

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья
<https://doi.org/10.11621/TEP-23-28>

УДК 159.9

Индивидуальные траектории динамики психологического благополучия в зависимости от личностных черт и осознанной саморегуляции

Н.Г. Кондратюк✉, В.И. Моросанова

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация

✉n.kondratyuk@gmail.com

Резюме

Актуальность настоящего исследования определяется запросом общества на поиск ресурсов поддержания психологического благополучия и позитивного развития обучающихся в условиях изменения образовательной среды.

Цель. Изучить индивидуальные траектории психологического благополучия (ПБ) в зависимости от уровня развития осознанной саморегуляции учебной деятельности и выраженности личностных черт обучающихся в 4–6-х классах общеобразовательной школы.

Выборка. Выборку лонгитюдного исследования составили 120 учеников (58 мальчиков) одного общеобразовательного учреждения г. Калуги. Средний возраст респондентов от 10 до 11,97 лет.

Методы. Русскоязычная версия опросника «Шкала проявлений психологического благополучия подростков» (Моросанова, Бондаренко, Фомина, 2018); опросник «Большая пятерка — детский вариант» в русскоязычной адаптации (Малых, Тихомирова, Васин, 2015); опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности, ССУД-М 52» (Моросанова, Бондаренко, 2017). Статистический анализ данных проводился с помощью метода моделирования кривыми скрытого роста (Latent Growth Curve Modeling, LGCM), реализованном в программном обеспечении JASP, версия 0.17.2.1.

Результаты. Показано, что индивидуальные различия в ПБ младших подростков в 4-м классе обусловлены как общим уровнем осознанной саморегуляции учебной деятельности, так и выраженностью личностных черт экстраверсии и дружелюбности. Специфика индивидуальных изменений ПБ от 4-го к 6-му классу детерминирована уровнем осознанной саморегуляции достижения учебных целей. Чем он выше, тем меньше риск снижения психологического благополучия в период обучения с 4-го по 6-й классы средней школы. Эффект фактора пола в отношении психологического благополучия наблюдается только в 4-м классе: уровень ПБ выше у мальчиков по сравнению с девочками.

Выводы. Получены новые данные с точки зрения расширения теоретических знаний о регуляторных и личностных предикторах психологического благополучия в младшем подростковом возрасте.



Ключевые слова: психологическое благополучие, личностные черты, осознанная саморегуляция, младшие подростки, траектории, кривые роста.

Для цитирования: Кондратюк Н.Г., Моросанова В.И. Индивидуальные траектории динамики психологического благополучия в зависимости от личностных черт и осознанной саморегуляции // Теоретическая и экспериментальная психология. 2023. № 4 (16). С. 46–64. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-28>

GENERAL PSYCHOLOGY

Research Article

<https://doi.org/10.11621/TEP-23-28>

Individual trajectories of psychological well-being dynamics in younger adolescents predicted by personality traits and conscious self-regulation

Nailya G. Kondratyuk✉, Varvara I. Morosanova

Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation

✉ n.kondratyuk@gmail.com

Abstract

Background. The relevance of study is determined by society's demand for searching the resources for maintaining psychological well-being (PWB) and positive development of students in a changing educational environment.

Objective. To study individual trajectories of the PWB dynamics depending on the level of conscious self-regulation development and personality features of younger adolescents educated in grades 4–6 of comprehensive school.

Sample. 120 pupils (58 boys) educated in one school of Kaluga took part in the longitudinal study.

Methods. Russian-language version of the questionnaire “Well-Being Manifestation Measure Scale” (Morosanova, Bondarenko, Fomina, 2018); “Big Five Questionnaire — Children version (BFQ-C)” (Russian adaptation by Malykh, Tikhomirova, Vasin, 2015); V.I. Morosanova's “Self-Regulation Profile of Learning Activity Questionnaire (SRPLAQ)” (Morosanova, Bondarenko, 2017). Statistical analysis was carried in JASP software, version 0.17.2.1 using the Latent Growth Curve Modeling (LGCM).

Results. The study results demonstrate that individual differences in PWB level of younger adolescents in the 4th grade are determined by the general level of conscious self-regulation as well as the personality features of extraversion and agreeableness. The specifics of individual PWB trajectories in the period from 4th to 6th grade depend on the level of conscious self-regulation. In particular, the higher the level of self-reg-

ulation the less is the risk of decline in PWB during 4–6th grades. Gender contributes to psychological well-being only in the 4th grade: its level is higher in boys compared to girls.

Conclusion. New data have been obtained allowing to expand theoretical knowledge about regulatory and personal predictors of psychological well-being in early adolescence.

Keywords: psychological well-being, personality traits, conscious self-regulation, younger adolescents, trajectories, Latent Growth Curve Modeling.

For citation: Kondratyuk, N.G., Morosanova, V.I. (2023). Individual trajectories of psychological well-being dynamics in younger adolescents predicted by personality traits and conscious self-regulation. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 4 (16), 46–64. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-28>

Даже против своей воли при обращении к любой теме исследователь сталкивался с индивидуальными вариациями психического
В. Штерн. Дифференциальная психология и ее методические основы (1998, с. 11)

Введение

Не будет преувеличением сказать, что с конца XIX века и по сей день оценка и прогнозирование психологического развития ребенка являются центральными направлениями деятельности в различных областях психологии и смежных дисциплинах (Рубцов, Романова, 2020; Марцинковская, 1998).

В качестве одного из важнейших критериев позитивного развития ребенка предлагается рассматривать его психологическое благополучие (Прихожан, 2010; Бессонова, 2013; Дубровина, 2020; Моросанова и др., 2023). Обширные (проведенные на выборках младших школьников, подростков и юношей) эмпирические исследования были направлены на анализ общих закономерностей динамики психологического благополучия (Гордеева, Сычев, Лункина, 2019; Лубовский, Милова, 2020; Данилова, Рыкман, 2018; Водяха, 2013; Бондаренко, Цыганов, Бурмистрова-Савенкова, 2022; Моросанова и др., 2023), его влияния на физическое и психическое здоровье детей (Зинченко, 2019; Гордеева, Сычев, 2023), академическую успешность ребенка в процессе обучения в школе (Моросанова и др., 2023), устойчивость к факторам стрессовой этиологии (Иванова, Шаповаленко, 2023; Веракса, Корниенко, Чурсина, 2021), на поиск ресурсов поддержания психологического благополучия подрастающего поколения на оптимальном уровне (Моросанова, Бондаренко, Фомина, 2019; Бондаренко, Фомина, 2023) и т.д.

Сегодня тема дискурса по психологическому благополучию современных школьников получила статус самостоятельной характеристики качества образовательной среды (Поливанова, 2020). Однако, построение воспитательного и учебного процессов невозможно без знания возрастных и индивидуальных особенностей развития ребенка. Логика познания последовательно приводит иссле-

дователя к вопросу о специфике индивидуальных траекторий психологического благополучия в разные периоды школьного обучения и тех ресурсах, которые объясняют изменчивость ПБ обучающихся по мере их взросления. Такой подход не только реализует принцип от общего к частному, дает возможность выявлять типологические группы и разрабатывать типологии, но и позволяет перейти от нормативности, свойственной определенному возрасту, к особенностям конкретного ребенка.

В исследованиях лаборатории психологии саморегуляции Психологического института (ныне ФМЦ ПМИ) на материалах кросс-секционных и лонгитюдных данных выявлены общие закономерности и медиаторные эффекты связей осознанной саморегуляции и личностных особенностей с психологическим благополучием обучающихся (Morosanova, 2020; Morosanova, Fomina, Bondarenko, 2021; Фомина, Филиппова, Жемерикина, 2022; Fomina, Burmistrova-Savenkova, Morosanova, 2020). В этих работах проанализированы взаимосвязи изучаемых психологических феноменов на выборках разных возрастных групп. Проводятся исследования индивидуально-типологических аспектов обнаруженных закономерностей (Моросанова и др., 2023; Потанина, Моросанова, 2021, 2022). Изучена индивидуально-типологическая специфика взаимосвязей осознанной саморегуляции, черт личности и психологического благополучия на выборках подростков (Моросанова и др., 2023; Потанина, Моросанова, 2021, 2022). В этих исследованиях удалось доказать специальный и универсальный характер личностных и регуляторных ресурсов психологического благополучия. Настоящее исследование продолжает данную линию и направлено на выявление динамики психологического благополучия каждого конкретного школьника в течение определенного периода времени, в зависимости от уровня сформированности у него осознанной саморегуляции учебной деятельности и выраженности личностных черт.

Основная цель — изучить индивидуальные траектории психологического благополучия в зависимости от развития осознанной саморегуляции учебной деятельности и выраженности черт личности на выборке младшего подросткового возраста.

В статье решались следующие исследовательские вопросы:

Влияет ли уровень развития осознанной саморегуляции учебной деятельности и выраженность личностных черт на индивидуальные различия в уровне психологического благополучия обучающихся в 4-м классе?

Объясняют ли осознанная саморегуляция и личностные черты специфику изменений психологического благополучия школьников с 4-го по 6-й класс?

Проявляется ли эффект фактора пола в индивидуальных траекториях психологического благополучия младших подростков?

Психологическое благополучие в данном исследовании рассматривается, согласно концепции К. Рифф, с точки зрения позитивного личностного функцио-

нирования и субъективной эмоциональной оценки человеком себя, собственной жизни (Ruff, 1995, 2013).

Черты личности младших подростков изучались в рамках диспозиционального подхода — одного из ключевых в современной психологии личности (Шмелев, 2002). Наиболее известной и распространенной в рамках данного подхода является пятифакторная структура личности «Большая пятерка» (McCrae, Costa, 2013), реплицированная на масштабных выборках взрослых респондентов, подростков и детей. Модель «Большая пятерка» включает черты экстраверсии, добросовестности, доброжелательности, нейротизма и открытости опыту.

Целесообразность обращения к ресурсному подходу к рассмотрению осознанной саморегуляции произвольной активности человека, развиваемому в работах В.И. Моросановой, обусловлена предложенным ею пониманием осознанной саморегуляции как метаресурса достижения целей в решении текущих и глобальных задач жизнедеятельности (Моросанова, 2021). В ситуации учебной деятельности осознанная саморегуляция (СР) является психологическим средством самоорганизации учебной активности субъекта, которое позволяет учащимся своевременно решать возникающие перед ними задачи и справляться с трудностями на всех этапах обучения (Моросанова, 2012). Многолетние исследования свидетельствуют, что осознанная саморегуляция произвольной активности и навыки самоорганизации поведения человека формируются в течение всей жизни, но важнейшим этапом в их развитии является период обучения в общеобразовательной школе (Конопкин, 2011; Моросанова, 2012).

Методы

Участники

Выборку лонгитюдных исследований составили 120 учеников (58 мальчиков) одного общеобразовательного учреждения г. Калуги. Средний возраст респондентов в 4-м классе составил 10,37 лет (ст. отклонение = 0,48), в 5-м классе — 10,87 (ст. отклонение = 0,56), в 6-м классе — 11,97 лет (ст. отклонение = 0,34).

Методики

Русскоязычная версия опросника «Шкала проявлений психологического благополучия подростков» (Masse et al., 1998; Моросанова, Бондаренко, Фомина, 2018) включает 25 утверждений. Согласие с утверждениями оценивается по 5-балльной шкале Ликерта от 1 (никогда) до 5 (почти всегда). Шкалы: управление собственной личностью и событиями, общительность, счастье, вовлеченность в социальное взаимодействие, самооценка, душевное равновесие; интегральная шкала путем суммирования баллов по всем шкалам показывает общий уровень психологического благополучия (ПБ).

Для диагностики личностных черт был использован опросник «Большая пятерка — детский вариант» К. Барбаранелли, Ж. Капрара, А. Рабаска и К. Пасторелли (Big Five Questionnaire — Children Version: BFQ-C) в его русскоязычной

адаптации (Малых, Тихомирова, Васин, 2015). Методика предназначена для детей младшего и среднего школьного возраста от 9 до 14 лет. Русскоязычная версия опросника включает 62 пункта для оценки 5 личностных черт: экстраверсии, дружелюбности, добросовестности, нейротизма, открытости опыту. Испытуемые оценивают каждый пункт методики по 5-балльной шкале Ликерта от 1 (почти никогда) до 5 (почти всегда).

Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности, ССУД-М 52» (Моросанова, Бондаренко, 2017) разработан для диагностики индивидуального профиля осознанной саморегуляции учебной деятельности. Опросник содержит 52 утверждения, образующие 8 шкал: 4 из них оценивают регуляторно-когнитивные компетенции достижения учебных целей (планирование, моделирование, программирование, оценка результатов) и 4 — регуляторно-личностные свойства (гибкость, надежность, инициативность, ответственность). Интегративный показатель общего уровня СР высчитывается как сумма баллов по 8 шкалам. Методика позволяет сделать вывод о том, на каком уровне сформированы все регуляторные компоненты, образующие на графике характерную кривую — индивидуальный профиль осознанной саморегуляции учебной деятельности. В опросник заложена дихотомическая шкала ответов.

Процедура сбора материалов

Сбор данных проходил в учебных классах. Опросники заполнялись в присутствии проводящего тестирование. Материалы были собраны в две когорты: 2017–2019 гг. и 2018–2020 гг.

Все участники с 4-го по 6-й класс включительно раз в год заполняли опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности — ССУД-М 52», русскоязычную версию методики «Шкала проявлений психологического благополучия подростков» и опросник «Большая пятерка — детский вариант» в его русскоязычной адаптации.

Алгоритм и методы статистического анализа данных

Для анализа были выбраны интегративные показатели психологического благополучия и осознанной саморегуляции учебной деятельности, представляющие собой сумму баллов по формирующим их шкалам (Моросанова, Бондаренко, 2017; Моросанова, Бондаренко, Фомина, 2018). Согласно концепции К. Рифф, показатель уровня психологического благополучия включает в себя ряд компонентов, одна часть которых отвечает за переживание счастья и удовлетворенности, другая — за развитие личности и воплощение собственных смыслов и целей (Ryff, 1995, 2013; Моросанова, Бондаренко, Фомина, 2018). Показатель общего уровня осознанной саморегуляции учебной деятельности характеризует развитие у обучающегося ее общей способности как совокупности регуляторных компетенций и свойств, реализующих субъектную активность в образовательном процессе (Моросанова, 2021; Моросанова, Бондаренко, 2016).

В анализ были включены также показатели черт личности (согласно модели «Большая пятерка»), имеющие темпераментальную обусловленность: экстраверсия, дружелюбность, добросовестность, нейротизм, открытость новому опыту.

Анализ данных проводился с помощью метода моделирования кривыми скрытого роста (Latent Growth Curve Modeling, LGCM), реализованного в программном обеспечении JASP, версия 0.17.2.1. Ключевая идея этого статистического метода состоит в моделировании латентных изменений, т.е. изменений во времени в виде различных трендов роста. Если для анализа линейного тренда роста достаточен трехволновый лонгитюдный дизайн исследования, то квадратичный и кубический тренды требуют минимально четыре точки измерения.

В отличие от других статистических методов, моделирование кривыми скрытого роста позволяет анализировать групповые и индивидуальные изменения с течением времени. Кроме того, данный метод дает возможность не только измерять скорость изменения среднего значения какой-либо переменной и ее динамику с течением времени, но и выявлять предикторы этих изменений — постоянные (например, пол) и изменяющиеся (например, уровень SP), что принципиально важно в контексте настоящего исследования.

При использовании метода моделирования латентных изменений для любого наблюдаемого признака в анализ включаются два латентных фактора, которые представляют траекторию изменений: Intercept (начало) — в смысле исходного уровня признака в начале исследования; Slope (наклон) — характеристика изменения уровня какого-либо признака во времени.

Таким образом, для ответа на три исследовательских вопроса, поставленных во введении статьи, с учетом конфигурации используемых данных, анализировались линейные кривые роста, для которых были смоделированы последовательные изменения интересующего нас показателя (ПБ) с коэффициентом начального уровня (intercept / начало) — в нашем случае — в 4-м классе, и коэффициентом линейного наклона (linear slope / линейный наклон) — с 4-го по 5-й и с 5-го по 6-й классы. Временные интервалы между тремя повторными замерами составили приблизительно 1 год. Начальный параметр (4-й класс) рассматривался в качестве момента времени, когда еще не произошло никаких изменений.

Для оценки пригодности моделей рассчитывались индекс относительного согласия (CFI), индекс Такера — Льюиса ($TLI \geq 0.95$); среднеквадратическая ошибка аппроксимации (RMSEA), стандартизированный среднеквадратичный остаток (SRMR ≤ 0.05). Аппроксимация модели кривой роста эмпирическим данным в целом определялась по тесту «хи-квадрат» (подобранная модель кривой роста отклонялась в пользу насыщенной, идеально подходящей модели, при $p < 0,05$).

Дополнительно для каждой модели приведены информационный критерий Акаике (AIC) и байесовский информационный критерий (BIC).

Результаты исследования

Были проанализированы индивидуальные траектории психологического благополучия каждого участника исследования на протяжении 3-х лет с 4-го по 6-й классы. В результате была построена модель кривой скрытого роста ПБ, с учетом влияния регуляторных (общий уровень СР) и личностных (Большая пятерка) предикторов. Модель также включала фактор пола.

Проведенные статистические процедуры показали, что модель роста психологического благополучия наилучшим образом объясняет эмпирические данные при включении в нее следующих предикторов: общий уровень СР, экстраверсия и дружелюбность, а также фактор пола. Индексы согласованности модели: CFI = 1; GFI = 1; AIC = 2784,94; BIC = 2829,54; RMSEA = 0 (90% CI = 0; 0,06); SRMR = 0,015. Тест «хи-квадрат» подтверждает преимущество этой модели ($p = 0,867$). В табл. 1 приведены основные параметры (среднее значение, дисперсия, ковариация) коэффициентов латентных факторов начального уровня и линейного наклона по показателю психологического благополучия обучающихся с 4-го по 6-й классы с учетом включённых предикторов.

Таблица 1. Статистические параметры модели роста психологического благополучия (ПБ) младших подростков с 4-го по 6-й класс при влиянии предикторов общего уровня саморегуляции, экстраверсии, дружелюбности и фактора пола (среднее значение, дисперсия, ковариация)

Латентные переменные	Мера	Значение	Ст. ошибка	Z	P	95% Доверительный интервал	
						Нижний	Верхний
Начало (ПБ в 4-м классе)	Среднее	25,42	7,38	3,44	<0,001	10,95	39,88
	Дисперсия	102,54	25,54	4,01	<0,001	52,47	152,61
Линейный наклон	Среднее	16,76	4,93	3,39	<0,001	7,09	26,42
	Дисперсия	33,34	12,57	2,65	0,008	8,69	57,98
Ковариация							
Начало ↔ Линейный наклон		-29,74	15,01	-1,98	0,048	-59,16	-0,32

Примечание: Начало — среднее значение и средняя дисперсия степени расхождения индивидуальных значений психологического благополучия в 4-м классе; Линейный наклон — скорость изменения психологического благополучия с 4-го по 6-й класс; Ковариация указывает на взаимосвязь между латентными факторами «начало» и «линейный наклон»

Как видно из данных, приведенных в табл. 1, показатели среднего ($M = 25,42$, $p < 0,001$) и дисперсия ($\sigma^2 = 102,54$, $p < 0,001$) латентного фактора «начало» указывают на существование значимых индивидуальных различий по уровню психологического благополучия между учащимися в 4-м классе. Также имеет место линейное изменение среднего балла ПБ каждый год (в 5 и 6-м классах) и ярко выраженные индивидуальные различия в траекториях ПБ испытуемых за три года обучения. Отрицательная значимая ковариация ($p = 0,048$) свидетельствует о том,

что показатели психологического благополучия у школьников с более низким его уровнем в 4-м классе будут иметь более выраженную тенденцию роста в 5 и 6-м классах под влиянием личностных и регуляторных предикторов, в то время как школьники с более высокими показателями психологического благополучия в 4-м классе демонстрируют наименьшие его изменения в этот же период.

Table 1. Parameter estimates of the latent growth model of psychological well-being (PWB) in younger adolescents from the 4th to the 6th grade predicted by general level of self-regulation, extraversion, agreeableness, and gender (mean value, variance, covariance)

Component	Parameter	Estimate	Std. Error	Z-value	P	95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
Latent curve							
Intercept (PWB, 4 th grade)	Mean	25.42	7.38	3.44	<0.001	10.95	39.88
	Variance	102.54	25.54	4.01	<0.001	52.47	152.61
Linear slope	Mean	16.76	4.93	3.39	<0.001	7.09	26.42
	Variance	33.34	12.57	2.65	0.008	8.69	57.98
Latent covariances							
Intercept ↔ Linear slope		-29.74	15.01	-1.98	0.048	-59.16	-0.32

Intercept — mean value and mean variance of the divergence in individual values of psychological well-being in the 4th grade; *Slope* — rate of changes in psychological well-being from 4th to 6th grade; *Covariance* indicates the relationship between latent factors of Intercept and Slope

В табл. 2 представлены результаты регрессии, моделирующие влияние общего уровня саморегуляции, экстраверсии, дружелюбности и пола на коэффициент начального уровня и коэффициент линейного наклона показателя психологического благополучия.

Таблица 2. Регрессионный анализ влияния осознанной саморегуляции, экстраверсии, дружелюбности и фактора пола на коэффициенты начального уровня и линейного наклона показателя психологического благополучия (ПБ)

Латентные переменные	Предиктор	Значение	Ст. ошибка	Z	P	95% Доверительный интервал	
						Нижний	Верхний
Начало (ПБ в 4-м классе)	Саморегуляция	0,82	0,18	4,47	<0,001	0,46	1,18
	Экстраверсия	1,52	0,28	5,39	<0,001	0,97	2,08
	Дружелюбность	0,61	0,21	2,87	0,004	0,19	1,02
	Пол	4,54	1,93	2,35	0,019	0,75	8,33
Линейный наклон	Саморегуляция	-0,38	0,13	-2,77	0,006	-0,65	-0,11
	Экстраверсия	-0,21	0,21	-0,99	0,319	-0,62	0,2
	Дружелюбность	-0,01	0,15	-0,03	0,971	-0,31	0,3
	Пол	0,04	1,43	0,03	0,973	-2,76	2,86

Table 2. Regression analysis of conscious self-regulation, extraversion, agreeableness and gender contribution to Intercept and Slope of psychological well-being (PWB)

Component	Predictor	Estimate	Std. Error	Z-value	P	95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
Intercept (PWB, 4 th grade)	Self-regulation	0,82	0,18	4,47	<0,001	0,46	1,18
	Extraversion	1,52	0,28	5,39	<0,001	0,97	2,08
	Agreeableness	0,61	0,21	2,87	0,004	0,19	1,02
	Gender	4,54	1,93	2,35	0,019	0,75	8,33
Linear slope	Self-regulation	-0,38	0,13	-2,77	0,006	-0,65	-0,11
	Extraversion	-0,21	0,21	-0,99	0,319	-0,62	0,2
	Agreeableness	-0,01	0,15	-0,03	0,971	-0,31	0,3
	Gender	0,04	1,43	0,03	0,973	-2,76	2,86

Рассмотрим в построенной модели (табл. 2) коэффициенты регрессии, описывающие влияние саморегуляции, экстраверсии, дружелюбности и пола на коэффициент начального уровня психологического благополучия (в 4-м классе) — параметр «начало». Все три коэффициента регрессии являются положительными и значимыми $p \in [0,001; 0,019]$. Это означает, что учащиеся с более высоким уровнем развития осознанной саморегуляции учебной деятельности, большей выраженностью экстраверсии и дружелюбности в 4-м классе имеют и более высокий уровень психологического благополучия в этом же возрасте. Кроме того, мальчики в 4-м классе имеют более высокие средние значения психологического благополучия по сравнению с девочками.

Что касается предикторов параметра «линейный наклон», т.е. скорости и тенденции изменения ПБ с 4-го по 6-й классы, то статистически значимым предиктором роста среднего балла ПБ является общий уровень саморегуляции ($p = 0,006$). Его отрицательное значение показывает, что учащиеся с более низким уровнем развития саморегуляции в 4-м классе демонстрируют более выраженную тенденцию роста благополучия по мере перехода из класса в класс по сравнению с учащимися, у которых саморегуляция развита изначально лучше. Личностные черты не проявили себя как значимые предикторы изменений психологического благополучия младших подростков на данном этапе обучения.

Обсуждение результатов

В ответ на первый из поставленных вопросов, в настоящем исследовании удалось показать значимые индивидуальные различия в динамике психологического благополучия младших подростков. Был обнаружен значимый вклад осознанной саморегуляции в индивидуальные различия по уровню психологического благополучия у младших подростков, обучающихся в 4-м классе школы. Также оказалось, что уровень психологического благополучия каждого школьника в 4-м классе обусловлен высокими показателями экстраверсии, что

в детском возрасте проявляется в способности найти себе помощников, а также дружелюбности как ориентации на позитивное взаимодействие с другими людьми. Иными словами, к 4-му классу школы учащиеся с высокими показателями общего уровня осознанной саморегуляции и экстраверсии имеют и более высокие показатели психологического благополучия. Аналогичные результаты были получены ранее в кросс-секционных и лонгитюдных исследованиях ресурсов психологического благополучия (Фомина, Ефимова, Моросанова, 2018; Моросанова, Фомина, 2019). В исследовании на выборке младших подростков в период обучения с 4-го по 5-й класс выявлено, что экстраверсия и дружелюбность закладывают основу психологического благополучия в 4 и 5-м классе школы наряду с другими мотивационными и регуляторными факторами (Моросанова и др., 2023; Morosanova, Ovanesbekova, Bondarenko, Fomina; 2018). Обсуждаемые результаты хорошо согласуются с материалами мета-анализа, в котором дана оценка связей черт личности по моделям «Большой пятерки» и HEXACO с субъективным и психологическим благополучием. Среди личностных переменных выделяется именно значимый вклад экстраверсии в благополучие и подчеркивается важность позитивных отношений с окружающими людьми (Anglim et al., 2020). Безусловно, мы не исключаем влияния других личностных черт (открытости опыту, добросовестности, оптимизма и т.д.) на психологическое благополучие (Гордеева, Сычев, 2023; Фомина, Филиппова, Жемиркина, 2022; Potanina, Ishmuratova, Bondarenko, 2020). Например, на различных выборках была показана взаимосвязь добросовестности и низкого уровня нейротизма с психологическим благополучием (Фомина, Ефимова, Моросанова, 2018; Joshanloo, 2023), что, подчеркнем, не расходится с результатами нашего исследования, цель которого связана с выявлением возрастной специфики ПБ младших подростков и индивидуальных траекторий его изменчивости. Как было показано ранее, по мере взросления младших подростков арсенал личностных средств (ресурсов) расширяется (Моросанова и др., 2023).

Был получен ответ и на второй поставленный в исследовании вопрос. Показано, что именно связью с осознанной саморегуляцией объясняется возможность изменения линейных траекторий психологического благополучия с момента окончания начальной школы до завершения адаптации к основной школе (период обучения с 4-го по 6-й класс включительно). В частности, показано, что высокий уровень осознанной саморегуляции учебной деятельности оказывает позитивное влияние на поддержание психологического благополучия младших подростков уже в начальной школе в 4-м классе, способствуя замедлению его снижения в период обучения в средней школе. Эти результаты реплицируют результаты и развивают выводы ряда кросс-секционных исследований по схожей проблеме. Так, на данных для 4, 5 и 6-го классов выявлены специальные регуляторные ресурсы с тенденцией их когнитивного усложнения к 6-му классу (Фомина, Филиппова, Жемиркина, 2022; Бондаренко, Цыганов, Бурмистрова-Савенкова, 2022; Потанина, Моросанова, 2022). На материалах лонгитюдных исследований многократно

подтверждался вывод о том, что осознанная саморегуляция в целом рассматривается как универсальный регуляторный ресурс психологического благополучия в школе (Morosanova et al., 2021). Данные о значимом вкладе саморегуляции в психологическое благополучие школьников достаточно часто встречаются в научных публикациях. Как известно, при переходе из младшей школы в среднюю происходит изменение учебного процесса, специфики подачи учебного материала, появляется большее количество преподавателей и т.п. Неудивительно, что в такой ситуации именно общее развитие осознанной саморегуляции как универсального ресурса играет доминирующую роль в активации субъектной активности школьников для обеспечения адаптации к новым условиям обучения, поддерживая и подкрепляя тем самым их психологическое благополучие.

Последний исследовательский вопрос был связан с эффектом фактора пола на динамику психологического благополучия младших подростков. Непосредственный эффект фактора пола наблюдался только в 4-м классе и проявлялся в том, у мальчиков уровень психологического благополучия был выше по сравнению с девочками. В последующие два года (в 5 и 6-м классах) эффект фактора пола в изменениях ПБ не обнаруживался, что может объясняться развитием регуляторных ресурсов, проявляющихся в формировании у обучающихся компетенций регуляции учебной деятельности. Ранее на выборках юношеского возраста хотя и отмечалось влияние пола на психологическое благополучие и его большая выраженность у юношей по сравнению с девушками, однако, подчеркивалось нивелирование этого эффекта различными переменными (Гордеева, Сычев, 2023).

Результаты проведенного эмпирического исследования дают ответы на все исследовательские вопросы и ставят новые, ориентируя на дальнейшее изучение индивидуальных траекторий психологического благополучия учащихся на протяжении всего периода обучения в школе и на анализ ресурсов, благоприятствующих позитивному развитию подрастающего поколения в изменяющихся условиях образовательной среды.

Выводы

1. Существуют индивидуальные различия по уровню психологического благополучия школьников в 4-м классе. Они объясняются различным уровнем психологических ресурсов ПБ младших подростков, таких как развитость осознанной саморегуляции учебной деятельности и выраженность личностных черт экстраверсии и дружелюбности.
2. Специфика индивидуальных траекторий психологического благополучия от 4-го к 6-му классу зависит от уровня осознанной саморегуляции достижения учебных целей. Чем он выше, тем меньше риск снижения психологического благополучия в период обучения с 4-го по 6-й классы средней школы.
3. Фактор пола влияет на различия в психологическом благополучии только в начальной школе: в 4-м классе школы его уровень выше у мальчиков по сравнению с девочками. В более старших возрастах эти различия выравниваются,

предположительно, за счет развития осознанной саморегуляции учебной деятельности.

Результаты исследования могут быть использованы в практике образования для разработки программ поддержки психологического благополучия младших подростков с учетом индивидуальных потребностей школьника в развитии регуляторных компетенций и на основании его темпераментальных особенностей.

Ограничения результатов исследования связаны с небольшим объемом выборки. Кроме того, трехволновый дизайн лонгитюдного исследования позволил исследовать только линейный тренд роста показателей психологического благополучия. Дальнейшие усилия могут быть направлены на продолжение лонгитюдного исследования, что позволит увеличить репрезентативность выборки и проанализировать нелинейные тренды в динамике психологического благополучия.

Литература

Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия // В сборнике: Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве / Сост.: Ю.В. Братчикова. Екатеринбург, 2013.

Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Осознанная саморегуляция и психологическое благополучие как ресурсы академической успешности младших подростков: структурная модель // Психолого-педагогические исследования. 2023. Т. 15, № 3. С. 23–37. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150302>

Бондаренко И.Н., Цыганов И.Ю., Бурмистрова-Савенкова А.В. Индивидуально-типологические особенности взаимосвязи осознанной саморегуляции, психологического благополучия и академической успеваемости учащихся пятых классов // Психологическая наука и образование. 2022. Т. 27, № 4. С. 15–23. <https://doi.org/10.17759/pse.2022270402>

Веракса А.Н., Корниенко Д.С., Чурсина А.В. Мотивы использования соцсетей, факторы онлайн-риска и психологическое благополучие подростков в связи с интеграцией социальных сетей в ежедневную активность // Российский психологический журнал. 2021. Т. 18, № 4. С. 30–46. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.4.3>

Водяха С.А. Особенности психологического благополучия старшеклассников // Психологическая наука и образование. 2013. Т. 18, № 6. С. 114–120.

Гордеева Т.О., Сычев О.А. От чего зависит психологическое благополучие российских подростков: анализ результатов PISA 2018 // Сибирский психологический журнал. 2023. № 88. С. 85–104. <https://doi.org/10.17223/17267080/88/5>

Гордеева Т.О., Сычев О.А., Лункина М.В. Школьное благополучие младших школьников: мотивационные и образовательные предикторы // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24, № 3. С. 32–42. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240303>

Данилова М.В., Рыкман Л.В. Психоэмоциональное благополучие и особенности саморазвития подростков с разным семейным статусом // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23, № 5. С. 40–50. <https://doi.org/10.17759/pse.2018230505>

Дубровина И.В. Феномен «психологическое благополучие» в контексте социальной ситуации развития // Вестник практической психологии образования. 2020. Т. 17, № 3. С. 9–21. <https://doi.org/10.17759/bppe.2020170301>

Зинченко Ю.П. Психологическое благополучие и психическое здоровье // В сборнике: Междисциплинарные подходы к изучению психического здоровья человека и общества: Материалы научно-практической конференции Москва, 29 октября 2018 г. / Под ред. Г.П. Костюк. М.: ООО Издательский дом «КДУ», 2019.

Иванова Е.В., Шаповаленко И.В. Проблема психологического и эмоционального благополучия детей и жизнестойкости их родителей в современных зарубежных исследованиях // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12, № 3. С. 52–63. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120305>

Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности (2-е изд.). М.: ЛЕНАНД, 2011.

Лубовский Д.В., Милова Н.С. Диагностика психологического благополучия младших школьников в условиях школьного и семейного обучения // Психолого-педагогические исследования. 2020. Т. 12, № 4. С. 52–65. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2020120404>

Малых С.Б., Тихомирова Т.Н., Васин Г.М. Адаптация русскоязычной версии опросника «Большая пятерка — детский вариант» // Теоретическая и экспериментальная психология. 2015. Т. 8, № 4. С. 6–12.

Марцинковская Т.Д. История детской психологии: Учебник для студ. пед. вузов. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998.

Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. №1. С. 3–37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01>

Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека: 2-е изд. М.: Наука, 2012.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика осознанной саморегуляции учебной деятельности: новая версия опросника ССУД-М // Теоретическая и экспериментальная психология. 2017. Т. 10, № 2. С. 27–37.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Общая способность к саморегуляции: операционализация феномена и экспериментальный подход к диагностике ее развития // Вопросы психологии. 2016. №2. С. 109–123.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Осознанная саморегуляция и личностно-мотивационные особенности младших подростков с различной динамикой психологического благополучия // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24, № 4. С. 5–21. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240401>

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Создание русскоязычной версии опросника проявлений психологического благополучия (ППБП) для подростков // Вопросы психологии. 2018. № 4. С. 103–109.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г., Потанина А.М., Кондратюк Н.Г., Филиппова А.В., Цыганов И.Ю. Благополучие, саморегуляция и успеваемость младших подростков: ресурсы и развитие / Под общей редакцией В.И. Моросановой. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 2023. (В печати).

Поливанова К.Н. Новый образовательный дискурс: благополучие школьников // Культурно-историческая психология. 2020. Т. 16, № 4. С. 26–34. <https://doi.org/10.17759/chp.2020160403>

Потанина А.М., Моросанова В.И. Индивидуально-типические особенности взаимосвязи осознанной саморегуляции, психологического благополучия и академической успеваемости учащихся 6-х классов // Теоретическая и Экспериментальная Психология. 2022. Т. 15, № 1. С. 52–78. <https://doi.org/10.24412/2073-0861-2022-1-52-78>

Потанина А.М., Моросанова В.И. Регуляторные и личностные ресурсы успешности школьного обучения: индивидуально-типологические аспекты // Вопросы психологии. 2021. Т. 67, № 5. С. 65–75.

Прихожан А.М. Разработка модели психологического благополучия подростков и юношей // Психология и школа. 2010. № 2. С. 3–28.

Рубцов В.В., Романова Е.С. Технологии психолого-педагогической работы в системе образования (итоги Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде – 2019) // Социальные науки и детство. 2020. Т. 1, № 1. С. 100–113. <https://doi.org/10.17759/ssc.2020010108>

Фомина Т.Г., Ефимова О.В., Моросанова В.И. Взаимосвязь субъективного благополучия с регуляторными и личностными особенностями у учащихся младшего школьного возраста // Психолого-педагогические исследования. 2018. Т. 10, № 2. С. 64–76. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2018100206>

Фомина Т.Г., Филиппова Е.В., Жемерикина Ю.И. Регуляторные и личностные ресурсы психологического благополучия и академической успеваемости младших школьников: дифференциально-психологический аспект // Психолого-педагогические исследования. 2022. Т. 14, № 2. С. 32–47. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2022140203>

Шмелев А.Г. Психодиагностика личностных черт. СПб.: Речь, 2002.

Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R.J., Wood, J.K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146 (4), 279–323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>

Fomina, T.G., Burmistrova-Savenkova, A.V., Morosanova, V.I. (2020). Self-Regulation and Psychological Well-Being in Early Adolescence: A Two-Wave Longitudinal Study. *Behavioral Sciences*, 10 (3), 67. <https://doi.org/10.3390/bs10030067>

Joshanloo, M. (2023). Reciprocal relationships between personality traits and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 114, 54–69. <https://doi.org/10.1111/bjop.12596>

Massé, R., et al. (1998) The Structure of Mental Health: Higher-Order Confirmatory Factor Analyses of Psychological Distress and Well-Being Measures. *Social Indicators Research*, 45, 475–504. <https://doi.org/10.1023/A:1006992032387>

McCrae, R.R., Costa, P.T., Jr. (2013). Introduction to the empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits. In T.A. Widiger P.T., Costa (Eds.). *Personality disorders and the five-factor model of personality*, (pp. 15–27). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13939-002>

Morosanova, V.I., Fomina, T.G., Bondarenko, I.N. (2021). Dynamics of Interrelationships between Conscious Self-regulation, Psychological and School-related Subjective Well-being in

Adolescents: Three-year Cross-lagged Panel Study. *Psychology in Russia: State of the Art*, 14 (3), 34–49. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0303>

Morosanova, V., Ovanesbekova, M., Bondarenko, I., Fomina, T. (2018). Self-Regulation Of Learning Activity In Students With Differing Dynamics Of Psychological Well-Being. In S. Malykh, & E. Nikulchev (Eds.), *Psychology and Education — ICPE 2018, Vol 49. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences* (pp. 471–481). Future Academy. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.11.02.52>

Potanina, A.M., Ishmuratova, Y.A., Bondarenko, I.N. (2020). Conscious Self-Regulation, Personality Features and Academic Success in Students With Different Dynamics of Psychological Well-Being. In V.I. Morosanova, T.N. Bانشchikova, & M.L. Sokolovskii (Eds.), *Personal and Regulatory Resources in Achieving Educational and Professional Goals in the Digital Age*, 91. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences* (pp. 156–164). European Publisher. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2020.10.04.20>

Ryff, C.D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4 (4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

Ryff, C.D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83 (1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>

References

Bessonova, Yu.V. (2013). About the structure of psychological well-being. In Yu.V. Bratchikova (Eds.), *Psychological well-being of the individual in the modern educational space* (pp. 30–35). Ekaterinburg. (In Russ.).

Bondarenko, I.N., Fomina, T.G. (2023). Conscious Self-Regulation and Psychological Well-Being as Resources for Academic Success in Young Adolescents: A Structural Model. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya (Psychological-Educational Studies)*, 15 (3), 23–37. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150302> (In Russ.).

Bondarenko, I.N., Tsyganov, I.Yu., Burmistrova-Savenkova, A.V. (2022). Individual and Typological Features of Relationship Between Conscious Self-Regulation, Psychological Well-Being, and Academic Performance in Fifth-Grade Pupils. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie (Psychological Science and Education)*, 27 (4), 15–23. <https://doi.org/10.17759/pse.2022270402> (In Russ.).

Danilova, M.V., Rykman, L.V. (2018). Psychoemotional Well-being and Features of Self-Development of Teenagers with Different Family Status. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie (Psychological Science and Education)*, 23 (5), 40–50. <https://doi.org/10.17759/pse.2018230505> (In Russ.).

Dubrovina, I.V. (2020). The Phenomena of “Psychological Well-Being” in the Context of the Social Situation of Development. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya (Moscow University Psychology Bulletin)*, 17 (3), 9–21. <https://doi.org/10.17759/bppe.2020170301> (In Russ.).

Fomina, T.G., Eftimova, O.V., Morosanova, V.I. (2018). The Relationship of Subjective Well-being with Regulatory and Personality Characteristics in the Primary School Age Children. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya (Psychological-Educational Studies)*, 10 (2), 64–76. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2018100206> (In Russ.).

Fomina, T.G., Filippova, E.V., Zhemerikina, Y.I. (2022). Regulatory and Personality Resources of Psychological Well-being and Academic Achievement of Elementary School Students: Differential Psychological Aspect. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya (Psychological-Educational Studies)*, 14 (2), 32–47. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2022140203> (In Russ.).

Gordeeva, T.O., Sychev, O.A. (2023). What Determines the Psychological Well-Being of Russian Adolescents: Analysis of PISA 2018 Results. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal (Siberian journal of psychology)*, 88, 85–104. <https://doi.org/10.17223/17267080/88/5> (In Russ.).

Gordeeva, T.O., Sychev, O.A., Lunkina, M.V. (2019). School Well-Being of Elementary School Children: Motivational and Educational Predictors. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie (Psychological Science and Education)*, 24 (3), 32–42. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240303> (In Russ.).

Ivanova, E.V., Shapovalenko, I.V. (2023). The Problem of Psychological and Emotional Well-Being of Children and Resilience of Parents in Modern Foreign Studies. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya (Journal of Modern Foreign Psychology)*, 12 (3), 52–63. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120305> (In Russ.).

Konopkin, O.A. (2011). Psychological mechanisms of activity regulation (2th ed). Moscow: Lenand. (In Russ.).

Lubovskiy, D.V., Milova, N.S. (2020). Diagnostics of Psychological Well-Being of Primary School Children in Full-Time and Family Education. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya (Psychological-Educational Studies)*, 12 (4), 52–65. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2020120404> (In Russ.).

Malykh, S.B., Tikhomirova, T.N., Vasin, G.M. (2015). Adaptation of the Russian version of the “Big Five questionnaire — children (BFQ-C)”. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 8 (4), 6–12. (In Russ.).

Martsinkovskaya, T.D. (1998). History of child psychology: Textbook for students of pedagogical universities. Moscow: VLADOS. (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2012). Self-regulation and human individuality (2th ed): monograph. Moscow: Nauka. (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2021). Conscious self-regulation as a meta-resource for achieving goals and solving the problems of human activity. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Seriya 14. Psikhologiya (Moscow University Psychology Bulletin)*, 1, 3–37. <https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01> (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2016). General ability to self-regulation: operationalization of the phenomenon and an experimental approach to the diagnosis of its development. *Voprosy psikhologii (Questions of psychology)*, 2, 109–123. (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2017). Diagnostics of conscious self-regulation of educational activity: a new version of the SPLAQ-M questionnaire. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 10 (2), 27–37. (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N., Fomina, T.G. (2018). Creation of a Russian-language version of the questionnaire of manifestations of psychological well-being for adolescents. *Voprosy psikhologii (Questions of psychology)*, 4, 103–109. (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N., Fomina, T.G. (2019). Personality and Motivational Features and Conscious Self-Regulation in Early Adolescents with Different Dynamics of Psychological Well-Being. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie (Psychological Science and Education)*, 24 (4), 5–21. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240401> (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N., Fomina, T.G., Potanina, A.M., Kondratyuk, N.G., Filipova, E.V., Tsyganov, I.Yu. (2023). Well-being, self-regulation and academic performance of younger adolescents: resources and development: monograph. In V.I. Morosanova (Ed.). Moscow: Moscow University Press. In Press (In Russ.).

Polivanova, K.N. (2020). New Educational Discourse: The Well-Being of Schoolchildren. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya (Cultural-Historical Psychology)*, 16 (4), 26–34. <https://doi.org/10.17759/chp.2020160403> (In Russ.).

Potanina, A.M., Morosanova, V.I. (2021). Regulatory and personal resources for school success: individual-typological aspects. *Voprosy psikhologii (Questions of psychology)*, 5, 65–75. (In Russ.).

Potanina, A.M., Morosanova, V.I. (2022). Individual-typical features of the relationship of conscious self-regulation, psychological well-being and academic performance of 6th grade students. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 15 (1), 52–78. <https://doi.org/10.24412/2073-0861-2022-1-52-78> (In Russ.).

Prikhozhan, A.M. (2010). Development of a model of psychological well-being of adolescents and young men. *Psikhologiya i shkola (Psychology and school)*, 2, 3–28. (In Russ.).

Rubtsov, V.V., Romanova, E.S. (2020). Technologies of psychological and pedagogical work in the education system (the results of the all-Russian competition for the best psychological and pedagogical programs and technologies in the educational environment — 2019. *Social'ny'e nauki i detstvo (Social Sciences and Childhood)*, 1 (1), 100–113. <https://doi.org/10.17759/ssc.2020010108> (In Russ.).

Shmelev, A.G. (2002). Psychodiagnostics of personality traits. St. Petersburg: Rech. (In Russ.).

Veraksa, A.N., Kornienko, D.S., Chursina, A.V. (2021). Motivations for using social media, online risk factors, and psychological well-being of adolescents in relation to the integration of social media into everyday activity. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal (Russian Psychological Journal)*, 18 (4), 30–46. <https://doi.org/10.21702/rpj.2021.4.3> (In Russ.).

Vodyakha, S.A. (2013). Features of psychological well-being of upper-form pupils. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie (Psychological Science and Education)*, 18 (6), 114–120. (In Russ.).

Zinchenko, Yu.P. (2018). Psychological well-being and mental health. In G.P. Kostyuk (Ed.) *Interdisciplinary approaches to the study of mental health of man and society: Materials of the scientific and practical conference, Moscow, 29 October, 2018* (pp. 11–13). Moscow: “KDU”. (In Russ.).

Поступила: 28.09.2023
Получена после доработки: 25.11.2023
Принята в печать: 29.11.2023

Received: 28.09.2023
Revised: 25.11.2023
Accepted: 29.11.2023

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Наиля Гумеровна Кондратюк — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии саморегуляции Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований, n.kondratyuk@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2907-9771>

Варвара Ильинична Моросанова — член-корреспондент РАО, доктор психологических наук, профессор, заведующий лабораторией психологии саморегуляции Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований, morosanova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7694-1945>

ABOUT THE AUTHORS

Nailya G. Kondratyuk — Cand. Sci. (Psychology), Senior Researcher, Department of Psychology of Self-regulation, Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research, n.kondratyuk@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2907-9771>

Varvara I. Morosanova — Corresponding Member of the Russian Academy of Education, Dr. Sci. (Psychology), Professor, Head of the Department of Psychology of Self-regulation, Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research, morosanova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7694-1945>