

**Артемихина Дарья Сергеевна,**  
студент ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет»,  
г. Киров, Российская Федерация  
[stud126610@vyatsu.ru](mailto:stud126610@vyatsu.ru)



**Втюрина Татьяна Анатольевна,**  
старший преподаватель кафедры психологии ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», г. Киров, Российская Федерация  
[usr11182@vyatsu.ru](mailto:usr11182@vyatsu.ru)

### **Психозэмоциональные последствия безработицы: как статус влияет на личностное благополучие**

**Аннотация.** Психозэмоциональное благополучие имеет важное значение для эффективного функционирования человека. Особую актуальность оно приобретает для лиц, имеющих статус безработного. Цель исследования состоит в изучении влияния статуса безработного на структурные компоненты психозэмоционального благополучия личности. Было показано, что статус безработного не влияет на личностный блок, негативно влияет на когнитивно-оценочный блок и неоднозначно влияет на эмоционально-аффективный блок психозэмоционального благополучия личности.

**Ключевые слова:** психозэмоциональное благополучие, эмоциональное состояние, удовлетворенность жизнью, статус безработного.

**Раздел:** 5.3. Психология.

### **Введение**

Проблема занятости и безработицы в современном мире становится неотъемлемым элементом жизни, особенно в условиях экономических кризисов и нестабильного рынка труда. Она может оказывать существенное влияние не только на социально-экономическую ситуацию в стране, но и на психозэмоциональное состояние граждан. В период отсутствия работы человек может испытывать ощущение потери стабильности, нарушается его привычный образ жизни, вследствие чего возрастает внутренняя неудовлетворенность, изменяется его актуальное психическое состояние, могут проявляться отрицательные эмоциональные реакции. В это время важно помочь человеку в обретении психозэмоционального благополучия.

Психозэмоциональное благополучие рассматривается как многогранная концепция, охватывающая как психологические, так и эмоциональные аспекты общего здоровья человека. Она относится к способности человека эффективно распознавать, понимать свои эмоции и управлять ими, а также справляться с трудностями и стрессами повседневной жизни.

Представим ключевые аспекты подхода к пониманию психозэмоционального благополучия как интегральной характеристики внутреннего мира личности, который выступает теоретико-методологическим основанием нашего исследования.

В общепринятом понимании, как указывает Б. Ю. Берзин, термин «благополучие» трактуется как удача, материальное благосостояние, благосостояние, спокойное

и счастливое состояние, обычное, без отклонений от нормы [1]. Особо часто параллель проводится между внутренним благополучием и здоровьем человека. Так, ВОЗ характеризует психическое здоровье как «состояние психического благополучия, которое позволяет людям справляться со стрессовыми ситуациями в жизни, реализовывать свой потенциал, успешно учиться и работать, а также вносить вклад в жизнь общества» [2]. Способность человека успешно справляться с трудными ситуациями зависит от развитой рефлексии. Рефлексия, развивая осознанность, эмоциональный интеллект, самоэффективность и использование сильных сторон, способствует позитивному функционированию личности и успешному преодолению трудностей.

В рамках концепции позитивного функционирования личности в психологической науке активно развиваются теории психологического благополучия и субъективного благополучия. Автор теории психологического благополучия К. Рифф [3] рассматривает его как многомерный феномен, который отражает степень реализации ключевых компонентов позитивного функционирования личности. Эти компоненты включают самопринятие, позитивные отношения с другими, автономию, управление средой, наличие жизненных целей и личностный рост. Теория акцентирует внимание на том, что психологическое благополучие включает не только наличие положительных эмоций или удовлетворенности жизнью, но и целостный подход к пониманию того, как люди достигают успеха в различных сферах своей жизни. Теория субъективного благополучия Э. Динера [4] охватывает общую оценку человеком своей жизни, на которую влияют как эмоциональные, так и когнитивные компоненты. По словам Э. Динера, субъективное благополучие характеризуется тем, как люди чувствуют и думают о своей жизни, подчеркивая, что личные оценки являются ключевыми показателями благополучия.

Следует согласиться с мнением Л. А. Головей о том, что исследования субъективного и психологического благополучия охватывают различные аспекты внутреннего мира человека. В то же время в современных исследованиях наблюдается тенденция к изучению их взаимосвязи и взаимодополнения [5].

В результате интеграции подходов к субъективному и психологическому благополучию возникают различные определения нового конструкта. Н. А. Батурин, С. А. Башкатов и Н. В. Гафарова [6] предложили термин «личностное благополучие». В то же время Л. В. Карапетян и Г. А. Глотова используют понятие «эмоционально-личностное благополучие», которое они определяют как «целостное экзистенциальное переживание состояния гармонии между внутренним и внешним миром, возникающее в процессе жизни, деятельности и общения человека» [7]. Исследователи В. Р. Манукян и Е. Г. Трошихина предложили использовать понятие «психозэмоциональное благополучие». Авторы определяют его как интегральную характеристику внутреннего мира личности, «отражающую взаимосвязи эвдемонического и гедонистического благополучия в соотношении с базовыми эмоциональными характеристиками (тревожность, устойчивые эмоциональные состояния)» [8]. Данного подхода к понятию психозэмоционального благополучия придерживаются и авторы данной статьи.

Для того чтобы наиболее полно охарактеризовать внутреннее благополучие человека, психозэмоциональное благополучие описывают через динамическую взаимосвязь трех относительно независимых блоков: личностного, когнитивно-оценочного, эмоционально-аффективного [9].

*Личностный блок* психозэмоционального благополучия наиболее соответствует представлениям о благополучии в эвдемоническом подходе. В качестве базовых характеристик личностного блока рассматриваются основные критерии психологиче-

ского благополучия, предложенные К. Рифф [10]. К ним относятся позитивное отношение к себе и своей прошлой жизни, отношения с другими, пронизанные заботой и доверием, способность выполнять требования повседневной жизни, наличие целей и занятий, придающих жизни смысл, чувство непрекращающегося развития и самореализации, способность следовать собственным убеждениям. Наиболее значимую роль исследователи отдают направленности на саморазвитие и личностный рост, так как именно эти характеристики являются одними из основных компонентов зрелости личности, удовлетворенности жизнью и психологического благополучия в целом.

*Когнитивно-оценочный блок* включает в себя различные параметры удовлетворенности и оценки текущей жизненной ситуации. Удовлетворенность жизнью, которая является ведущим признаком субъективного благополучия, предполагает глобальную оценку своей реальной жизни через призму личных стандартов «хорошей жизни». Человек удовлетворен жизнью тогда, когда разрыв между реальным положением дел и идеальными представлениями минимальный или практически отсутствует. Немаловажное значение в оценке удовлетворенностью жизни имеет субъективное отношение человека к той или иной жизненной ситуации, а также сравнение себя с другими людьми.

*Эмоционально-аффективный блок* объединяет чувства, которые обусловлены успешным или неуспешным функционированием всех сфер личности. Значимость эмоционального компонента связана с его регуляторной и адаптивной функцией, влиянием на все сферы личности. В качестве ведущего компонента эмоционального блока благополучия выделяют устойчивые по длительности эмоциональные состояния, присущие не столько данному конкретному моменту, сколько вообще данному периоду жизни человека.

Исследования показывают, что значимость различных блоков в структуре психозэмоционального благополучия варьируется в зависимости от множества факторов. Л. А. Головей и ее коллеги подчеркивают влияние статуса занятости на эту структуру [11]. В. Р. Манукян акцентирует внимание на влиянии возраста на структуру психозэмоционального благополучия [12]. В свою очередь, В. А. Тюлькина рассматривает гендерный аспект этой проблемы [13]. Н. В. Евзельман исследует связь психозэмоционального благополучия с личностными характеристиками, в частности со стрессоустойчивостью [14].

В контексте нашего эмпирического исследования мы делаем акцент на наличии статуса безработного и его влиянии на психозэмоциональное благополучие личности.

Проверялись следующие предположения:

1) отсутствие работы негативно влияет на психозэмоциональное благополучие личности, а именно приводит к негативным эмоциональным переживаниям, снижению ощущения психологического благополучия и удовлетворенности;

2) существуют различия в психозэмоциональном благополучии у безработных и работающих людей. Для людей со статусом безработного характерно более низкое психозэмоциональное благополучие по сравнению с работающими людьми.

### **Методология и результаты исследования**

*Участники исследования.* В эмпирическом исследовании принял участие 81 респондент. В соответствии с задачами исследования были выделены две группы, которые различались по наличию статуса безработного. Первая группа включала безработных, зарегистрированных в службе занятости ( $n_1 = 32$ ; средний возраст – 40,7 года). В этой группе 27 человек состоят на учете до 6 месяцев, 3 человека – более

6 месяцев, а 2 человека – более года. Вторая группа включала работающих ( $n_2 = 49$ ; средний возраст – 39,2 года).

**Методы исследования:**

1. Опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной [15] для изучения личностного блока психозэмоционального благополучия.

2. «Шкала удовлетворенности жизнью», авторами которой являются Е. Динер, Р. Еммонс, Р. Ларсен, С. Гриффин (адаптация Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева) [16] для диагностики когнитивно-оценочного блока психозэмоционального благополучия.

3. Методики «Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» (Н. А. Курганский, Т. А. Немчин) [17] и «Интегративный тест тревожности» (А. П. Бизюк, Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев) [18] для изучения эмоционально-аффективного блока психозэмоционального благополучия.

**Обработка данных.** Полученные данные обрабатывались с применением статистического приложения для работы с электронными таблицами Jamovi и Microsoft Excel. Применялись методы описательной статистики (анализ средних значений, стандартное отклонение, графическое представление результатов), методы статистического вывода (критерий сравнения средних t-критерий Стьюдента).

Представим результаты исследования в соответствии с выделенными блоками психозэмоционального благополучия.

Анализ личностных показателей психозэмоционального благополучия показал, что процент респондентов с высоким уровнем психологического благополучия ниже у безработных (34%) в сравнении с работающими (47%). В группе безработных также наблюдается большее количество респондентов с низким уровнем (19%) психологического благополучия в сравнении с работающими (16%) (рис. 1).

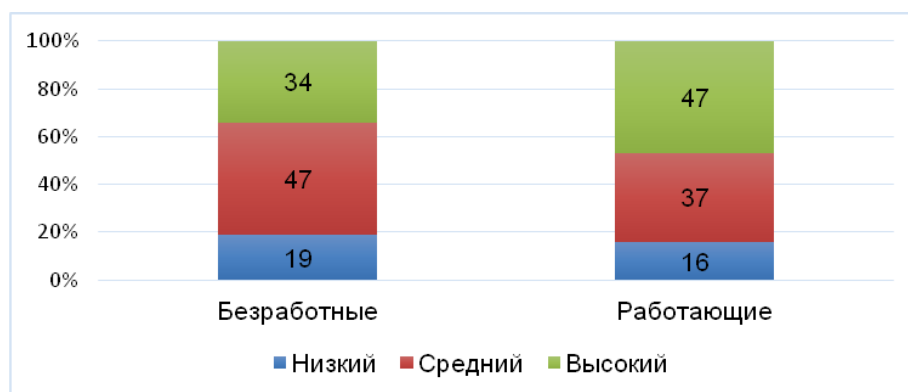


Рис. 1. Распределение уровней психологического благополучия в группах

Сравнительный анализ выраженности показателей психологического благополучия у безработных и работающих респондентов не показал значимых различий (см. табл. 1). Безработные и работающие респонденты не различаются по ощущению уверенности в управлении жизненными ситуациями, по осмысленности жизни, по качеству социальных связей и систем поддержки, которые улучшают эмоциональное здоровье.

Анализ когнитивно-оценочных показателей психозэмоционального благополучия показал, что высокий уровень удовлетворенности жизнью встречается чаще у работающих (53%) в сравнении с безработными (25%) респондентами. Низкий уровень удовлетворенности жизнью у безработных наблюдается в 6 раз чаще, чем у работающих (3% и 19% соответственно) (см. рис. 2).

Таблица 1

**Сравнение показателей психологического благополучия у безработных и работающих респондентов**

Шкалы методики	Безработные ( $n_1 = 32$ )		Работающие ( $n_2 = 49$ )		$t$	$p$
	$X_{cp}$	$\sigma_x$	$Y_{cp}$	$\sigma_y$		
Автономность	31,00	4,30	32,20	4,66	-1,17	0,25
Компетентность	31,91	4,09	33,10	5,79	-1,01	0,31
Личностный рост	32,09	4,57	32,71	5,59	-0,52	0,60
Позитивные отношения	32,28	4,67	32,67	6,63	-0,29	0,77
Жизненные цели	33,50	4,61	33,55	7,19	-0,04	0,97
Самопринятие	31,72	4,54	33,14	7,25	-0,99	0,33
Общий показатель	192,50	20,25	197,39	32,46	-0,76	0,45

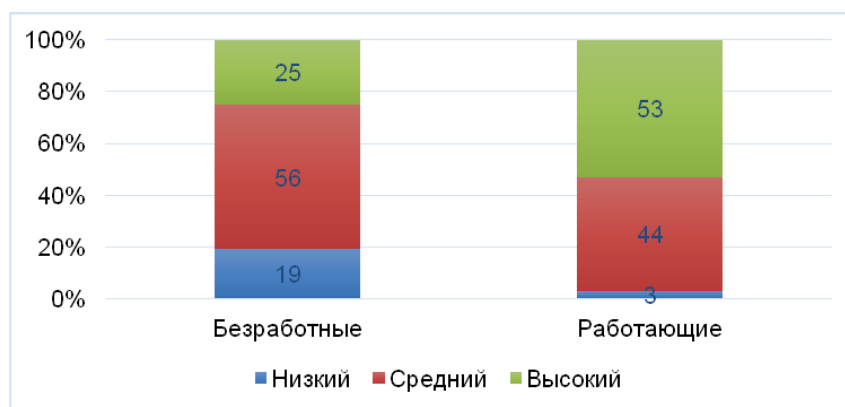


Рис. 2. Распределение уровней удовлетворенности жизнью в группах

Сравнительный анализ выраженности показателей удовлетворенности жизнью у безработных и работающих респондентов выявил значимые различия (табл. 2).

Таблица 2

**Сравнение показателей удовлетворенности жизнью у безработных и работающих респондентов**

Шкалы методики	Безработные ( $n_1 = 32$ )		Работающие ( $n_2 = 49$ )		$t$	$p$
	$X_{cp}$	$\sigma_x$	$Y_{cp}$	$\sigma_y$		
Удовлетворенность жизнью	21,09	5,76	24,39	5,62	-2,55	0,01

Общий уровень удовлетворенности жизнью у обеих групп находится пределах средних значений. Тем не менее выявленные различия ( $p < 0,01$ ) показывают, что респонденты в статусе безработного менее удовлетворены жизнью в целом, что проявляется в эмоциональном отношении к своей жизни, в степени удовлетворенности ее различными аспектами.

Анализируя факторы, которые учитываются при оценке субъективного восприятия человеком своей жизни, можно говорить, что работающим респондентам помогает чувствовать себя удовлетворенными жизнью наличие поддерживающих социальных контактов, чувство достижения и успешности в различных сферах жизни, достойный социальный статус, более стабильные финансовые условия, ощущение уверенности в завтрашнем дне.



Сравнительный анализ выраженности показателей **эмоционально-аффективного блока** психозэмоционального благополучия выявил (табл. 3) значимые различия по шкалам интерес ( $p = 0,03$ ), эмоциональный тонус ( $p = 0,01$ ).

Таблица 3

**Сравнение показателей эмоционального состояния  
у безработных и работающих респондентов**

Шкалы методики	Безработные ( $n_1 = 32$ )		Работающие ( $n_2 = 49$ )		t	p
	$\bar{X}_{cp}$	$\sigma_x$	$\bar{Y}_{cp}$	$\sigma_y$		
Психическая активация	10,97	3,84	10,02	3,81	1,09	0,28
Интерес	9,25	3,87	7,47	3,39	2,19	<b>0,03</b>
Эмоциональный тонус	8,59	3,26	6,67	3,00	2,72	<b>0,01</b>
Напряжение	11,22	2,12	10,67	3,20	0,85	0,40
Комфортность	9,94	3,18	9,18	2,88	1,10	0,27
Эмоциональный дискомфорт	142,22	61,25	220,20	61,87	-5,57	< ,001
Астенический компонент	118,63	57,53	185,67	61,42	-4,92	< ,001
Фобический компонент	72,75	45,37	154,27	46,61	-7,78	< ,001
Тревожная оценка перспектив	151,50	52,84	210,96	70,74	-4,07	< ,001
Социальная защита	121,31	59,87	182,16	73,61	-3,91	< ,001
Тревожность	18,47	6,86	33,12	7,16	-9,15	< ,001

Обратим внимание на то, что в соответствии с методикой чем хуже психическое состояние взрослого, тем большее количество баллов по каждой из характеристик он набирает. Соответственно, показатели «интерес» и «эмоциональный тонус» имеют более высокую степень выраженности у работающих респондентов. Это может говорить о том, что работающие больше стремятся к новому, увлекаются различными видами деятельности, переживают положительные эмоции, которые побуждают их к активной деятельности. Респонденты обеих групп демонстрируют одинаковый уровень психической активности, комфортности, напряжения.

Наиболее выраженным показателем личностной тревожности среди безработных респондентов является тревожная оценка перспектив, среди работающих – эмоциональный дискомфорт. Это говорит о том, что психическое состояние безработных характеризуется повышенной тревожностью относительно будущих событий или возможностей, а у работающих – переживанием негативных эмоций, таких как тревога, раздражительность.

Сравнительный анализ индексов интегративной тревожности выявил значимые различия между работающими и не работающими по всем показателям ( $p < 0,001$ ). При этом показатели тревожности, а также общий показатель личностной тревожности выше у работающих респондентов. Это может быть связано с нестабильностью условий труда, повышенным уровнем ответственности или же с конфликтами с коллегами, начальством. Кроме этого на уровень личностной тревожности может оказывать влияние беспокойство по поводу сохранения рабочего места, стресс на работе и недостаточный отдых.

### Заключение

Сравнительный анализ психозэмоционального благополучия респондентов, имеющих статус безработного, и работающих респондентов не выявил различий в пока-

зателях личностного блока. Это может говорить о том, что личностные характеристики, остаются сравнительно стабильными независимо от занятости и на них не влияет такой внешний фактор, как отсутствие работы.

Наличие статуса безработного негативно влияет на показатели когнитивно-оценочного блока психозэмоционального благополучия. Более высокий показатель удовлетворенности жизнью у работающих респондентов может быть объяснен тем, что стабильный доход увеличивает уверенность в завтрашнем дне, работа обеспечивает структуру повседневной жизни, дает средства для достижения целей и профессионального роста.

Также выявлено неоднозначное влияние статуса безработного на показатели эмоционально-аффективного блока психозэмоционального благополучия. Отсутствие работы ведет к снижению эмоционального тонуса и интереса. Работа может служить источником положительных эмоций и стимулировать интерес к различным аспектам жизни. Но при этом наличие работы подразумевает более высокий уровень тревожности. Это может быть связано с тем, что работающие люди подвержены стрессам, связанным с трудовой деятельностью. Давление сроков, ответственность за результаты и необходимость управления рабочими отношениями могут увеличивать уровень тревожности.

Поддержание психозэмоционального благополучия имеет жизненно важное значение для эффективного функционирования человека в повседневной жизни. Это влияет на то, как люди справляются со стрессом, адаптируются к изменениям и реагируют на жизненные вызовы. С учетом полученных результатов эмпирического исследования была разработана тренинговая программа, направленная на гармонизацию психозэмоционального состояния безработных. Реализация программы способствует формированию навыков саморегуляции, развитию позитивного мышления, повышению интереса к жизни. Кроме этого занятия в тренинговых группах способствуют снижению социальной изоляции, дают людям, оставшимся без работы, возможность общения, обмена опытом и поддержки со стороны других участников. Тренинг может быть применен в центрах занятости населения для реализации программ психологического сопровождения и реабилитации безработных.

### Ссылки на источники

1. Берзин Б. Ю. Психологическое благополучие личности: к вопросу о сущности понятия // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1: Проблемы образования, науки и культуры. – 2018. – № 4. – С. 74–81.
2. Всемирная организация здравоохранения. – URL: <https://www.who.int/ru>
3. Ryff C. D. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 719–727.
4. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. – 1984. – № 95. – P. 542–575.
5. Психозэмоциональное благополучие: интегративный подход / под ред. Л. А. Головей. – СПб.: Нестор-История, 2020. – 360 с.
6. Батулин Н. А., Башкатов С. А., Гафарова Н. В. Теоретическая модель личностного благополучия // Психология. Психофизиология. – 2013. – Т. 6. – № 4. – С. 4–14.
7. Карапетян Л. В., Глотова Г. А. Структурная модель эмоционально-личностного благополучия // Национальный психологический журнал. – 2018. – № 2(30). – С. 48.
8. Трошихина Е. Г., Манукян В. Р. Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психозэмоционального благополучия // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2017. – Т. 7. – №. 3. – С. 215.
9. Головей Л. А. и др. Психозэмоциональное благополучие человека в трудных жизненных ситуациях // Вестник Российского фонда фундаментальных исследований. – 2019. – № 4(97). – С. 90–102.
10. Ryff C. D. The structure of psychological well-being revisited.

11. Головей Л. А. и др. Роль психозэмоционального благополучия в восприятии жизненной ситуации безработными и работающими взрослыми // Консультативная психология и психотерапия. – 2019. – Т. 27. – № 2. – С. 27–49.
12. Манукян В. Р., Данилова М. В., Титова Д. В. Жизненные смыслы и психозэмоциональное благополучие подростков и юношей // Психология XXI века. Актуальные проблемы современной психологии. – 2017. – С. 24–28.
13. Тюлькина В. А. Удовлетворенность жизнью как составляющая субъективного благополучия мужчин и женщин // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 32. – С. 203–212. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56686.htm>
14. Евзельман Н. В. Психозэмоциональное благополучие личности и его связь со стрессоустойчивостью в новой информационной ситуации // Электронный научный журнал «Коллекция гуманитарных исследований». – 2024. – № 4. – С. 25–31.
15. Жуковская Л. В., Трошихина Е. Г. Шкала психологического благополучия К. Риффа // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32. – № 2. – С. 82–93.
16. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Сборник Материалов III Всероссийского социологического конгресса. – М.: Институт социологии РАН, 2008. – С. 17–19.
17. Курганский Н. А., Немчин Т. А. Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие. – Л.: Ленинградский ун-т, 1990. – С. 44–50.
18. Бизюк А. П., Вассерман Л. И., Иовлев Б. В. Интегративный тест тревожности: метод. рек. – СПб.: НИПНИ Бехтерева, 1996. – 28 с.

---

**Daria S. Artemikhina,**

Student, Vyatka State University, Kirov, Russian Federation

[stud126610@vyatsu.ru](mailto:stud126610@vyatsu.ru)

**Tatyana A. Vtyurina,**

Senior Lecturer, Department of Psychology, Vyatka State University, Kirov, Russian Federation

[usr11182@vyatsu.ru](mailto:usr11182@vyatsu.ru)

### **Psychological and emotional consequences of unemployment: how status affects personal well-being**

**Abstract.** Psychological and emotional well-being is important for the effective functioning of a person. It is especially relevant for people with the status of unemployed. The aim of the study is to examine the influence of the status of unemployed on the structural components of the psychological and emotional well-being of an individual. It was found that the status of unemployed does not affect the personal sphere, negatively affects the cognitive-evaluative sphere and ambiguously affects the emotional-affective sphere of the psychological and emotional well-being of an individual.

**Key words:** psychological and emotional well-being, emotional condition, life satisfaction, status of unemployed.

### **References**

1. Berzin, B. Yu. (2018). "Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti: k voprosu o sushchnosti ponyatiya", *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Ser. 1: Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury*, № 4, pp. 74–81 (in Russian).
2. *Vsemirnaya organizatsiya zdavoohraneniya*. Available at: <https://www.who.int/ru> (in Russian).
3. Ryff, C. D. (1995). "The structure of psychological well-being revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, pp. 719–727 (in English).
4. Diener, E. (1984). "Subjective well-being", *Psychological Bulletin*, № 95, pp. 542–575 (in English).
5. Golovej, L. A. (ed.) (2020). *Psihoemocional'noe blagopoluchie: integrativnyj podhod*, Nestor-Istoriya, St. Petersburg, 360 p. (in Russian).
6. Baturin, N. A., Bashkatov, S. A., & Gafarova, N. V. (2013). "Teoreticheskaya model' lichnostnogo blagopoluchiya", *Psihologiya. Psihofiziologiya*, t. 6, № 4, pp. 4–14 (in Russian).
7. Karapetyan, L. V., & Glotova, G. A. (2018). "Strukturnaya model' emocional'no-lichnostnogo blagopoluchiya", *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal*, № 2(30), p. 48 (in Russian).
8. Troshihina, E. G., & Manukyan, V. R. (2017). "Trevozhnost' i ustojchivye emocional'nye sostoyaniya v strukture psihoemocional'nogo blagopoluchiya", *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psihologiya*, t. 7, № 3, p. 215 (in Russian).
9. Golovej, L. A. et al. (2019). "Psihoemocional'noe blagopoluchie cheloveka v trudnyh zhiznennyh situatsiyah", *Vestnik Rossijskogo fonda fundamental'nyh issledovanij*, № 4(97), pp. 90–102 (in Russian).
10. Ryff, C. D. (1995). Op. cit.



11. Golovej, L. A. et al. (2019). "Rol' psihoemocional'nogo blagopoluchiya v vospriyatii zhiznennoj situacii bezrabotnymi i rabotayushchimi vzroslymi", *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya*, t. 27, № 2, pp. 27–49 (in Russian).
12. Manukyan, V. R., Danilova, M. V., & Titova, D. V. (2017). "Zhiznennye smysly i psihoemocional'noe blagopoluchie podrostkov i yunoshej", *Psihologiya XXI veka. Aktual'nye problemy sovremennoj psihologii*, pp. 24–28 (in Russian).
13. Tyul'kina, V. A. (2016). "Udovletvorennost' zhizn'yu kak sostavlyayushchaya sub"ektivnogo blagopoluchiya muzhchin i zhenshchin", *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, t. 32, pp. 203–212. Available at: <http://e-koncept.ru/2016/56686.htm> (in Russian).
14. Evzel'man, N. V. (2024). "Psihoemocional'noe blagopoluchie lichnosti i ego svyaz' so stressoustojchivost'yu v novoj informacionnoj situacii", *Elektronnyj nauchnyj zhurnal "Kollekciya gumanitarnyh issledovanij"*, № 4, pp. 25–31 (in Russian).
15. Zhukovskaya, L. V., & Troshihina, E. G. (2011). "Shkala psihologicheskogo blagopoluchiya K. Riff", *Psihologicheskij zhurnal*, t. 32, № 2, pp. 82–93 (in Russian).
16. Osin, E. N., & Leont'ev, D. A. (2008). "Aprobaciya russkoyazychnyh versij dvuh shkal ekspress-ocenki sub"ektivnogo blagopoluchiya", *Sbornik Materialov III Vserossijskogo sociologicheskogo kongressa*, Institut sociologii RAN, Moscow, pp. 17–19 (in Russian).
17. Kurganskij, N. A., & Nemchin, T. A. (1990). "Ocenka psihicheskoy aktivacii, interesa, emocional'nogo tonusa, napryazheniya i komfortnosti", *Praktikum po eksperimental'noj i prikladnoj psihologii: ucheb. posobie*, Leningradskij un-t, Leningrad, pp. 44–50 (in Russian).
18. Bizyuk, A. P., Vasserman, L. I., & Iovlev, B. V. (1996). *Integrativnyj test trevozhnosti: metod. rek.*, NIPNI Bekhtereva, St. Petersburg, 28 p. (in Russian).

**Рекомендовано к публикации:**

Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук;  
Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,  
главным редактором журнала «Концепт»



Поступила в редакцию <i>Received</i>	18.08.24	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	19.09.24
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	19.09.24	Опубликована <i>Published</i>	31.10.24

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)  
© Артемихина Д. С., Втюрина Т. А., 2024