

## Структурная организация жизнеспособности как предиктора психологического благополучия личности

**А. Н. Певнева,**  
заведующий кафедрой общей и социальной  
психологии, кандидат психологических наук, доцент,  
Гродненский государственный университет имени  
Янки Купалы

*Современный стремительно изменяющийся мир характеризуется трансформацией социальных институтов образования, здравоохранения наряду с институтами семьи и труда, что вызывает чувство нестабильности/Volatility.*

Белорусские ученые А. П. Лобанов и Н. В. Дроздова отмечают, что «волатильность как компонент VUCA-теории имеет отношение не только к окружающей действительности» [1, с. 30], но и к психологическому, эмоциональному и физическому функционированию, а в целом – к ощущению психологического благополучия. Это, в свою очередь, актуализирует потребность в резильентности (от англ. *resilience* – гибкость, упругость, устойчивость) (Masten, 2011), т. е. в способности сохранять стабильный уровень функционирования, в управлении собственными ресурсами, в использовании адаптивных защитно-совладающих стратегий поведения при решении проблем в неопределенных ситуациях, что связано с жизнеспособностью личности. Высокий интерес ученых А. И. Лактионовой, А. В. Махнача, А. А. Нестеровой, Е. А. Рыльской свидетельствует о том, что концепция жизнеспособности/резильентности является предметом научных дебатов.

Обращение к понятию жизнеспособности отмечается с XVIII в. Несмотря на интенсивное использование данного феномена в социальных и поведенческих науках, с конца 1970-х – начала 1980-х гг. (Anthony, 1987; Barnard, 1994; Cicchetti, 1993; Cowen, Work, 1988; Egeland et al., 1993; Garmezy, 1976; Luthar, 1991; Masten, 1994, 1999; McCubbin, McCubbin, 1988; Rutter, 1985; Werner, 1993) высвечивается ряд проблем, вызванных обширностью и разнообразием критериев, множеством личностных и социально-психологических переменных, лежащих в основе жизнеспособности и ее структурной организации. В настоящее время существует множество определений жизнеспособности, при этом чаще всего под ней принято понимать способность личности.

В рамках концепции структурно динамического подхода А. В. Махнач жизнеспособность рассматривает в качестве способности человека «управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами, в контексте социальных, культурных норм и средовых условий» [2, с. 5]. В контексте культуры, общества, личности и отношения ученым выделены такие компоненты жизнеспособности, как самоэффективность, настойчивость, совладание/адаптация, внутренний локус контроля, семейные/социальные взаимоотношения, духовность.

В работах А. А. Нестеровой понятие жизнеспособности представлено как способность личности осознавать и использовать свои внутренние и внешние ресурсы, которые содействуют «эффективному сопротивлению бедствиям и депривующим факто-

рам», детерминируя благополучие, социальное здоровье, личностный рост и навыки конструктивного преодоления трудных жизненных ситуаций [3, с. 94]. Со ссылкой на восьмикомпонентную модель личности А. И. Крупнова [3, с. 96] она выделяет следующие структурные компоненты жизнеспособности: установочно-целевой, мотивационный, когнитивный, продуктивный, динамический, эмоциональный, регуляторный и рефлексивно-оценочный, а в качестве переменных описывает самомотивацию и достижения, активность и инициативу, эмоциональный контроль и саморегуляцию, позитивные установки и гибкость, самоуважение, социальную компетентность и социальную поддержку, адаптивные стили поведения, самоорганизацию и планирование будущего.

В исследованиях Т. С. Киселевой, Д. А. Леонтьева, А. А. Никитиной, Е. И. Осипенко, А. Н. Певневой, Е. А. Сергиенко, Е. А. Хлевной, З. Д. Шаехова отражена связь жизнеспособности с социально-демографическими (пол, сексуальная идентичность, качество жизни, эмоциональный интеллект), личностными чертами, свойствами и качеством социальных отношений (количество близких друзей, социальная поддержка), а также с психическим и психологическим здоровьем, социально-психологической адаптацией человека, эффективным полноценным психологическим и физическим функционированием в социуме, а в целом – с психологическим благополучием [4–7].

Понятие «психологическое благополучие» впервые было предложено Н. Брэдберном (1969) и определялось как баланс между позитивными и негативными аффектами ежедневной жизни, накапливающимися в ощущении удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью [8]. С 1960-х гг. интерес к исследованию психологического благополучия возрастает в силу трансформаций, происходящих в обществе, и необходимости быстрой адаптации к требованиям, от которых зависит эффективность в той или иной сфере деятельности. Дестабилизирующее воздействие внешней среды определяет потребность в поиске ресурсов повышения психологического благополучия человека.

К. Рифф определяет психологическое благополучие как базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины человеческих потенциальных возможностей. На экзистенциально-смысловой идее личностного роста, позитивного функционирования личности и саморазвития ею выделены структурные компоненты психологического благополучия: управление окружающей средой, жизненные цели, самопринятие, позитивное отношение к окружающим, автономия, личностный рост [9].

А. В. Воронина рассматривает психологическое благополучие как системное качество, которое проявляется в переживании человеком содержательной наполненности и ценности жизни и служит средством достижения внутренних, социально ориентированных целей, являющихся условием реализации его потенциальных возможностей и способностей [10]. По ее мнению, психологическое благополучие проявляется на четырех автономных уровнях, представленных социальной адаптированностью, психосоматическим, психическим и психологическим здоровьем. Оно формируется в процессе деятельности в виде внутренних интенций человека, характеризующихся саморазвитием, самовыражением и самореализацией. В связи с этим важно подчеркнуть, что все внешние факторы при объективных характеристиках по самой природе психики не могут воздействовать на переживание благополучия непосредственно, они действуют через субъективное восприятие и оценку, обусловленные личным опытом, личностными особенностями, включая структурные компоненты жизнеспособности личности.

Жизнеспособность личности, по мнению Н. И. Дерюгиной (2018), является основным условием и одним из ресурсов достижения психологического благополучия. Это позволило считать актуальным проведение исследования структурной организации жизнеспособности как предиктора психологического благополучия личности. В отечественной и зарубежной психологии используются различные дизайны исследования психологического благополучия. Цель статьи – определить структурную организацию жизнеспособности как предиктора психологического благополучия личности.

Выборочную совокупность исследования составили 206 студентов первых курсов гуманитарных специальностей Гродненского государственного университета имени Янки Купалы, из них 75 студентов ( $17,40 \pm 0,69$  года) дневной, 68 ( $24,64 \pm 6,87$  года) – заочно-дистанционной, 63 – заочной ( $24,64 \pm 6,87$  года) форм обучения. С учетом педагогического профиля обучения студентов основной массив выборки составили женщины, что учитывалось непосредственно при интерпретации данных.

Для измерения переменных жизнеспособности была использована методика А. А. Нестеровой «Жизнеспособность личности» [3]. Для обоснования и интерпретации психологического благополучия применялся индекс благополучия, разработанный Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) [11].

Методика А. А. Нестеровой «Жизнеспособность личности» направлена на исследование жизнеспособности взрослых людей от 18 лет и старше

и включает 96 вопросов, диагностирующих восемь переменных:

1) шкала самомотивации и достижений определяет способность личности мотивировать себя к преодолению и совладанию с жизненными трудностями;

2) шкала активности и инициативности связана с сознательной дисциплинированностью, настойчивостью в достижении цели;

3) шкала эмоционального контроля и саморегуляции отражает эмоциональную стабильность наряду с низким уровнем тревожности и высоким уровнем саморегуляции;

4) шкала позитивной установки и гибкости диагностирует гибкость мышления и социальную адаптацию посредством позитивного мышления;

5) шкала самоуважения непосредственно указывает на оценку способности к преодолению определенных задач в конкретной ситуации, а также выбор стратегии действия;

6) шкала социальной компетентности и социальной поддержки включает комплексную характеристику, которая состоит из социального знания, коммуникативных умений и мотивационно-регулятивных качеств личности, необходимых для взаимодействия с окружающими людьми в трудных жизненных ситуациях;

7) шкала адаптивных стилей поведения характеризуется преобладанием конструктивных проблемно-решающих стратегий и избеганием деструктивных защитных форм реагирования;

8) шкала самоорганизации и планирования будущего дает представление об умении планировать время и управлять им, о способности превосходить события и прогнозировать будущее.

«Опросник общего (хорошего) самочувствия» был разработан Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ-5) на основе опросника ВОЗ-10 (Bech, Gudex, Johansen, 1996), который, в свою очередь, был сконструирован на основании 28 пунктов шкалы оценки, используемой в многоцентровом исследовании ВОЗ (Warr, Banks, Ullah, 1985). Впоследствии он был переведен и адаптирован на русский язык [12]. Опросник представляет собой краткую шкалу оценки психологического благополучия, состоящую из пяти позитивно сформулированных пунктов, отражающих самочувствие в последние две недели. Каждое утверждение оценивается по шкале Лайкерта в диапазоне от 0 до 5 баллов («Я чувствую себя бодрой(ым) и в хорошем настроении»: «0» – никогда; «5» – все время; «4» – большую часть времени; «3» – более половины времени; «2» – менее половины времени; «1» – некоторое время). Для расчета индекса благополучия полученные баллы суммируются и умножаются на четыре.

Статистическая обработка данных осуществлялась программой Statistika 6.0 (Stat. Soft. Ins.). Для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню признака, измеренного количественно, применялся *U*-критерий Манна – Уитни. Взаимосвязь между двумя переменными устанавливалась посредством коэффициента ранговой корреляции Спирмена ( $r_s$ ).

С целью моделирования влияния одной или нескольких независимых переменных на значение зависимой переменной был использован регрессионный анализ. Для определения структурной организации жизнеспособности подсчитывался индекс организованности структуры (ИОС), индекс когерентности структуры (ИКГ) и индекс дивергентности структуры (ИДС), предложенные А. В. Карповым (2016). Расчет коэффициента устойчивости/неустойчивости корреляций производился путем определения отношения устойчивых (при  $p < 0,01$ ;  $p < 0,001$ ) и неустойчивых (при  $p < 0,05$ ) показателей связи.

В ходе попарного сравнения показателей психологического благополучия респондентов разных форм обучения не было выявлено значимых различий между студентами дневной и заочно-дистанционной форм обучения ( $U = 1144$ ;  $p = 0,112$ ), дневной и заочной форм обучения ( $U = 1669$ ;  $p = 0,627$ ), заочно-дистанционной и заочной форм обучения ( $U = 2283$ ;  $p = 0,136$ ). Значимых различий между ними не было выявлено и по переменным их жизнеспособности.

На основании полученных результатов определены формальные основания для создания единой выборки с последующей реализацией дизайна исследования, поставленной целью и верификацией гипотезы о жизнеспособности как предиктора психологического благополучия личности.

В ходе исследования по всем шкалам жизнеспособности были получены средние значения самомотивации и достижений ( $m = 51,92 \pm 8,36$ ), активности и инициативности ( $50,47 \pm 7,70$ ), эмоционального контроля и саморегуляции ( $46,90 \pm 9,26$ ), позитивной установки и гибкости ( $55,23 \pm 36,27$ ), самоуважения ( $51,51 \pm 7,99$ ), социальной компетентности и социальной поддержки ( $53,40 \pm 8,02$ ), адаптивных стилей поведения ( $51,44 \pm 7,51$ ), самоорганизации и планирования будущего ( $46,84 \pm 9,58$ ). В таблице приведены показатели средних значений и стандартных отклонений по каждой шкале теста жизнеспособности личности для всей выборки.

Самый высокий разброс данных выявлен по шкале «Позитивные установки и гибкость мышления» ( $d = 72,54$ ), самый низкий – по шкале «Активность и инициативность» ( $d = 15,7$ ).

Таблица

Описательная статистика переменных исследования  
(N = 206)

Переменные	m	Разброс		d
		min	max	
Самотивация и достижения	51,92	43,56	60,28	16,72
Активность и инициативность	50,47	42,77	58,17	15,7
Эмоциональный контроль и саморегуляция	46,90	37,64	56,16	18,52
Позитивные установки и гибкость мышления	55,23	18,96	91,50	72,54
Самоуважение	51,51	43,52	59,50	15,98
Социальная компетентность и социальная поддержка	53,40	45,38	61,42	16,04
Адаптивные стили поведения	51,44	43,93	58,95	15,20
Самоорганизация и планирование будущего	46,84	37,26	56,42	19,16

Далее при анализе структурной иерархии переменных путем ранжирования полученных значений выявлено доминирующее положение шкалы позитивных установок и гибкости мышления ( $m = 55,23$ ). Второй ранг испытуемые присвоили социальной компетентности и социальной поддержке ( $m = 53,40$ ), третий – самотивации и достижению ( $m = 51,92$ ). Самоуважение и адаптивные стили занимают четвертую ( $m = 51,51$ ) и пятую ( $m = 51,44$ ) позиции. Шестой ранг при ранжировании переменных получила шкала активности и инициативности ( $m = 50,47$ ), седьмой – эмоциональный контроль и саморегуляция ( $m = 46,90$ ), последнее ранговое место – самоорганизация и планирование будущего ( $m = 46,84$ ).

При интерпретации структурной организации жизнеспособности посредством анализа интеркорреляций выявлено 28 связей между переменными теста. Необходимо отметить, что диапазон варьирования коэффициентов взаимосвязи составляет от  $r_s = 0,41$  до  $r_s = 0,75$ . Минимальный показатель интеркорреляции выявлен между шкалами «Самоорганизация и планирование» и «Позитивные установки и гибкость мышления», а максимальный – «Адаптивные стили поведения» и «Самотивация и достижение». Среднее значение интеркорреляции равно 0,63. Все коэффициенты корреляции имеют положительную направленность и высокий уровень значимости (при  $p < 0,001$ ).

В ходе исследования выявлена корреляция шкалы «Самотивация и достижения» с показателями шкал «Активность и инициативность» (0,70), «Эмоциональный контроль и саморегуляция» (0,48), «Позитивные установки и гибкость мышления» (0,61), «Самоуважение» (0,73), «Социальная компетентность и социальная поддержка» (0,69), «Адаптивные стили поведения» (0,74), «Самоорганизация и планирование будущего» (0,67). Шкала «Активность и инициативность» имеет тесную связь со шкалами «Эмоциональ-

ный контроль и саморегуляция» (0,62), «Позитивные установки и гибкость мышления» (0,72), «Самоуважение» (0,71), «Социальная компетентность и социальная поддержка» (0,68), «Адаптивные стили поведения» (0,68) и «Самоорганизация и планирование будущего» (0,46). Показатели переменной «Эмоциональный контроль и саморегуляция» коррелируют с показателями переменных «Позитивные установки и гибкость мышления» (0,57), «Самоуважение» (0,49), «Социальная компетентность и социальная поддержка» (0,49), «Адаптивные стили поведения» (0,59) и «Самоорганизация и планирование будущего» (0,49). Тесная связь значения «Позитивные установки и гибкость мышления» определена со шкалами «Самоуважение» (0,72), «Социальная компетентность и социальная поддержка» (0,72), «Адаптивные стили поведения» (0,63) и «Самоорганизация и планирование будущего» (0,42). Выявлена связь переменной «Самоуважение» с переменными «Социальная компетентность и социальная поддержка» (0,82), «Адаптивные стили поведения» (0,69) и «Самоорганизация и планирование будущего» (0,52). Показатель шкалы «Социальная компетентность и социальная поддержка» связан с показателями «Адаптивные стили поведения» (0,68), «Самоорганизация и планирование будущего» (0,47). Шкала «Адаптивные стили поведения» имеет тесную связь со шкалой «Самоорганизация и планирование будущего» (0,61).

При дальнейшем исследовании выявленные интеркорреляции показали высокую (100 %) устойчивость (жесткость) организации структуры. Коэффициент устойчивости определяется путем подсчета отношения устойчивых связей на уровне значимости коэффициентов корреляции при  $p < 0,001$  к общему количеству значимых корреляций (по А. В. Карпову). В нашем исследовании значимость всех корреляций высока, так как достоверность определена на уровне  $p < 0,001$ . В то же время при подсчете «структурного веса» каждого значения переменных (количество значимых положительных и отрицательных корреляций, умноженных на коэффициент корреляции) необходимо отметить отсутствие структурообразующего (ведущего) элемента в структурной организации жизнеспособности.

Согласно результатам исследования, индекс организованности структуры жизнеспособности, подсчет которого осуществлялся путем присвоения всем значимым связям на 0,1%-м уровне коэффициента в количестве 3 баллов, при  $p < 0,001$  составил 28, соответственно ИОС = 84 балла. ИОС показывает соотношение интеграционных и дезинтеграционных тенденций, представляя собой целостную картину взаимосвязанных характеристик. Отметим 100%-ное совпадение индекса организованности структуры

с индексом когерентности (ИКС = 84), который показывает степень интегрированности, синтезированной структуры в определенную целостность. Необходимо подчеркнуть отсутствие отрицательных корреляций, расхождение признаков, а соответственно, и индекса дивергентности, который отражает «несинтезируемость» структуры.

В процессе исследования психологического благополучия ориентировочно высокий индекс приравнивается к 100 баллам или приближается к этому уровню. Так, значение показателя до 75 указывает на незначительное снижение, до 50 – умеренное, до 25 – значительное, менее 25 – резко выраженное снижение. Анализ данных показал незначительный уровень снижения психологического благополучия (при среднем значении  $m = 64,82$  и стандартном отклонении, равном 17,78).

При изучении взаимосвязи были выявлены следующие результаты. С психологическим благополучием прямую связь имеют такие показатели жизнеспособности, как «Самомотивация и достижения» ( $r_s = 0,38$ ), «Активность и инициативность» ( $r_s = 0,52$ ), «Эмоциональный контроль и саморегуляция» ( $r_s = 0,36$ ), «Позитивные установки и гибкость» ( $r_s = 0,47$ ), «Самоуважение» ( $r_s = 0,41$ ), «Социальная компетентность и социальная поддержка» ( $r_s = 0,40$ ), «Адаптивные защитно-совладающие стратегии поведения» ( $r_s = 0,35$ ), «Самоорганизация» ( $r_s = 0,28$ ) и «Планирование будущего». При этом средний показатель связи составил  $r_s = 0,40$ , максимальный коэффициент корреляции – между психологическим благополучием и значением шкалы активности и инициативности ( $r_s = 0,52$ ), минимальный – между психологическим благополучием ( $r_s = 0,28$ ) и самоорганизацией (рис.).

Все параметры имеют высокий уровень ( $p < 0,001$ ) корреляции, как следствие, они устойчивы и вступают во взаимосвязи друг с другом. Наряду с этим следует отметить отсутствие отрицательных корреляций, соответственно, индексы организованности и когерентности структуры определялись суммированием положительных корреляционных связей с учетом их значимости на уровне 0,1 % с последующим приписыванием коэффициента в количестве 3 баллов. Тем самым индекс организованности и степень интегрированности структуры, ее синтезированной в определенную целостность составили 24 балла при высоком уровне ее устойчивости (100 %).

В результате применения регрессионного анализа была построена модель влияния жизнеспособности на психологическое благополучие респондентов:

$$ПБ = 6,57 + 1,05 (Ш_{АиИ}) + 0,07 (Ш_{ПУиГ}); \\ R^2 = 0,31; F(9,18) = 9,14.$$

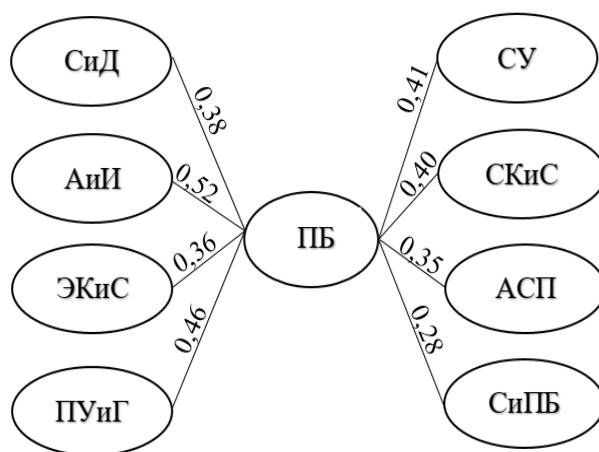


Рис. Взаимосвязь жизнеспособности и психологического благополучия.

Примечание: все связи значимы на уровне  $p < 0,001$ ;

ПБ – психологическое благополучие;

СиД – самомотивация и достижения; АиИ – активность и инициатива; ЭКиС – эмоциональный контроль и саморегуляция; ПУиГ – позитивные установки и гибкость; СУ – самоуважение; СКиС – социальная компетентность и социальная поддержка;

АСП – адаптивные стили поведения;

СиПБ – самоорганизация и планирование будущего

В качестве предиктора психологического благополучия выступают такие компоненты жизнеспособности, как «Активность и инициатива» и «Позитивная установка и гибкость» (от англ. *flexibility*). Эти компоненты играют ведущую роль в развитии психологического благополучия респондентов ( $p < 0,001$ ;  $R^2 = 31,36\%$ ). Необходимо обратить внимание на то, что при ранжировании переменных показатель активности и инициативности занял доминирующее положение, а по шкале позитивной установки и гибкости установлен самый высокий разброс данных.

Полученные результаты позволяют утверждать, что психологическое благополучие респондентов зависит от активности и инициативы личности в момент преодоления жизненных трудностей, столкновения с проблемами, когда человек решает повседневные задачи, ведет активный образ жизни, чувствуя при этом себя бодрым и полным сил, а не когда жизненные невзгоды быстро утомляют, вызывая чувства усталости и утомления. Полученные выводы дополняют ранее представленные результаты исследования качества жизни матери ребенка с церебральным параличом [4], одним из значений которого явился показатель жизнеспособности (жизненной активности) респондентов, входящий в общую шкалу психологического здоровья [5], и в целом не противоречат концепции резильентности.

Анализ данных показал, что предиктором психологического благополучия респондентов являются

позитивные установки и гибкость. Если позитивные установки определяются интересом к жизни, окружающему миру, направленностью на позитивные мысли и положительное решение жизненных трудностей, то гибкость проявляется в легком приспособлении к изменению жизненной ситуации, открытости новому опыту и новым идеям, легкостью перестройки в зависимости от обстоятельств.

Таким образом, структурная организация жизнеспособности личности характеризуется высокой степенью интегрированности и взаимной координацией переменных, а также высоким уровнем индексов организованности и когерентности при отсутствии индекса дивергентности. Это отражает связанность и прочность структуры как целого, что свидетельствует о качественном ее своеобразии и определяет эффективность функционирования, адаптационные способности личности в различных жизненных ситуациях.

Установлена корреляция психологического благополучия с активностью и инициативностью, социальной компетентностью и социальной поддержкой, позитивными установками и гибкостью, самоорганизацией и планированием будущего, самомотивацией и достижением, эмоциональным контролем и саморегуляцией, адаптивными стилями поведения и самоуважением, которая характеризуется тесными связями и отсутствием выраженной ориентированности на какие-либо показатели внутри структуры.

Предикторами психологического благополучия являются структурные компоненты жизнеспособности личности, в частности активность и инициативность (установочно-целевой и динамический компоненты), позитивные установки и гибкость (когнитивный и регуляторный компоненты), что явилось новым аспектом данного исследования. В целом полученные результаты дополняют и обогащают имеющиеся в мировой психологической литературе классические данные по рассматриваемой проблеме и могут быть

использованы специалистами различных отраслей психологической науки.

#### Список использованных источников

1. Лобанов, А. П. Soft Skills для цифрового поколения / А. П. Лобанов, Н. В. Дроздова. – Минск: РИВШ, 2021. – 152 с.
2. Махнач, А. В. Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке / А. В. Махнач // Психол. журн. – 2017. – Т. 38, № 4. – С. 5–16.
3. Нестерова, А. А. Разработка и валидизация методики «Жизнеспособность личности» / А. А. Нестерова // Психол. журн. – 2017. – Т. 38, № 4. – С. 93–108. – DOI: 10.7868/S0205959217040080.
4. Леонтьев, Д. А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты / Д. А. Леонтьев // Психол. журн. – 2020. – Т. 41, № 6. – С. 86–95.
5. Певнева, А. Н. Психологическое здоровье матери ребенка с церебральным параличом / А. Н. Певнева // Вес. БДПУ. Сер. 1. Педагогіка. Псіхалогія. Філалогія. – 2021. – № 4. – С. 41–47.
6. Роль эмоционального интеллекта в психологическом благополучии человека и в совладании со стрессом / Е. А. Сергиенко [и др.] // Вопр. психологии. – 2021. – Т. 67, № 1. – С. 71–81.
7. Шаехов, З. Д. Психологическое благополучие в контексте пола и сексуальной идентичности / З. Д. Шаехов // Нац. психол. журн. – 2021. – № 4(43). – С. 31–108.
8. Bradburn, N. M. The Structure of Psychological Well-Being / N. M. Bradburn. – Chicago: Aldine Publishing Co., 1969. – 318 p.
9. Ryff, C. D. The Structure of Psychological Well-Being Revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes. – 1995. – Vol. 69(4). – P. 719–727. – DOI:10.1037/0022-3514.69.4.719.
10. Воронина, А. В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04 / А. В. Воронина; Том. гос. ун-т. – Томск, 2002. – 24 с.
11. The WHO-5 Well-Being Index: A Systematic Review of the Literature / C. W. Topp [et al.] // Psychother Psychosom. – 2015. – Vol. 84. – P. 167–176. – DOI: 10.1159/000376585.
12. Region Hovedstadens psykiatriske hospital [Electronic resource]. – Mode of access: [https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/Documents/WHO5\\_Russian.pdf](https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/Documents/WHO5_Russian.pdf). – Date of access: 01.04.2022.

#### Аннотация

В статье представлены результаты исследования жизнеспособности как предиктора психологического благополучия студентов первых курсов педагогического профиля обучения. На основе структурографического анализа определена структурная организация жизнеспособности, характеризующаяся максимальным количеством высокозначимых связей, тесной корреляцией показателей между собой, высоким индексом организованности и когерентности, устойчивости и прочности при отсутствии структурообразующего элемента. Выявлены ведущие предикторы психологического благополучия, включающие активность и инициативность, позитивные установки и гибкость.

#### Abstract

The paper presents the results of the study of vitality as a predictor of psychological well-being for first-year students of pedagogical education profile. On the basis of the structural analysis, the structural organization of vitality characterized by the maximum number of highly significant connections, close intercorrelation of indicators, high index of organization and coherence, stability and durability in the absence of a structure-forming element is defined. Leading predictors of psychological well-being including activity and initiative, positive attitudes and flexibility were revealed.