

УДК: 159.923

Общая психология, история психологии

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЛАГОПОЛУЧНЫХ ЖЕНЩИН: ОБЗОР СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Егорова С.В., Семенова Л.Э.

Аннотация. В данной статье представлен краткий обзор основных подходов к рассмотрению и изучению феномена психологического благополучия личности. Изложена позиция некоторых зарубежных и отечественных авторов по данному вопросу. Затрагивается проблема факторов становления психологического благополучия, среди которых особо выделяется личностный фактор, то есть личностные особенности, присущие психологически благополучному человеку. Представлены результаты отдельных эмпирических исследований, иллюстрирующих связь психологического благополучия с некоторыми личностными характеристиками. Осуществлен выход на проблему гендерной специфики проявления и субъективного восприятия психологического благополучия личности. На основе анализа имеющихся в современной научной психологии данных предпринята попытка обозначить личностные особенности психологически благополучных женщин. Показана недостаточная степень изученности личностных факторов становления и проявления психологического благополучия женщин и соответственно определена значимость и актуальность дальнейших исследований этой проблемы.

Ключевые слова: психологическое благополучие, факторы психологического благополучия, личностные факторы психологического благополучия, женщины.

PERSONAL CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICALLY PROSPEROUS WOMEN: A REVIEW OF RECENT RESEARCH

Egorova S.V., Semenova L.E.

Annotation. This article provides a brief overview of the main approaches to the consideration and study of the phenomenon of psychological well-being of the individual. The position of some foreign and domestic authors on this issue is stated. The problem of the factors of psychological well-being formation is touched upon, among which the personal factor, that is, the personal features inherent in a psychologically prosperous person, is highlighted. The results of individual empirical studies illustrating the relationship of psychological well-being with some personal characteristics are presented. The article deals with the problem of gender specificity of manifestation and subjective perception of psychological well-being of a person. Based on the analysis of the data available in modern scientific psychology, an attempt is made to identify the personal characteristics of psychologically prosperous women. The insufficient degree of studying of personal factors of formation and manifestation of psychological well-being of women is shown and respectively the importance and relevance of further researches of this problem is defined.

Key words: psychological well-being, factors of psychological well-being, personal factors of psychological well-being, women.

Введение

Проблема психологического благополучия личности стала предметом научных исследований сравнительно недавно – во второй половине XX столетия, когда на основе активного обсуждения вопросов продолжительности жизни и улучшения ее качества у ученых и практиков закономерно возник интерес и к данному феномену [3; 4; 5; 12; 15 и др.].

Целью данной статьи является обзор некоторых теоретических концепций и эмпирических исследований психологического благополучия и на этой основе выход на проблему личностных особенностей психологически благополучных женщин.

Подходы к рассмотрению психологического благополучия в современной психологии

Судя по имеющимся на сегодняшний день в зарубежной и отечественной психологии исследованиям, проблема психологического благополучия изучена достаточно обширно и основательно, о чем свидетельствует множество различных теорий, объясняющих природу данного феномена и изобилие фактических данных [7].

Необходимо сказать, что интерес к позитивной стороне человеческого самоощущения в ходе бытия зародился в противовес преобладавшему до второй половины XX века научному акценту на негативных и болезненных проявлениях человеческой психики. Одними из первых теоретической разработкой вопросов, связанных с психологическим благополучием личности, стали заниматься представители гуманистического направления психологии (А.Маслоу, К.Роджерс, Э.Фромм и др.) [15]. При этом сам термин «психологическое благополучие» встал в один ряд с такими близкими к нему по смыслу и содержанию понятиями, как «счастье», «психическое и психологическое здоровье», «субъективная удовлетворенность жизнью», «качество жизни» и др. [4]. Сразу же оговоримся, что разграничение указанных выше понятий проводили в своих работах многие исследователи (И.А.Джидарьян, А.В.Воронина, Л.З.Левит и др.), однако до сих пор некоторыми авторами данная терминология зачастую используется как взаимозаменяющая, т.е. в качестве синонимов [2].

Особое внимание теме психологического благополучия и близких к ней феноменов уделяет позитивная психология. Так, М.Селигман выделил три основных фокуса позитивной психологии, а именно: положительные эмоциональные состояния, куда наряду с надеждой и оптимизмом он отнес счастье и удовлетворенность жизнью; позитивные черты личности, т.е. способствующие успешной адаптации к окружающему миру; позитивные социальные явления и учреждения [11].

В настоящее время принято выделять две основных линии анализа психологического благополучия: с позиций гедонистического подхода (от греч. hedone – удовольствие) и с позиций эвдемонистического подхода (от греч. eudaimonia – блаженство, счастье) [2]. В рамках первого подхода, связанного с именами Н.Брэдберна, Э.Динера, Д.Канемана, психологическое благополучие рассматривается в контексте удовлетворенности-неудовлетворенности личности. С точки зрения второго, к которому обычно относят исследования К.Риффа, А.Уотермана и др., психологическое благополучие мыслится как «полнота самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах,

нахождение «творческого синтеза» между соответствием запросам социального окружения и развитием собственной индивидуальности» [10, с. 80].

Кратко охарактеризуем оба подхода к анализу психологического благополучия.

Впервые термин «психологическое благополучие» был использован в работе представителя гедонистического подхода Н.Брэдберна, который предложил использование данного понятия, трактуя его сущность как соотношение позитивных и негативных эмоций в пользу первых, что порождает ощущение удовлетворенности жизнью в общем смысле [17].

В дальнейшем над трактовкой этого феномена в русле гедонистического подхода работал Э.Динер, который ввел еще одно понятие – «субъективное благополучие», состоящее, по его мнению, из трех компонентов: удовлетворение, комплекс приятных и комплекс неприятных эмоций. При этом Э.Динер не считает понятия психологического и субъективного благополучия синонимами, а рассматривает субъективное благополучие как аспект психологического благополучия [4].

Сразу же оговоримся, что в настоящее время психологическое и субъективное благополучие обычно принято рассматривать как взаимодополняющие показатели позитивного функционирования человека, первый из которых больше связан с особенностями поведения, нежели с чувствами, т.е. характеризует процесс достижения цели, а не результат [6].

В рамках эвдемонистического подхода существенный вклад в изучение психологического благополучия был сделан американским психологом Кэрол Рифф, описавшей данный феномен как базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей. Взяв за основу исследования Н.Брэдберна, К.Рифф предложила собственную структуру благополучия, в которой выделила шесть компонентов [18].

Во-первых, это самопринятие, т.е. позитивное отношение к себе, заключающееся в признании неоднородности своей личности, множества черт своего Я, принятии как позитивных, так и негативных аспектов своего Я, своих достоинств и своих слабостей, а также уверенности в себе и положительной оценке прошлого периода своей жизни. Во-вторых, это позитивные отношения с другими, выражающиеся в способности создавать и развивать близкие доверительные отношения с другими людьми, проявлять заботу и эмпатию. В-третьих, это автономия, определяемая как самодетерминация, независимость и самоконтроль личности над своей жизнью; способность противостоять давлению обстоятельств и ситуации, опираясь на собственные ценности. В-четвертых, это управление средой, предполагающее компетентность личности в управлении повседневными делами, способность эффективно использовать различные жизненные обстоятельства, умение выбирать и создавать условия и обстоятельства, подходящие для удовлетворения личных

потребностей и достижения целей. В-пятых, это целенаправленность жизни, понимаемая как осмысленность жизни и устремленность личности в определенном направлении, отвечающем ее собственным ценностям. В-шестых, это личностный рост, т.е. развитие и реализация своих способностей, внутреннего потенциала, открытость опыту и чувство непрерывного саморазвития, самосовершенствования с течением времени [4].

Заметим, что позднее, опираясь на концепцию К.Рифф, российские психологи Т.Д.Шевеленкова и П.П.Фесенко разделили психологическое благополучие на два вида – идеальное и актуальное [17].

Еще одну модель психологического благополучия – уровневую – предложила А.В.Воронина, в которой было выделено четыре иерархических уровня, а именно: уровень психосоматического здоровья, уровень социальной адаптированности, уровень психического здоровья и уровень психологического здоровья [5].

Однако, наибольшую популярность в современной психологии получила структура психологического благополучия личности, предложенная К.Рифф. Полагаем, что во многом это объясняется тем, что в рамках этого подхода автором был также разработан оригинальный опросник психологического благополучия, широко зарекомендовавший себя в качестве одного из диагностических инструментов не только в зарубежной, но и в отечественной психологии.

Разумеется, говоря о психологическом благополучии личности нельзя не затронуть и вопрос тех факторов, которые обуславливают ее становление. В этом плане, прежде всего, обращает на себя внимание тот факт, что поскольку психологическое благополучие мыслится как интегративное состояние, то и детерминировано оно различными факторами аспектами человеческого бытия. Так, в частности, исследователями выделяются следующие группы факторов: социальные отношения, материальный достаток, удовлетворенность потребностей, наличие целей и смысла жизни, физическая активность, индивидуальные особенности личности, принятия себя и т.п., среди которых ведущая роль признается за спецификой отношения человека к себе и окружающему миру. Поясним, что из числа выше обозначенных факторов нас в первую очередь интересовали личностные особенности (личностный фактор психологического благополучия). Остановимся на них несколько подробнее.

Личностные факторы психологического благополучия

Необходимо сказать, что, судя по имеющимся в психологии данным, разные авторы делают акцент на разных личностных аспектах психологически благополучных людей. К примеру, Д.Маршалл называет среди них способность личности к экспрессии, а также оптимизм и надежный внутренний контроль. Фернхем и Бруин доказательно обосновали положительную

связь психологического благополучия с экстраверсией и соответственно отрицательную связь – с нейротизмом [5]. В свою очередь М.Селигман связывает высокий уровень благополучия личности не только с переживанием положительных эмоций и высоким уровнем удовлетворенности жизнью, но и с эмоциональной устойчивостью, энтузиазмом, самоконтролем, любовью к себе, приоритетом позитивного мышления и отношения к окружающему миру, собственному прошлому, настоящему и будущему [11]. При этом в целом зарубежными исследователями было обнаружено, что личностные факторы имеют гораздо большее и главное долговременное влияние на психологическое благополучие человека, нежели контекстуальные (жизненные события, социо-демографические характеристики и т.п.). К тому же среди всех особенностей личности, как доказали М.Аргайл и Э.Динер, наиболее важным в этом плане является система ценностей [1; 8].

В интерпретации Д.А.Леонтьева психологически благополучным человека делает обладание определенной совокупностью позитивных личностных ресурсов, для описания которой используется понятие «личностный потенциал», главной формой проявления которого является феномен самодетерминации личности [9].

Специальное исследование факторов психологического благополучия провела О.О.Фомина, проследив в нем связь данного феномена с невротическими чертами личности, особенностями жизненного стиля (в ключе приоритетных для личности защитных механизмов) и межличностных отношений. По результатам своего исследования автор делает следующие выводы: для благополучных личностей характерны такие защитные механизмы, как компенсация и отрицание, такие невротические черты, как высокие показатели социальной и познавательной пассивности и сверхконтроля поведения, а среди особенностей межличностных отношений – тенденция к поиску круга общения, потребность в зависимости, избегание принятия решений и ответственности, высокая самооценка; тогда как неблагополучные характеризуются преобладанием защитных механизмов проекции и замещения, повышенными показателями социальной неадаптивности и аффективной неустойчивости, страхом близких контактов при склонности к зависимости, неуверенностью в себе и низкой самооценкой [16].

Однако в контексте проводимого нами исследования нас особо интересовали личностные особенности психологически благополучных женщин. В этой связи мы обратились к работам тех авторов, кто так или иначе затрагивали эту проблему, либо касались гендерной специфики проявлений психологического благополучия. Надо сказать, что такого рода работ на сегодняшний день немного.

Так, в одном из своих прошлых исследований нам удалось обнаружить факты гендерной специфики представлений молодежи о счастье, которая, в частности, заключалась в

следующем: если у молодых женщин счастье в первую очередь ассоциируется с семьей и здоровьем, то у молодых мужчин – с удовлетворением своих личных потребностей, наличием друзей и возможностью саморазвития [14]. Во многом схожие данные были получены и в других исследованиях, например, И.А.Джидарьян, которая установила, что «женское» счастье в большей степени центрировано на любви, семье и близких отношениях, тогда как «мужское» – на поиске, остроте борьбы и радости одержанной победы [7]. Кроме того, имеются данные относительно гендерной специфики восприятия смыслового значения феномена счастья у людей разных возрастов, которые также свидетельствуют о значимости для счастья женщин семьи и любви, и значимости для счастья мужчин успешной карьеры, любимого дела, независимости и особенно властных ресурсов [13]. В свою очередь М.В.Бучацкая, изучая психологическое благополучие профессионально занятых женщин, обнаружила любопытный парадокс, заключающийся в том, что женщины, с одной стороны, обнаруживают более высокие показатели психологического благополучия по сравнению с мужчинами, тогда как с другой стороны – особенности гендерной идентификации женщин в современном обществе детерминируют развитие серьезных внутри и межличностных конфликтов, существенно снижающих уровень их психологического благополучия. Кроме того, автор справедливо указывает на то, что в современном обществе самореализующиеся в профессии женщины оказываются в ситуации «двойной занятости» (на работе и дома), что также оказывает влияние на уровень их психологического благополучия, и это влияние требует дополнительного изучения [3].

Что же касается непосредственно личностных особенностей психологически благополучных женщин, то такого рода информация остается единичной, что делает эту проблему актуальной и значимой. В некотором роде восполняет этот пробел исследование проявления психологического благополучия студентов – будущих психологов с разной степенью выраженности толерантности к неопределенности и макиавеллизма [12]. Если принять во внимание тот факт, что среди студентов – будущих психологов преобладали испытуемые женского пола (90%), то полученные результаты можно отнести к интересующей нас проблеме. В частности, как было установлено, более высокие показатели общего уровня психологического благополучия имеют место при преобладании такой личностной особенности как толерантность к неопределенности, а таких структурных компонентов психологического благополучия как личностный рост и самопринятие – при низком уровне макиавеллизма [12]. Однако, подчеркнем, что предметом анализа в обозначенном выше исследовании выступали не личностные особенности психологического благополучия женщин, а специфика проявления психологического благополучия у студентов – будущих

психологов с разной степенью выраженности таких профессионально значимых личностных характеристик, как толерантность к неопределенности и макиавеллизм.

Заключение

Проведенное нами аналитическое исследование позволяет сделать следующие выводы. Во-первых, несмотря на более чем полувековую историю изучения, феномен психологического благополучия не имеет единого понимания. Во-вторых, большинство исследований психологического благополучия фокусируются на изучении внешних по отношению к личности факторов. В-третьих, имеются единичные исследования, посвященные анализу гендерных аспектов психологического благополучия личности. В-четвертых, непосредственно личностные факторы психологического благополучия женщин остаются практически не изученными, что делает данную проблему значимой и актуальной.

Список использованных источников

1. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с.
2. Бенко Е.В. Обзор зарубежных публикаций, посвященных исследованию психологического благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Том 8. №2. С. 5-13.
3. Бучацкая М.В. Психологическое благополучие работающих женщин: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2006. 25 с.
4. Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности // Дискуссия. 2012. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-kontseptsii-psiologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 05.05.2019).
5. Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2005. №3. С. 142-145.
6. Голубева Н.М. К проблеме дифференциации понятий психологического и субъективного благополучия личности // Известия Саратовского ун-та. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2010. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-differentsiatsii-ponyatiy-psiologicheskogo-i-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 05.05.2019)
7. Джидарьян И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания // Психологический журнал. 2000. Том 21. №2. С. 40-48.
8. Колосова В.В. Ценностные компоненты Я-концепции студентов // Помогающие профессии: научное обоснование инновационные технологии. Н.Новгород: ННГУ им. Н.И.Лобачевского, 2016. С. 319-322.

9. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Осин Е.Н., Плотникова А.В., Рассказова Е.И. Опыт структурной диагностики личностного потенциала // Психологическая диагностика. 2007. №1. С. 8-31.
10. Петров В.Г., Злыгостева К.В. Счастье и психологическое благополучие в структуре ресурсной модели психологического здоровья // Acta Biomedica Scientifica. 2015. №4(104). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-i-psihologicheskoe-blagopoluchie-v-strukture-resursnoy-modeli-psihologicheskogo-zdorovya> (дата обращения: 05.05.2019)
11. Селигман М. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2006. 368 с.
12. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А. Психологическое благополучие студентов-психологов с разными личностными ресурсами профессионально значимых характеристик // Вестник Мининского университета. 2018. Том 6. №3(24). С. 10. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/871> (дата обращения: 06.05.2019)
13. Семенова Л.Э., Серебрякова Т.А., Семенова В.Э. Гендерная специфика смыслового значения счастья в представлениях людей разных возрастов // Вестник Мининского университета. 2017. №4(21). С. 8. URL: <http://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/703> (дата обращения: 06.05.2019)
14. Семенова Л.Э., Урусова Е.А., Васильева Д.А. Место семьи в представлениях мужчин и женщин о счастье [Электронный ресурс] // Мир науки. 2017. Том 5. №2. С. 63. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/36PSMN217.pdf> (дата обращения: 07.05.2019)
15. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. №4. С.105-114.
16. Фомина О.О. Факторы и возможные типы психологического благополучия личности // Известия Саратовского университета. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2016. №2. С. 168-173. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-i-vozmozhnye-tipy-psihologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (дата обращения: 05.05.2019).
17. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. №3. С. 95-129.
18. Ryff C.D. Psychological well-being // J.E.Birren (Ed.). Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged. San Diego, CA: Academic Press, 1996. P. 365-369.

References

1. Argyle M. *Psihologija schast'ja* [Psychology of happiness]. Saint-Petersburg, Piter Publ., 2003. 271 p. (In Russian)
2. Benko E.V. *Obzor zarubezhnyh publikacij, posvjashhennyh issledovaniju psihologicheskogo blagopoluchija* [Review of foreign publications devoted to the study of psychological well-being].

Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Psihologija, 2015, Vol. 8, no. 2, pp. 5-13. (In Russian)

3. Buchackaja M.V. *Psihologicheskoe blagopoluchie rabotayushchih zhenshchin. Avtoref. diss. kand. psihol. nauk* [Psychological well-being of working women. Kand. psychol. sci. autoref. diss.]. Moscow, 2006. 25 p. (In Russian)

4. Vodjaha S.A. *Sovremennye koncepcii psihologicheskogo blagopoluchija lichnosti* [Modern concepts of psychological well-being]. *Diskussija*, 2012, no. 2. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-kontseptsii-psihologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (accessed: 05.05.2019) (In Russian)

5. Voronina A.V. *Problema psihologicheskogo zdorov'ja i blagopoluchija cheloveka: obzor koncepcij i opyt strukturno-urovneвого analiza* [The problem of psychological health and well-being: a review of concepts and experience of structural-level analysis]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal*, 2005, no. 3, pp. 142-145. (In Russian)

6. Golubeva N.M. *K probleme differenciacii ponjatij psihologicheskogo i sub#ektivnogo blagopoluchija lichnosti* [On the problem of differentiation of concepts of psychological and subjective well-being of the individual]. *Izvestija Saratovskogo un-ta. Serija: Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija*, 2010, no. 3. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-differentsiatsii-ponyatij-psihologicheskogo-i-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti> (accessed: 05.05.2019) (In Russian)

7. Dzhidar'jan I.A. *Schast'e v predstavlenijah obydenного soznanija* [Happiness in the ideas of ordinary consciousness]. *Psihologicheskij zhurnal*, 2000, Vol. 21, no. 2. pp. 40-48. (In Russian)

8. Kolosova V.V. *Cennostnye komponenty Ja-koncepcii studentov* [Value components of Self-concepts of students]. *Pomogajushhie professii: nauchnoe obosnovanie innovacionnye tehnologii* [Profession: scientific substantiation of innovative technologies]. N.Novgorod, NNGU im. N.I.Lobachevskogo Publ., 2016, pp. 319-322. (In Russian)

9. Leont'ev D.A., Mandrikova E.Ju., Osin E.N., Plotnikova A.V., Rasskazova E.I. *Opyt strukturnoj diagnostiki lichnostnogo potenciala* [Experience of structural diagnostics of personal potential]. *Psihologicheskaja diagnostika*, 2007, no. 1, pp. 8-31. (In Russian)

10. Petrov V.G., Zlygosteva K.V. *Schast'e i psihologicheskoe blagopoluchie v strukture resursnoj modeli psihologicheskogo zdorov'ja* [Happiness and psychological well-being in the structure of the resource model of psychological health]. *Acta Biomedica Scientifica*, 2015, no. 4(104). Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-i-psihologicheskoe-blagopoluchie-v-strukture-resursnoj-modeli-psihologicheskogo-zdorovya> (accessed: 05.05.2019) (In Russian)

11. Seligman M. *Novaja pozitivnaja psihologija: nauchnyj vzgljad na schast'e i smysl zhizni* [New positive psychology: a scientific view of happiness and the meaning of life]. Moscow: Sofija Publ., 2006. 368 p. (In Russian)
12. Semenova L.E., Serebrjakova T.A. *Psihologicheskoe blagopoluchie studentov-psihologov s raznymi lichnostnymi resursami professional'no znachimyh harakteristik* [Psychological well-being of students-psychologists with different personal resources of professionally significant characteristics]. *Vestnik Mininskogo universiteta*, 2018, Vol. 6, no. 3(24), pp. 10. Available at: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/871> (accessed: 06.05.2019) (In Russian)
13. Semenova L.E., Serebrjakova T.A., Semenova V.E. *Gendernaja specifika smyslovogo znachenija schast'ja v predstavlenijah ljudej raznyh vozrastov* [Gender specificity of the semantic meaning of happiness in the representations of people of different ages]. *Vestnik Mininskogo universiteta*, 2017, no. 4(21), pp. 8. Available at: <http://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/703> (accessed: 06.05.2019) (In Russian)
14. Semenova L.E., Urusova E.A., Vasil'eva D.A. *Mesto sem'i v predstavlenijah muzhchin i zhenshhin o schast'e* [The place of family in men's and women's perceptions of happiness]. *Mir nauki*, 2017, Vol. 5, no. 2, pp. 63. Available at: <http://mir-nauki.com/PDF/36PSMN217.pdf> (accessed: 07.05.2019) (In Russian)
15. Sozontov A.E. *Gedonisticheskij i jevdemonisticheskij podhody k probleme psihologicheskogo blagopoluchija* [Hedonistic and eudemonistic approaches to the problem of psychological well-being]. *Voprosy psihologii*, 2006, no. 4, pp.105-114. (In Russian)
16. Fomina O.O. *Factory i vozmozhnye tipy psihologicheskogo blagopoluchija lichnosti* [Factors and possible types of psychological well-being]. *Izvestija Saratovskogo universiteta. Serija: Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija*, 2016, no. 2, pp. 168-173. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-i-vozmozhnye-tipy-psihologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti> (accessed: 05.05.2019) (In Russian)
17. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. *Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti* [Psychological well-being of the individual]. *Psihologicheskaja diagnostika*, 2005, no. 3, pp. 95-129. (In Russian)
18. Ryff C.D. Psychological well-being // J.E.Birren (Ed.). *Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged*. San Diego, CA: Academic Press, 1996. R. 365-369.

Егорова Светлана Владимировна – студентка 2 курса магистратуры по направлению «Психология» (программа «Практическая психология») факультета психологии и педагогики, ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина», e-mail: sveta777@hotmail.com

Семенова Лидия Эдуардовна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры коррекционной педагогики и специальной психологии ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: verunehka08@list.ru

Egorova Svetlana Vladimirovna – 2nd year master's student in the direction of «Psychology» (program «Practical psychology») of the faculty of psychology and pedagogy, Nizhny Novgorod State Pedagogical University the name of Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russia, sveta777@hotmail.com

Semenova Lidia Eduardovna – doctor of psychology, associate professor, professor of the department of correctional pedagogy and special psychology, Nizhny Novgorod Institute of education development, Nizhny Novgorod, Russia, verunehka08@list.ru