

АННОТАЦИЯ

Взаимосвязь эмоционального выгорания и психологического благополучия работников медицинской сферы: аннотация к дипломной работе / Виктория Станиславовна Вертинская; Факультет философии и социальных наук, Кафедра социальной и организационной психологии; науч. рук. Л.Г. Степанова.

Структура и объем дипломной работы: 88 с., 8 рис., 19 табл., 53 источника, 11 прил.

Ключевые слова: ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ, ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ, ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ, ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСТОЩЕНИЕ, РАБОТНИКИ МЕДИЦИНСКОЙ СФЕРЫ

Объект исследования – психологическое благополучие.

Предмет исследования – взаимосвязь эмоционального выгорания и психологического благополучия медицинских работников.

Цель исследования – охарактеризовать взаимосвязь эмоционального выгорания и психологического благополучия медицинских работников.

Методы исследования: теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение; эмпирические методы: опрос, проводимый онлайн на базе сервиса Google-формы ; интерпретационные методы: качественный и количественный анализ; методики: методика «Профессиональное выгорание» (К. Маслач и С. Джексон в адаптации Н. Е. Водопьяновой) (Приложение Б), шкала психологического благополучия» (К. Рифф в адаптации Н. Н. Лепешинского).

Полученные результаты и их новизна. Было определено, что чем сильнее у медицинских работников проявляется эмоциональное выгорание, тем ниже у них выраженность психологического благополучия; чем сильнее выражено эмоциональное истощение деперсонализация и редукция личных достижений, тем ниже значения по таким шкалам психологического благополучия как позитивное отношение, автономия, управление окружением, личностный рост, постановка целей в жизни и самопринятие. Можно сделать вывод о том, что симптомы эмоционального выгорания влияют на все показатели психологического благополучия личности врачей и медицинских сестер. У врачей со стажем работы до 26 лет имеется отрицательная корреляция между эмоциональным выгоранием и психологическим благополучием. При этом эмоциональное выгорание врачей больше всего взаимосвязано с такими показателями психологического благополучия как управление окружением. В выборке медицинских сестёр анализ данных с позиции стажа работы показал, что меньше всего эмоциональное выгорание влияет на психологическое

благополучие в период работы от 11 до 15 лет. Больше всего взаимосвязей имеется у специалистов со стажем работы менее 11 лет.

Таким образом, подтвердилось предположение о том, что существует взаимосвязь между эмоциональным выгоранием и психологическим благополучием работников медицинской сферы: чем ниже уровень эмоционального выгорания, тем выше уровень психологического благополучия работников медицинской сферы.

Достоверность материалов и результатов. Достоверность материалов и результатов дипломной работы обеспечена использованием проверенных адаптированных методик, исследование проводилось на репрезентативной выборке врачей и медицинских сестер с учетом различных стадий профессионального развития. Статистическая обработка данных позволила выявить значимые различия, что подтверждает надежность полученных результатов.

Область возможного практического применения. Результаты исследования могут быть использованы при проведении дальнейших исследований в области эмоционального выгорания медицинских работников. Полученные данные помогут разработать программы поддержки и тренингов, направленных на снижение уровня эмоционального выгорания и повышение психологического благополучия.

АНАТАЦЫЯ

Ўзаемасувязь эмацыйнага выгарання і псіхалагічнага дабрабыту работнікаў медыцынскай сферы: анатацыя да дыпломнай працы / Вікторыя Станіславаўна Вярцінская; факультэт філасофіі і сацыяльных навук, Кафедра сацыяльнай і арганізацыйнай псіхалогіі; навук. рука. Л.Г. Сцяпанавы.

Структура і аб'ём дыпломнай працы: 88 с., 8 мал., 19 табл., 53 крыніцы, 11 прым.

Ключавыя словы: ПСІХАЛАГІЧНЫ ДАБРАБЫТ, ЭМАЦЫЙНАЕ ВЫГАРАННЕ, ДЕПЕРСОНАЛІЗАЦІЯ, ЭМАЦЫЙНАЕ ЗНЯСІЛЕННЕ, РАБОТНІКІ МЕДЫЦЫНСКАЙ СФЕРЫ

Аб'ект даследавання – псіхалагічны дабрабыт.

Прадмет даследавання – ўзаемасувязь эмацыйнага выгарання і псіхалагічнага дабрабыту медыцынскіх работнікаў.

Мэта даследавання – ахарактарызаваць ўзаемасувязь эмацыйнага выгарання і псіхалагічнага дабрабыту медыцынскіх работнікаў.

Метады даследавання: Тэарэтычныя: аналіз псіхалага-педагагічнай літаратуры, абагульненне, параўнанне; эмпірычныя метады: апытанне, які праводзіцца онлайн на базе сэрвісу Google-формы; інтэрпрэтацыйныя метады: якасны і колькасны аналіз; метадыкі: метадыка «прафесійнае выгаранне» (к. Маслач і С. Джэксан у адаптацыі Н. Е.Вадап'янавай) (дадатак б), шкала псіхалагічнага дабрабыту» (к. Рифф ў адаптацыі М. М. Лепешынскага).

Атрыманыя вынікі і іх навізна. Было вызначана, што чым мацней у медыцынскіх работнікаў выяўляецца эмацыйнае выгаранне, тым ніжэй у іх выяўленасць псіхалагічнага дабрабыту; чым мацней выказана эмацыйнае знясіленне деперсоналізацыі і рэдукцыі асабістых дасягненняў, тым ніжэй значэння па такіх шкалах псіхалагічнага дабрабыту як пазітыўнае стаўленне, аўтаномія, кіраванне асяроддзем, асобасны рост, пастаноўка мэтай у жыцці і самопринятие. Можна зрабіць выснову аб тым, што сімптомы эмацыйнага выгарання ўплываюць на ўсе паказчыкі псіхалагічнага дабрабыту асобы лекараў і медыцынскіх сясцёр. У лекараў са стажам працы да 26 гадоў маецца адмоўная карэляцыя паміж эмацыйным выгараннем і псіхалагічным дабрабытам. Пры гэтым эмацыйнае выгаранне лекараў больш за ўсё ўзаемасувязана з такімі паказчыкамі псіхалагічнага дабрабыту як кіраванне асяроддзем. У выбарцы медыцынскіх сясцёр аналіз дадзеных з пазіцыі стажу працы паказаў, што менш за ўсё эмацыйнае выгаранне ўплывае на псіхалагічны дабрабыт у перыяд працы ад 11 да 15 гадоў. Больш за ўсё ўзаемасувязяў маецца ў спецыялістаў са стажам працы менш 11 гадоў.

Такім чынам, пацвердзілася здагадка аб тым, што існуе ўзаемасувязь паміж эмацыйным выгараннем і псіхалагічным дабрабытам работнікаў

медыцынскай сферы: чым ніжэй узровень эмацыйнага выгарання, тым вышэй узровень псіхалагічнага дабрабыту работнікаў медыцынскай сферы.

Дакладнасць матэрыялаў і вынікаў. Дакладнасць матэрыялаў і вынікаў дыпломнай працы забяспечана выкарыстаннем правяраных адаптаваных метадык, даследаванне праводзілася на рэпрэзентатыўнай выбарцы лекараў і медыцынскіх сясцёр з улікам розных стадый прафесійнага развіцця. Статыстычная апрацоўка дадзеных дазволіла выявіць значныя адрозненні, што пацвярджае надзейнасць атрыманых вынікаў.

Вобласць магчымага практычнага прымянення. Вынікі даследавання могуць быць выкарыстаны пры правядзенні далейшых даследаванняў у галіне эмацыйнага выгарання медыцынскіх работнікаў. Атрыманыя дадзеныя дапамогуць распрацаваць праграмы падтрымкі і трэнінгаў, накіраваных на зніжэнне ўзроўню эмацыйнага выгарання і павышэнне псіхалагічнага дабрабыту.

ANNOTATION

The relationship between emotional burnout and psychological well-being of medical workers: abstract to the thesis / Victoria Stanislavovna Vertinskaya; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of Social and Organizational Psychology; scientific supervisor L.G. Stepanova.

The structure and volume of the thesis: 88 p., 8 figures, 19 tables, 53 sources, 11 appendices.

Keywords: PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, EMOTIONAL BURNOUT, DEPERSONALIZATION, EMOTIONAL EXHAUSTION, MEDICAL PROFESSIONALS

The object of research: psychological well-being.

The subject of the study: the relationship between emotional burnout and the psychological well-being of medical workers.

The purpose of research: characterize the relationship between emotional burnout and psychological well-being of medical workers.

Research methods: theoretical: analysis of psychological and pedagogical literature, generalization, comparison; empirical methods: a survey conducted online on the basis of the Google Forms service; interpretative methods: qualitative and quantitative analysis; methods: the "Professional burnout" methodology (K. Maslach and S. Jackson adapted by N. E. Vodopyanova) (Appendix B), the scale of psychological well-being" (K. Riff adapted by N. N. Lepeshinsky).

The results obtained and their novelty. It was determined that the more emotional burnout manifests itself in medical professionals, the lower their psychological well-being; the more pronounced the emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal achievements, the lower the values on such scales of psychological well-being as positive attitude, autonomy, environmental management, personal growth, setting goals in life and self-acceptance. It can be concluded that the symptoms of emotional burnout affect all indicators of the psychological well-being of the personality of doctors and nurses. Doctors with up to 26 years of experience have a negative correlation between emotional burnout and psychological well-being. At the same time, doctors' emotional burnout is most closely related to such indicators of psychological well-being as environmental management. In the sample of nurses, an analysis of data from the perspective of work experience showed that emotional burnout affects psychological well-being the least during the period of work from 11 to 15 years. Specialists with less than 11 years of work experience have the most relationships.

Thus, the assumption was confirmed that there is a relationship between emotional burnout and the psychological well-being of medical workers: the lower

the level of emotional burnout, the higher the level of psychological well-being of medical workers.

Reliability of materials and results. The reliability of the materials and results of the thesis is ensured by the use of proven adapted methods, the study was conducted on a representative sample of doctors and nurses, taking into account various stages of professional development. Statistical data processing revealed significant differences, which confirms the reliability of the results obtained.

The area of possible practical application. The results of the study can be used in conducting further research in the field of emotional burnout of medical professionals. The data obtained will help to develop support and training programs aimed at reducing the level of emotional burnout and increasing psychological well-being.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамов, В. А. Исследование синдрома эмоционального выгорания на этапе мета обзоров / В. А. Абрамов, И. С. Алексейчук, А. И. Алексейчук // Журнал психиатрии и медицинской психологии. – 2020. – Ч. 1, № 1 (18). – С. 117–123.
2. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл ; под общ. ред. М. В. Кларина. – М. : Прогресс, 2007. – 403 с.
3. Архиреева, Т. В. Взаимосвязь психологического благополучия и личностной креативности у студентов 18–22 лет / Т. В. Архиреева // Психология в вузе. – 2009. – № 3. – С. 6–16.
4. Бабич, О. И. Формула профессионального выгорания / О. И. Бабич // Вестник Бурятского гос. ун-та. Серия : Психология. Социальная работа. – 2007. – № 4. – С. 164–166.
5. Баробанова, М. В. Изучение психологического содержания синдрома «эмоционального сгорания»: учеб. пособие / М. В. Баробанова. – М. : ИНФРА-М, 2016. – 547 с.
6. Батурин, Н. А. Теоретическая модель личностного благополучия / Н. А. Батурин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова // Психологическая газета. – 2022. – 7 дек. – URL: <https://psy.su/feed/9622/>. – Дата публ.: 07.12.2022.
7. Бойко, В. В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В. В. Бойко. – СПб. : Сударыня, 1999. – 29 с.
8. Бонкало, Т. И. Актуальные исследования профессионального здоровья медицинских работников : монография / Т. И. Бонкало, О. Б. Полякова ; под ред. Т. И. Бонкало. – М. : ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2024. – URL: <https://niioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/monografii/> (дата обращения: 13.05.2025).
9. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – М. : Питер, 2005. – 336 с.
10. Горшкова, В. В. Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников / В. В. Горшкова, М. В. Аборина // Universum: психология и образование. – 2022. – № 2 (92). – URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/13035> (дата обращения: 13.05.2025).
11. Дубовик, Ю. Б. Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте / Ю. Б. Дубовик // Психологические исследования. – 2011. – №1 (15). – URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2011n1-15/433-dubovik15.html> (дата обращения: 13.05.2025).

12. Жуковская, Л. В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л. В. Жуковская, Е. Г. Трошихина // Психологический журнал. – 2011. – № 2. – С. 82–93.
13. Зотова, О. Ю. Психологическое благополучие личности : монография / О. Ю. Зотова. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2017. – 312 с.
14. Идобаева, О. А. К вопросу о психолого-педагогической модели формирования психологического благополучия личности / О. А. Идобаева // Вестник Московского государственного лингвистического университета. – 2013. – № 7 (667). – С. 93–101.
15. Карасёва, Т. В. Профессиональное психологическое сопровождение медицинских работников / Т. В. Карасёва, О. А. Силаева // Научный поиск : личность, образование, культура. – 2024. – № 3 (53). – С. 65–72.
16. Ковалева, Е. Ю. Теоретические основы эмоционального выгорания у медицинских работников с выраженными показателями профессионального стресса / Е. Ю. Ковалева // Флагман науки. – 2024. – № 8 (19). – С. 90–92.
17. Корехова, М. В. Профессиональное выгорание и симптомы дистресса у врачей анестезиологов-реаниматологов в период пандемии COVID-19 / М. В. Корехова, И. А. Новикова, М. Ю. Киров, А. Г. Соловьев // Анестезиология и реаниматология (Медиа Сфера). – 2022. – № 3. – С. 32–39.
18. Кузнецова, Е. С. Психологическое благополучие: теоретические подходы / Е. С. Кузнецова // Психологическая газета. – 2017. – 14 дек. – URL: <https://psy.su/feed/6510/>. – Дата публ.: 14.12.2017.
19. Кузнецова, О. А. Психологические особенности развития и коррекции синдрома профессионального выгорания у врачей анестезиологов-реаниматологов : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.04 / Кузнецова Ольга Александровна ; Всерос. центр экстрен. и радиац. медицины им. А. М. Никифорова МЧС России. – Санкт-Петербург, 2012. – 22 с.
20. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики : учеб. пособие / Л. В. Куликов. – М. [и др.] ; СПб. : Питер Буг, 2004. – 280 с.
21. Лебедева, В. В. Влияние профессионального выгорания на психологическое благополучие медицинских сестер / В. В. Лебедева [и др.] // Школа Науки. – 2021. – № 5 (42). – С. 31–36.
22. Натарова, А. А. Детерминанты развития и профилактика профессионального выгорания у среднего медицинского персонала : автореф. дисс. ... канд. мед. наук : 14.02.04 / Натарова Анастасия Алексеевна ; Федер. науч. центр гигиены им. Ф. Ф. Эрисмана. – М., 2016. – 24 с.

23. Низовцев, Д. Н. Эмоциональное выгорание среди медицинских работников / Д. Н. Низовцев // Бюллетень Северного государственного медицинского университета. – 2023. – № 2 (50). – С. 106–108.
24. Никулина, Ю. Н. Модель диагностики психологического благополучия личности медицинских работников / Ю. Н. Никулина, Е. А. Овсяникова // Научный альманах. – 2022. – № 5–2 (91). – С. 109–112.
25. Ничепорук, Е. В. Подходы к психологической коррекции синдрома эмоционального выгорания / Е. В. Ничепорук // Научные дискуссии в условиях мирового кризиса: новые вызовы, взгляд в будущее : материалы V междунар. науч.-практ. конф. : в 2 ч. – Ростов-на-Дону, 2022. – Ч.1. – С. 157–160.
26. Новикова, С. И. Психологическое благополучие в лечебном деле: забота о здоровье врачей и медицинского персонала / С. И. Новикова, Э. А. К. Мустафаева, Н. А. К. Мустафаева [и др.] // International Journal of Medicine and Psychology. – 2024. – Т. 7, № 2. – С. 243–248.
27. Очирова, Л. И. Личностные особенности медицинских работников и синдром эмоционального выгорания / Л. И. Очирова, И. В. Мудрова // Казанский педагогический журнал. – 2022. – № 1 (150). – С. 227–234.
28. Павлоцкая, Я. И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности : монография / Я. И. Павлоцкая ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», Волгоградский институт управления. – Волгоград : Изд-во Волгоградского ин-та упр. : филиал РАНХиГС, 2016. – 116 с.
29. Павлоцкая, Я. И. Соотношение психологического благополучия и социально-психологических характеристик личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Павлоцкая Яна Игоревна ; Сарат. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. – Волгоград, 2015. – 23 с.
30. Пашкин, С. Б. Результаты исследования синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников / С. Б. Пашкин, С. А. Мозеров, А. А. Корнилов, Е. С. Мозерова // Актуальные проблемы военно-научных исследований. – 2024. – № 1 (29). – С. 337–352.
31. Первичко, Е. И. Психологическое благополучие врачей и медицинского персонала в условиях пандемии COVID-19: обзор зарубежных исследований / Е. И. Первичко, Ю. Е. Конюховская // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2020. – Т. 11, № 3. – С. 595–608.
32. Сафиуллина, Л. А. Профессиональный стресс и синдром выгорания у медицинских работников / Л. А. Сафиуллина // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 4–2. – С. 305–309.

33. Сафонова, И. О. Взаимосвязь профессионально-эмоционального выгорания с субъективным благополучием личности медицинских сестёр / И. О. Сафонова // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия : Психология. – 2011. – № 1 (9). – С. 76–84.

34. Селигман, М. Новая позитивная психология / М. Селигман ; пер. с англ. – М. : София, 2006. – 368 с.

35. Семенова, Т. В. Психологические аспекты счастья / Т. В. Семенова // Социальная защита и здоровье личности в контексте реализации прав человека: наука, образование, практика : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Республика Беларусь, Минск, 26–27 нояб. 2015 г. / редкол. : Э. И. Зборовский (отв. ред.) [и др.] ; Белорусский государственный университет. – Минск, 2016. – С. 479–483.

36. Сибгатуллин, И. Я. Методы профилактики профессионального стресса и эмоционального выгорания медицинских работников (обзор литературы) / И. Я. Сибгатуллин, Л. М. Фатхутдинова // Медицина труда и экология человека. – 2022. – № 4 (32). – С. 20–33.

37. Сибгатуллин, И. Я. Распространённость рабочего стресса и эмоционального выгорания среди медицинских работников / И. Я. Сибгатуллин, Л. М. Фатхутдинова, Г. Г. Бадамшина // Гигиена и санитария. – 2023. – Т. 102, № 11. – С. 1182–1185.

38. Синдром эмоционального выгорания у работников здравоохранения / В. А. Хаптанова, А. А. Лысанова, Д. А. Михайлова [и др.] // Modern Science. – 2024. – № 6–1. – С. 15–20.

39. Скугаревская, М. М. Синдром эмоционального выгорания у работников сферы психического здоровья : автореф. дис. ... канд. мед. наук : 14.00.18, 19.00.04 / Скугаревская Марина Михайловна ; Белорус. гос. мед. ун-т. – Минск, 2003. – 20 с.

40. Солодухо, В. В. Эмоциональное выгорание у медицинских работников: предупреждающие и провоцирующие личностные предпосылки / В. В. Солодухо // Право. Экономика. Психология. – 2023. – № 4 (32). – С. 83–91.

41. Соломахина, А. В. Эмоциональное выгорание среднего медицинского персонала в период пандемии COVID-19 / А. В. Соломахина, О. А. Пасечник // Научный вестник Омского государственного медицинского университета. – 2022. – Т. 2, № 2 (6). – С. 30–37.

42. Старчикова, М. В. Современных условиях неопределенности жизни / М. В. Старчикова, А. Ю. Бендрикова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2024. – № 4 (230). – С. 296–300.

43. Степанова, Л. Г. Основы психологической помощи : учеб. пособие / Л. Г. Степанова. – Минск: Вышэйшая школа, 2023. – 343 с.

44. Степанова, Л. Г. Профессиональная идентичность: понятие, виды, особенности формирования / Л. Г. Степанова // Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика: классические и современные направления исследований, вопросы теории и практики : учеб. пособие ; под ред. А. Д. Короля, О. Н. Слободчикова. – М., 2025. – С. 178–180.
45. Стресс и эмоциональное выгорание: методы профилактики : коллективная монография / А. Ю. Нагорнова, Т. Д. Азарных, О. И. Каяшева [и др.] ; отв. ред.: А. Ю. Нагорнова. – Ульяновск : Зебра, 2019. – 79 с.
46. Сучков, Д. Д. Характеристики целей как факторы субъективного благополучия : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Сучков Дмитрий Дмитриевич ; Нац. исслед. ун-т «Высш. шк. Экономики». – М., 2017. – 29 с.
47. Таткина, Е. Г. Особенности ранней психопрофилактики эмоционального выгорания у медицинских сестер : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.04 / Таткина Елена Геннадьевна ; Томский гос. ун-т. – Томск, 2010. – 25 с.
48. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Фесенко Павел Петрович ; Рос. гос. гуманитар. ун-т (РГГУ). – М., 2005. – 24 с.
49. Хальфин, Р. А. Профессиональное выгорание медицинских работников: актуальный вопрос управления системой здравоохранения / Р. А. Хальфин, П. С. Смольникова, А. С. Столкова // Национальное здравоохранение. – 2023. – Т. 4, № 2. – С. 40–46.
50. Чутко, Л. С. Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников – причины и проявления / Л. С. Чутко, С. Ю. Сурушкина, Е. А. Яковенко [и др.] // Нервные болезни. – 2024. – № 4. – С. 14–18.
51. Широков, В. А. Профилактика синдрома эмоционального выгорания в различных профессиональных группах (аналитический обзор) / В. А. Широков, А. В. Новикова, Е. В. Зибарев [и др.] // Гигиена и санитария. – 2023. – Т. 102, – № 11. – С. 1170–1176.
52. Diener, E. Factors predicting the subjective well-being of nations / E. Diener, M. Diener, C. Diener // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 6. – P. 851–864.
53. Maslach, C. Historical and conceptual specificity of burnout / C. Maslach, W. Schaufeli, T. Marek // Professional burnout : recent developments in theory and research. – Washington : D.C.London : Taylor & Francis, 1993. – 299 p.
54. Ryan, R. M. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // Annual Review Psychology. – 2001. – № 52. – P. 141–166.
55. Ryff, C. D. Psychological well-being in adult life / C. D. Ryff // Current directions in psychological science. – 1995. – Vol. 4, №. 4. – P. 99–104.

56. Ryff, C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – № 69. – P. 719–727.