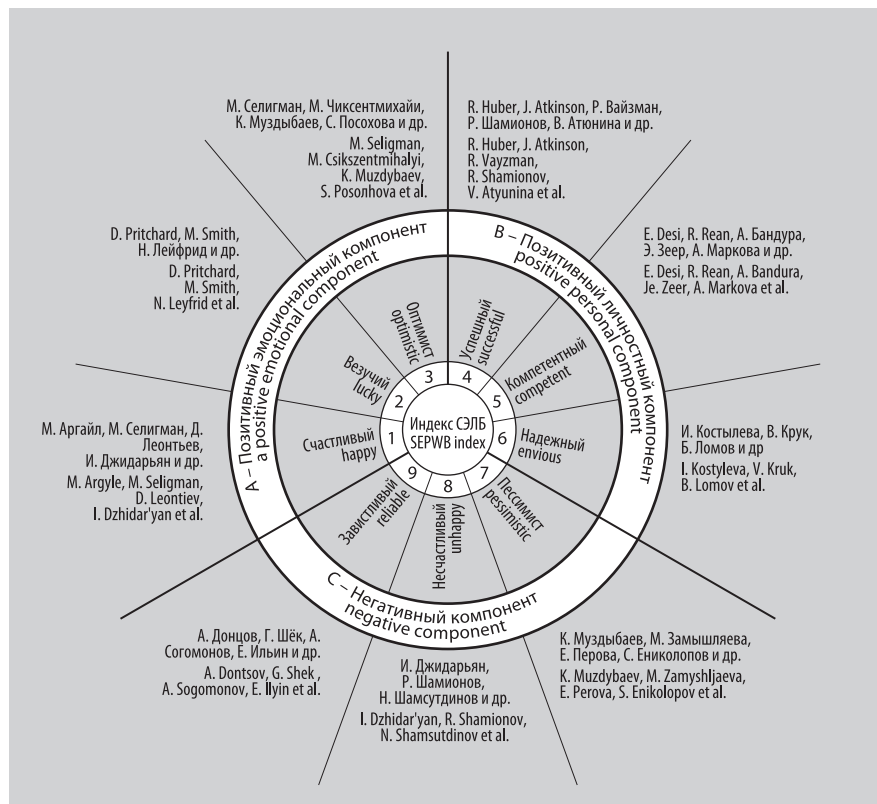


Рис. 1. Модель изучения эмоционально-личностного благополучия  
Fig. 1. Model for studying emotional and personal well-being

Табл. 3. Описательная статистика по моно-шкалам методики СЭЛБ (n=2229)

	Счастливым	Везучий	Оптимист	Успешный	Компетентный	Надежный	Пессимист	Несчастливый	Завистливый
M	4,76	4,48	5,31	4,52	4,89	5,71	2,30	2,09	1,63
R (ранг параметра)	4	6	2	5	3	1	7	8	9
$\sigma$	1,717	1,608	1,626	1,537	1,441	1,324	1,502	1,485	1,055
Me	5,00	5,00	6,00	5,00	5,00	6,00	2,00	2,00	1,00
Mo	5	5	7	5	5	7	1	1	1
As	-613	-360	-863	-544	-605	-1,185	1,194	1,583	2,202
Ex	-343	-479	,025	-,137	,103	1,308	,835	2,063	5,858
Min	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Max	7	7	7	7	7	7	7	7	7

Table 3. Descriptive statistics of SEPWB methodology mono-scales (n=2229)

	Happy	Lucky	Optimistic	Successful	Competent	Reliable	Pessimistic	Unlucky	Envious
M	4.76	4.48	5.31	4.52	4.89	5.71	2.30	2.09	1.63
R (parameter rank)	4	6	2	5	3	1	7	8	9
$\sigma$	1.717	1.608	1.626	1.537	1.441	1.324	1.502	1.485	1.055
Me	5.00	5.00	6.00	5.00	5.00	6.00	2.00	2.00	1.00
Mo	5	5	7	5	5	7	1	1	1
As	-613	-360	-863	-544	-605	-1.185	1.194	1.583	2.202
Ex	-343	-479	.025	-.137	.103	1.308	.835	2.063	5.858
Min	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Max	7	7	7	7	7	7	7	7	7

лучены с помощью расширенной версии. Методика СЭЛБ содержит 9 моно-шкал, по которым испытуемые оценивали свое благополучие прямо и непосредственно, используя баллы от 1 (свойство выражено минимально) до 7 (свойство выражено максимально).

В целом, можно сказать, что разработанная методика «Самооценка эмоционально-личностного благополучия» (СЭЛБ), предназначенная для выделения типов эмоционально-личностного благополучия и изучения особенностей, характерных для каждого типа, является достаточно компактной, позволяющей проводить опросы большого числа респондентов.

Выборку второго этапа исследования составили 2229 человек (821 мужчина, 1408 женщин) из 9 групп – 8 профессиональных групп (врачи, военнослужащие, менеджеры, педагоги, рабочие промышленных предприятий, инженерно-технические работники, психологи, студенты) и одной группы сравнения (осужденные)

(Карапетын, 2017). Респонденты имели разный уровень образования от «без образования» до «высшего», Mo=«среднее образование» (Карапетын, 2017) и были отнесены к 10 возрастным подгруппам от «20 лет и меньше» до «60 лет и старше», Mo=21-25 лет (Карапетын, 2014).

Результаты статистического анализа приведены в табл. 3.

### Обсуждение результатов

Полученные данные (табл. 3) показывают, что на общей выборке 2229 человек не было получено ни одного нормального распределения баллов – по всем девяти моно-шкалам асимметрия (положительная или отрицательная) превышала критические значения, эксцесс для моно-шкал «оптимист», «компетентный», «успешный» соответствовал критерию нормального распределения, а для моно-шкал «счастливый» и «везучий» был близок к этому критерию, однако по со-

вокупности показателей асимметрии и эксцесса ни одно распределение не соответствовало нормальному.

На основании оценок по отдельным моно-шкалам был проведен двухшаговый кластерный анализ, в результате которого испытуемые разделились на четыре группы: две основные (с выраженной позитивной и выраженной негативной оценкой собственного эмоционально-личностного благополучия) и две промежуточные (со слабой позитивной и слабой негативной самооценкой эмоционально-личностного благополучия). Интересно отметить, что группа с выраженной позитивной СЭЛБ получилась не так уж велика (370 чел., 16,6%), то есть довольно мало людей оценили себя высоко по позитивным моно-шкалам. Значительно больше численность группы с выраженной негативной оценкой собственного эмоционально-личностного благополучия (515 чел., 23,1%). Самой многочисленной (903 чел., 40,5%) оказалась группа со слабой позитивной СЭЛБ, меньше по объему – группа со слабой негативной СЭЛБ (441 чел., 19,8%).

Если сравнить средние значения по каждой из девяти моно-шкал (табл. 4), то можно отметить, что по положительным моно-шкалам «счастливый», «успешный», «компетентный», «везучий», «оптимист» и «надежный» баллы плавно снижаются от первой группы (с выраженной позитивной самооценкой эмоционально-личностного благополучия), где средние баллы по моно-шкалам самые высокие, ко второй (со слабой позитивной самооценкой), далее к третьей (со слабой негативной самооценкой) и от нее – к четвертой группе (с выраженной негативной самооценкой), где баллы по указанным моно-шкалам самые низкие. В целом, средние баллы по положительным моно-шкалам в группе с выраженной позитивной самооценкой примерно в 1,3–2,3 раза выше, чем в группе с выраженной негативной самооценкой. По моно-шкалам «успешный», «счастливый» и «везучий» средние значения выше в 2,14–2,28 раза, а по моно-шкалам «надежный», «оптимист» и «компетентный» – в 1,3–1,65 раза. По негативному параметру «несчастливый» средние значения плавно повышаются от первой к четвертой группе (в группе

с выраженной позитивной самооценкой среднее значение по этому параметру в 2,82 раза меньше, чем в группе с выраженной негативной самооценкой). Для средних значений по моно-шкалам «пессимист» и «завистливый» отмечаются самые высокие средние значения, поэтому группу со слабой негативной самооценкой можно условно назвать группой «завистливых пессимистов». Средние значения по параметру «завистливый» в группе с выраженной позитивной самооценкой в 2,49 раза ниже, чем в группе со слабой негативной самооценкой, а по параметру «пессимизм» – в 3,02 раза меньше.

Как можно видеть из таблиц 4 и 5, только в 2-х случаях из 54 возможных различия средних значений оказались недостоверными: нет значимых различий по параметру «надежный» между группами со слабой позитивной и слабой негативной СЭЛБ и по параметру «завистливый» между группами со слабой позитивной и с выраженной негативной СЭЛБ. Во всех остальных случаях (52-х из 54-х) различия средних значений по моно-шкалам между четырьмя группами достоверны на высоком уровне.

Важно отметить, что, несмотря на то, что, во-первых, испытуемые напрямую оценивали себя по разным параметрам (а значит, не могли не срабатывать установки на преподнесение себя с социально желательной стороны) и, во-вторых, оценки располагались преимущественно в положительном диапазоне по позитивным моно-шкалам и в отрицательном диапазоне по негативным моно-шкалам, есть явные индивидуальные различия в самооценках. Они позволяют характеризовать одних испытуемых как более субъективно благополучных, а других – как менее субъективно благополучных.

Данные, полученные по методике СЭЛБ, могут быть использованы для индивидуальной психодиагностической работы. Процедура индивидуальной работы строится на анализе ответов, характерных для людей с той или иной разновидностью самооценки эмоционально-личностного благополучия, а также на анализе профиля респондента, построенного на основании значений параметров объекта СД «Я в настоящем» методики СЭЛБ (рис. 2).

Можно предположить, что эти субъективные групповые и индивидуальные оце-

Табл. 4. Средние значения моно-шкал в группах с разными типами СЭЛБ

Я в настоящем	Группа с выраженной позитивной СЭЛБ (М)	Группа со слабой позитивной СЭЛБ (М)	Группа со слабой негативной СЭЛБ (М)	Группа с выраженной негативной СЭЛБ(М)
Везучий	6,01	4,81	4,49	2,81
Оптимист	6,54	5,68	4,58	4,42
Успешный	5,99	4,99	4,55	2,63
Компетентный	6,13	5,07	4,89	3,71
Надежный	6,58	5,76	5,68	5,04
Пессимист	1,23	1,93	3,72	2,49
Несчастливый	1,15	1,44	2,88	3,24
Счастливый	6,14	5,45	4,51	2,79
Завистливый	1,12	1,42	2,76	1,38

Table 4. Mean values of SEPWB methodology mono-scales

Me now	Group with severe positive (SP) SEPWB (M)	Group with mild positive (MP) SEPWB (M)	Group with mild negative (MN) SEPWB (M)	Group with severe negative (SN) SEPWB (M)
Happy	6.14	5.45	4.51	2.79
Lucky	6.01	4.81	4.49	2.81
Optimistic	6.54	5.68	4.58	4.42
Successful	5.99	4.99	4.55	2.63
Competent	6.13	5.07	4.89	3.71
Reliable	6.58	5.76	5.68	5.04
Pessimistic	1.23	1.93	3.72	2.49
Unlucky	1.15	1.44	2.88	3.24
Envious	1.12	1.42	2.76	1.38

Табл. 5. Достоверность различий (критерий Колмогорова-Смирнова,  $p < 0,05$ ) средних значений показателей моно-шкал для групп с разными типами СЭЛБ

Я в настоящем	ВП – СП	ВП – СН	ВП – ВН	СП – СН	СП – ВН	СН – ВН
Счастливый	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Везучий	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Оптимист	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Успешный	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Компетентный	,000	,000	,000	,043	,000	,000
Надежный	,000	,000	,000	,383	,000	,000
Пессимист	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Несчастливый	,000	,000	,000	,000	,000	,001
Завистливый	,000	,000	,000	,000	,388	,000

Примечание: «ВП» – группа с выраженной позитивной СЭЛБ; «СП» – группа со слабой позитивной СЭЛБ; «СН» – группа со слабой негативной СЭЛБ; «ВН» – группа с выраженной негативной СЭЛБ.

Table 5. Mean values reliability (Kolmogorov-Smirnov criterion.  $p < 0,05$ ) of mono-scale indicators for groups with different types of SEPWB

Me now	SP – MP	SP – MN	SP – SN	MP – MN	MP – SN	MN – SN
Happy	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Lucky	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Optimistic	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Successful	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Competent	.000	.000	.000	.043	.000	.000
Reliable	.000	.000	.000	.383	.000	.000
Pessimistic	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Unlucky	.000	.000	.000	.000	.000	.001
Envious	.000	.000	.000	.000	.388	.000

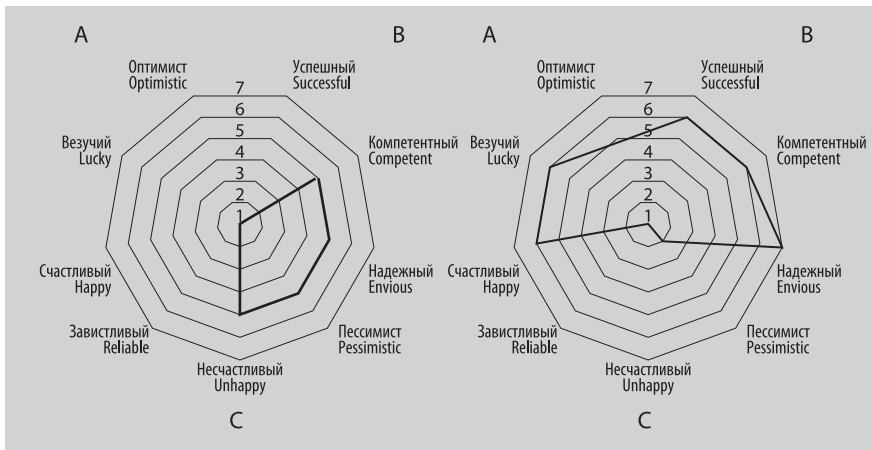


Рис. 2. Индивидуальные профили респондентов с выраженной негативной (а) и выраженной позитивной (б) СЭЛБ.

Fig. 2. Individual profiles of respondents with a severe negative (a) and severe positive (b) SEEWB.

ночные шкалы эмоционально-личностного благополучия являются отражением уровня внутреннего благополучия каждого испытуемого и выделившихся групп испытуемых. Чем выше уровень субъективного благополучия, тем более высокие оценки своим качествам может «позволить» себе испытуемый. «Позволить» взято в кавычки, поскольку речь не идет о сознательном намерении оценить себя более высоко или более низко, а скорее, о проекции уровня собственного эмоционально-личностного благополучия на выставляемые оценки, даже с учетом явной социальной желательности/нежелательности оцениваемых качеств. Возможно, два человека могут быть совершенно одинаковыми, скажем, по уровню «надежности», проявляемому во взаимоотношениях с людьми, но у одного высокий уровень внутреннего благополучия, а у другого – низкий. Так вот, этот субъективно ощущаемый уровень собственного эмоционально-личностного благополучия выступит в качестве опосредующего звена при оценивании в баллах своей надежности. Отсюда можно предположить, что тот, у кого уровень эмоционально-личностного благополучия выше, будет склонен оценивать

свою надежность более высоким баллом, чем тот, у кого уровень эмоционально-личностного благополучия ниже. В этом смысле субъективная шкала самооценивания может рассматриваться как репрезентирующая уровень эмоционально-личностного благополучия человека.

## Выводы

Таким образом, полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

1. Существуют два термина, с примерно равной частотой используемые в зарубежных исследованиях: «субъективное благополучие» (восходящий к гедонистической традиции) и «психологическое благополучие» (являющийся «продуктом» эвдемонистического направления), что привело к оформлению в зарубежной психологии двух соответствующих направлений в изучении благополучия.
2. В отечественной психологии, в отличие от зарубежной, отмечается большее разнообразие подходов к теоретическому осмыслению феномена благополучия, однако в эмпирических исследо-

ваниях чаще используются зарубежные психодиагностические методики.

3. Исследовательская работа по изучению благополучия может быть проведена с помощью интеграции гедонистического и эвдемонистического подходов, позволяющей совместить в единой концепции представления о субъективном и психологическом благополучии, разработать новый исследовательский инструментарий, создать конструкт и определить его структуру.
4. Структурная модель разработанного конструкта «эмоционально-личностное благополучие» включает в себя девять факторов благополучия, представляющих собой психологические феномены, выявленные в ходе пилотажного исследования и проанализированные на основе психологических и философских источников.
5. Разработанная 9-ти факторная исследовательская методика СЭЛБ является компактным инструментом, позволяющим включать в исследование выборки большого объема.
6. Двухшаговый кластерный анализ, проведенный на основании оценок по девяти моно-шкалам методики СЭЛБ, позволил выделить четыре группы респондентов: две крайние (с выраженной позитивной и выраженной негативной оценкой своего эмоционально-личностного благополучия) и две промежуточные (со слабой позитивной и слабой негативной самооценкой эмоционально-личностного благополучия). Они различаются особенностями самооценки эмоционально-личностного благополучия.
7. Методика СЭЛБ может использоваться также в индивидуальном консультировании для диагностики и оказания психологической помощи лицам с низким (выраженным и слабым) уровнем эмоционально-личностного благополучия.

## Литература:

Александрова Т.И. Мотивационно-смысловые установки личности педагога и их влияние на эмоциональное благополучие личности учащихся: дис. ... канд. психол. наук; [Дальневосточный гос. гум. ун-т]. – Хабаровск, 2006.

Глотова Г.А. Сравнительный анализ некоторых отечественных и зарубежных моделей изучения личности // Новое слово в науке и практике: гипотезы и апробация результатов исследований : материалы XXII Международной научно-практической конференции. – Новосибирск : Изд-во ЦРНС, 2016. – С. 78–86.

Глотова Г.А. Структура и индикаторы субъективного благополучия // Международная научная школа психологии и педагогики. – 2014. – № 7(15). – Ч. 2. – С. 22–25.

Для цитирования: Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Структурная модель эмоционально-личностного благополучия // Национальный психологический журнал. – 2018. – №2(30). – С. 46–56. doi: 10.11621/npj.2018.0206

For citation: Karapetyan L.V., Glotova G.A. (2018) Structural model of emotional and personal well-being. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 11(2), 46–56. doi: 10.11621/npj.2018.0206

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online  
© Lomonosov Moscow State University, 2018  
© Russian Psychological Society, 2018



- Карапетян Л.В. Возрастная динамика представлений о собственном эмоционально-личностном благополучии // Человеческий капитал. – 2014. – № 6(66). – С. 179–184.
- Карапетян Л.В. Особенности самооценки эмоционально-личностного благополучия у респондентов с различным профессиональным статусом // Актуальные проблемы психологического знания. – 2017. – № 1. – С. 55–66.
- Карапетян Л.В. Особенности самооценки эмоционально-личностного благополучия у респондентов с различным образовательным статусом // Актуальные проблемы психологического знания. – 2017. – № 1. – С. 22–33.
- Карапетян Л.В., Глотова Г.А. Эмоционально-личностное благополучие : монография. – Екатеринбург : изд-во Уральского института ГПС МЧС России, 2017.
- Рикель А.М., Туниянц А.А., Батырова Н. Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах. // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2017. – №2. – С. 64–82.
- Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания. [Электронный ресурс] // Путь воина : [сайт]. URL: <http://baguzin.ru/wp/mihaj-chiksentmihajyi-potok-psihologii/> – (дата обращения 27.04.2018).
- Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. – Саратов : Научная книга, 2008.
- Armbruster, D., Pieper, L., Klotsche, J., & Hoyer, J. (2015) Predictions get tougher in older individuals: a longitudinal study of optimism, pessimism and depression. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 50(1), 153–163. Retrieved from: <http://link.springer.com/article/10.1007/s00127-014-0959-0> (дата обращения: 12.01.2016).
- Atkinson, J.W. (1964) *An introduction to motivation*. Princeton, Van Nostrand.
- Bergsma, A., & Ardel, M. (2011) Self-Reported Wisdom and Happiness: An Empirical Investigation. Retrieved from: [http://www.researchgate.net/publication/225487194\\_Self-Reported\\_Wisdom\\_and\\_Happiness\\_An\\_Empirical\\_Investigation](http://www.researchgate.net/publication/225487194_Self-Reported_Wisdom_and_Happiness_An_Empirical_Investigation) (дата обращения: 24.03.2015).
- Bradburn, N.M. (1969) *The structure of psychological wellbeing*. Chicago, Aldine Pub. Co.
- Chambers J.R. et al. (2003) Egocentrism, Event Frequency, and Comparative Optimism: When What Happens Frequently Is “More Likely to Happen to Me”. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 29(11), 1343–1356. doi: 10.1177/0146167203256870
- Chernorizov A.M., Isaychev S.A., Zinchenko Yu.P., Znamenskaya I.A., Zakharov P.N., Khakhalin A.V., Gradoboeva O.N., Galatenko V.V. (2016). Psychophysiological methods for the diagnostics of human functional states: New approaches and perspectives. *Psychology in Russia: State of the Art*, 9(4), 23–36. doi: 10.11621/pir.2016.0403
- Darke, P.R., & Freedman, J.L. (1997) The Belief in Good Luck Scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 486–511. doi: 10.1006/jrpe.1997.2197
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985) The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 9(2), 109–134. doi: 10.1016/0092-6566(85)90023-6
- Diener, E. (2000) Subjective Well-Being: the Science of Happiness and Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1), 34–43. doi: 0.1037/0003-066X.55.1.34
- Diener, E., Biswas-Diener R. (2008) *Happiness*. Blackwell Publishing. doi: 10.1002/9781444305159
- Diener, E. (1984) Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2012) Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction (Book Chapter: The Oxford Handbook of Positive Psychology).
- Friedman, H.S., & Robbins, B.D. (2012) The negative shadow cast by positive psychology: Contrasting views and implications of humanistic and positive psychology on resilience. *The Humanistic Psychologist*, 40(1), 87–102. doi: 10.1080/08873267.2012.643720
- Gallagher, M.W., Lopez, S.J., & Preacher, K.J. (2009) The hierarchical structure of well-being. *J Pers*, 77, 1025–1050. doi: 0.1111/j.1467-6494.2009.00573.x
- Glотова, Г.А., & Карапетян, Л.В. (2017) Emotional and personal well-being's relations with the extraversion-introversion, burnout and adaptation. In PACT 2017, International Psychological Applications Conference and Trends. 29 April–1 May. Budapest, Hungary. Book of proceedings. Eds. C. Pracana, & M. Wang. Lisbon, Portugal, W.I.A.R.S, 454–458.
- Greenberg, J. S. (2004) The Effect of Quality of the Relationship Between Mothers and Adult Children With Schizophrenia, Autism, or Down Syndrome on Maternal Well-Being: The Mediating Role of Optimism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74(1), 14–25. doi: 10.1037/0002-9432.74.1.14
- Held, B.S. (2004) The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 9–46. Retrieved from: <http://www.bowdoin.edu/faculty/b/hheld/pdf/JHP-held-2004.pdf> (дата обращения: 14.09.2011).
- Jenson, W. R. et al. (2004) Positive Psychology and Externalizing Students in a Sea of Negativity. *Psychology in the Schools*, 41(1), 67–79. doi: 10.1002/pits.10139
- Kushlev, K., Dunn, E.W., & Lucas, R.E. (2015) Higher income is associated with less daily sadness but not more daily happiness. *Social psychological and personality science*, 6(5), 483–489. doi: 10.1177/1948550614568161
- Oishi, S., & Gilbert, E.A. (2016) Current and future directions of culture and happiness research. *Current opinion in psychology*, 8, 54–58. doi: 10.1016/j.copsyc.2015.10.005
- Palgi, Yuval (2011) The relationships between daily optimism, daily pessimism, and affect differ in young and old age. *Personality and Individual Differences*. 50(8), 1294–1299. Retrieved from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886911001061> (дата обращения: 12.05.2013).
- Pavlova T.S., Kholmogorova A.B. (2017). Psychological factors of social anxiety in Russian adolescents. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(2), 179–191. doi: 10.11621/pir.2017.0212
- Perelygina E.B., Rikel A.M., Dontsov A.I. (2017). The subjective well-being of a person as a prism of personal and socio-psychological characteristics. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10 (4), 185–194. doi: 10.11621/pir.2017.0416
- Pritchard, D., & Smith, M. (2004) The psychology and philosophy of luck. *New Ideas in Psychology*. Retrieved from: <https://www.stat.berkeley.edu/~aldous/157/Papers/pritchard.pdf> (дата обращения: 12.05.2012).

- Ray, J.J. (1980) Belief in Luck and Locus of control. *The J. of Social Psychology*, 111, 299–300.
- Ryff, C.D. (1989) Happiness is everything of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1069–1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. (2002) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022.
- Sagon, E., & De Caroli, M.E. (2014) Locus Of Control And Beliefs About Superstition And Luck In Adolescents: What's Their Relationship? *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 140, 318–323. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.04.427
- Seidler, G.H. (2000) Phenomenological and psychodynamic aspects of shame and envy affects. *Psyche*, 55 (1), 43–62.
- Steinbeis, N., & Singer, T. (2013) The effects of social comparison on social emotions and behavior during childhood: the ontogeny of envy and schadenfreude predicts developmental changes in equity-related decisions. *Journal of experimental child psychology*, 115(1), 198–209. doi: 10.1016/j.jecp.2012.11.009
- Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2011) Why envy outperforms admiration. *Personality and social psychology bulletin*, 37 (6), 784–795. doi: 10.1177/0146167211400421
- Veiga, J.F., Baldrige, D.C., Markóczy, L. (2014) Toward greater understanding of the pernicious effects of workplace envy. *International journal of human resource management*, 25(17), 2364–2381. doi: 10.1080/09585192.2013.877057
- Waterman A.S. (1993) Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678–691. doi: 10.1037/0022-3514.64.4.678
- Waterman, A. S., Schwartz, S.J., Conti, R. (2008) The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9, 41–79. doi: 10.1007/s10902-006-9020-7
- Yuki, M., Sato, K., Takemura, K., & Oishi, Sh. (2013) Social ecology moderates the association between self-esteem and happiness. *Journal of experimental social psychology*, 49(4), 741–746. doi: 10.1016/j.jesp.2013.02.006

## References:

- Armbruster, D., Pieper, L., Klotsche, J., & Hoyer, J. (2015) Predictions get tougher in older individuals: a longitudinal study of optimism, pessimism and depression. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 50(1), 153–163. Retrieved from: <http://link.springer.com/article/10.1007/s00127-014-0959-0> (дата обращения: 12.01.2016).
- Atkinson, J.W. (1964) An introduction to motivation. Princeton, Van Nostrand.
- Bergsma, A., & Ardel, M. (2011) Self-Reported Wisdom and Happiness: An Empirical Investigation. Retrieved from: [http://www.researchgate.net/publication/225487194\\_Self-Reported\\_Wisdom\\_and\\_Happiness\\_An\\_Empirical\\_Investigation](http://www.researchgate.net/publication/225487194_Self-Reported_Wisdom_and_Happiness_An_Empirical_Investigation) (дата обращения: 24.03.2015).
- Bradburn, N.M. (1969) The structure of psychological wellbeing. Chicago, Aldine Pub. Co.
- Chambers J.R. et al. (2003) Egocentrism, Event Frequency, and Comparative Optimism: When What Happens Frequently Is “More Likely to Happen to Me”. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 29(11), 1343–1356. doi: 10.1177/0146167203256870
- Chernorizov A.M., Isaychev S.A., Zinchenko Yu.P., Znamenskaya I.A., Zakharov P.N., Khakhalin A.V., Gradoboeva O.N., Galatenko V.V. (2016). Psychophysiological methods for the diagnostics of human functional states: New approaches and perspectives. *Psychology in Russia: State of the Art*, 9(4), 23–36. doi: 10.11621/psr.2016.0403
- Chikszentmihayi, M. (2011) The flow. Psychology of optimal experience. Moscow. Retrieved from: [http://lib100.com/book/practic\\_psychology/flow/\\_%cc%e8%f5%e0%e9%20%d7%e8%ea%f1%e5%ed%f2%ec%e8%f5%e0%e9%e8,%20cf%ee%f2%ee%ea.pdf](http://lib100.com/book/practic_psychology/flow/_%cc%e8%f5%e0%e9%20%d7%e8%ea%f1%e5%ed%f2%ec%e8%f5%e0%e9%e8,%20cf%ee%f2%ee%ea.pdf) (accessed: April 15, 2014).
- Darke, P.R., & Freedman, J.L. (1997) The Belief in Good Luck Scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 486–511. doi: 10.1006/jrpe.1997.2197
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985) The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 9(2), 109–134. doi: 10.1016/0092-6566(85)90023-6
- Diener. E. (2000) Subjective Well-Being: the Science of Happiness and Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1), 34–43. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.34
- Diener. E., Biswas-Diener R. (2008) Happiness. Blackwell Publishing. doi: 10.1002/9781444305159
- Diener, E. (1984) Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2012) Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction (Book Chapter: The Oxford Handbook of Positive Psychology).
- Friedman, H.S., & Robbins, B.D. (2012) The negative shadow cast by positive psychology: Contrasting views and implications of humanistic and positive psychology on resilience. *The Humanistic Psychologist*, 40(1), 87–102. doi: 10.1080/08873267.2012.643720
- Gallagher, M.W., Lopez, S.J., & Preacher, K.J. (2009) The hierarchical structure of well-being. *J Pers*, 77, 1025–1050. doi: 10.1111/j.1467-6494.2009.00573.x
- Glотова, G.A. (2016) Comparative analysis of some domestic and foreign models of personal. [Novoe slovo v nauke i praktike: gipotezy i aprobatsiya rezul'tatov issledovaniy: materialy 22oy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii]. Novosibirsk, Izdatel'stvo TsRNS, 78–86.
- Glотова, G.A. (2014) Structure and indicators of subjective well-being. [Mezhdunarodnaya nauchnaya shkola psikhologii i pedagogiki], 7 (15), Part 2, 22–25.
- Glотова, G.A., & Karapetyan, L.V. (2017) Emotional and personal well-being's relations with the extraversion-introversion, burnout and adaptation. In PACT 2017, International Psychological Applications Conference and Trends. 29 April-1 May. Budapest, Hungary. Book of proceedings. Eds. C. Pracana, & M. Wang. Lisbon, Portugal, W.I.A.R.S, 454–458.
- Greenberg, J. S. (2004) The Effect of Quality of the Relationship Between Mothers and Adult Children With Schizophrenia, Autism, or Down Syndrome on Maternal Well-Being: The Mediating Role of Optimism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74(1), 14–25. doi: 10.1037/0002-9432.74.1.14
- Held, B.S. (2004) The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 9–46. Retrieved from: <http://www.bowdoin.edu/>

faculty/b/bheld/pdf/JHP-held-2004.pdf (дата обращения: 14.09.2011).

Jenson, W. R. et al. (2004) Positive Psychology and Externalizing Students in a Sea of Negativity. *Psychology in the Schools*, 41(1), 67–79. doi: 10.1002/pits.10139

Karapetyan, L.V. (2014) Age dynamics of ideas about one's own emotional-personal well-being *Chelovecheskiy Kapital*, 6 (66), 179–184.

Karapetyan, L.V. (2017) Self-assessment of emotional and personal well-being in respondents with different professional status. *[Aktual'nye problemy psikhologicheskogo znaniya]*, 1, 55–66.

Karapetyan, L.V. (2017) Features of self-evaluation of emotional and personal well-being among respondents with different educational status *[Aktual'nye problemy psikhologicheskogo znaniya]*, 1, 22–33.

Karapetyan, L.V., & Glotova, G.A. (2017) Emotional personal well-being: monograph. Ekaterinburg, Izdatel'stvo Ural'skogo instituta GPS MChS Rossii.

Kushlev, K., Dunn, E.W., & Lucas, R.E. (2015) Higher income is associated with less daily sadness but not more daily happiness. *Social psychological and personality science*, 6(5), 483–489. doi: 10.1177/1948550614568161

Oishi, S., & Gilbert, E.A. (2016) Current and future directions of culture and happiness research. *Current opinion in psychology*, 8, 54–58. doi: 10.1016/j.copsyc.2015.10.005

Palgi, Yuval (2011) The relationships between daily optimism, daily pessimism, and affect differ in young and old age. *Personality and Individual Differences*. 50(8), 1294–1299. Retrieved from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886911001061> (дата обращения: 12.05.2013).

Pavlova T.S., Kholmogorova A.B. (2017). Psychological factors of social anxiety in Russian adolescents. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10(2), 179–191. doi: 10.11621/pir.2017.0212

Perelygina E.B., Rikel A.M., Dontsov A.I. (2017). The subjective well-being of a person as a prism of personal and socio-psychological characteristics. *Psychology in Russia: State of the Art*, 10 (4), 185–194. doi: 10.11621/pir.2017.0416

Pritchard, D., & Smith, M. (2004) The psychology and philosophy of luck. *New Ideas in Psychology*. Retrieved from: <https://www.stat.berkeley.edu/~aldous/157/Papers/pritchard.pdf> (дата обращения: 12.05.2012).

Ray, J.J. (1980) Belief in Luck and Locus of control. *The J. of Social Psychology*, 111, 299–300.

Rikel A.M., Tuniyants A.A., Batyrova N. (2017). The concept of subjective well-being in the hedonistic and eudemonistic approaches. *[Vestnik Moskovskogo universiteta]*. Series 14. Psychology, 2, 64–82.

Ryff, C.D. (1989) Happiness is everything of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1069–1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. (2002) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022.

Sagon, E., & De Caroli, M.E. (2014) Locus Of Control And Beliefs About Superstition And Luck In Adolescents: What's Their Relationship? *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 140, 318–323. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.04.427

Seidler, G.H. (2000) Phenomenological and psychodynamic aspects of shame and envy affects. *Psyche*, 55 (1), 43–62.

Steinbeis, N., & Singer, T. (2013) The effects of social comparison on social emotions and behavior during childhood: the ontogeny of envy and schadenfreude predicts developmental changes in equity-related decisions. *Journal of experimental child psychology*, 115(1), 198–209. doi: 10.1016/j.jecp.2012.11.009

Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2011) Why envy outperforms admiration. *Personality and social psychology bulletin*, 37 (6), 784–795. doi: 10.1177/0146167211400421

Shamionov, R.M. (2008) Subjective well-being of the individual: the psychological picture and factors. Saratov, Izdatel'stvo Nauchnaya Kniga.

Alexandrova, T.I. (2006) Motivational and semantic attitudes of the teacher's personality and their influence on the emotional well-being of the student's personality: Ph.D. in Psychology, thesis *[Far Eastern State University]*. Khabarovsk.

Veiga, J.F., Baldrige, D.C., Markóczy, L. (2014) Toward greater understanding of the pernicious effects of workplace envy. *International journal of human resource management*, 25(17), 2364–2381. doi: 10.1080/09585192.2013.877057

Waterman A.S. (1993) Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678–691. doi: 10.1037/0022-3514.64.4.678

Waterman, A. S., Schwartz, S.J., Conti, R. (2008) The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9, 41–79. doi: 10.1007/s10902-006-9020-7

Yuki, M., Sato, K., Takemura, K., & Oishi, Sh. (2013) Social ecology moderates the association between self-esteem and happiness. *Journal of experimental social psychology*, 49(4), 741–746. doi: 10.1016/j.jesp.2013.02.006