BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNI KASBIY TAYYORLASH DAVRIDA MOSLASHTIRILADIGAN (ADAPTIV) QOBILIYATLAR VA PSIXOLOGIK FAROVONLIK O‘RTASIDAGI BOG‘LIQLIK

Jelnina Kseniya Vladimirovna[1], Peskov Vadim Pavlovich[2]

[1]Moskva shahar pedagogika universiteti (Rossiya),
Pedagogika va ta'lim psixologiyasi instituti, magistratura talabasi
smirnovakv025@mgpu.ru
[2] Moskva shahar pedagogika universiteti
Psixologiya fanlari nomzodi, dotsent
https://doi.org/10.5281/zenodo.18978528

ANNOTATSIYA

Doimiy ravishda o‘zgarib turadigan ta'lim muhitida moslashuvchan ko‘nikmalarni rivojlantirish kelajakdagi o‘qituvchilarning muvaffaqiyatli professional sotsializatsiyasi va psixologik salomatligi uchun ayniqsa muhimdir. Bizning tahlilimiz pedagogika kollejida kasbiy tayyorgarlik davrida talabalarning moslashuvchan qobiliyatlari va psixologik farovonligi o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganishga qaratilgan. Tadqiqotda quyidagi usullar qo‘llanildi: L.N. Sobchikning “Individual-tipologik anketasi”, M.V. Alfimova va V.E. Golimbet tomonidan moslashtirilgan S. Maddining “Chidamlilik testi”, N.G. Kondratyuk, V.I. Morosanova va A.V. Burmistrova-Savenkova tomonidan moslashtirilgan M. Savikas va E. Porfelining "Karyera va moslashuvchanlik qobiliyatlari shkalasi", L.V. Jukovskaya va Ye.G. Troshixina tomonidan moslashtirilgan K. Riffning "Psixologik farovonlik shkalasi". Tadqiqot davlat professional ta'lim muassasasi bo‘lgan Moskva pedagogika kolleji bazasida o‘tkazildi. Unda 74 nafar birinchi kurs talabalari ishtirok etdi. Ushbu tadqiqot o‘qituvchining kasbiy rivojlanishi davomida psixologik farovonlikni shakllantirishda moslashuvchan resurslarning roli haqidagi nazariy tushunchani kengaytiradi hamda psixologik va pedagogik dasturlarni ishlab chiqish uchun amaliy asos yaratadi.

KALIT SO‘ZLAR

moslashish, moslashuvchan qobiliyat, psixologik farovonlik.

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADAPTIVE ABILITIES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING DURING THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE TEACHERS

Jelnina Ksenia Vladimirovna[1], Peskov Vadim Pavlovich[2]

[1]Moscow City Pedagogical University, Institute of
Pedagogy and Psychology of Education, Master’s Student
[2]PhD in Psychological Sciences, associate professor

ABSTRACT

This paper examines the relationship between adaptive abilities and psychological well-being of students during their professional training at a teacher training college. In a constantly changing educational environment, the development of adaptive qualities is particularly important for the successful professional socialization and psychological

KEYWORDS

adaptation, adaptive capacity, psychological well-being.

health of future teachers. The study utilized modern methods for measuring the aforementioned phenomena: L.N. Sobchik's Individual-Typological Questionnaire (ITQ), and S. Maddy's Hardiness Test, adapted by M.V. Alfimova and V.E. Golimbet, "The Career-Adaptation Capabilities Scale" by M. Savikas and E. Porfeli adapted by N.G. Kondratyuk, V.I. Morosanova, and A.V. Burmistrova-Savenkova, and "The Psychological Well-Being Scale" by K. Riff adapted by L.V. Jukovskaya and E.G. Troshikhina. The study was conducted at the Moscow Pedagogical College, a state-funded professional educational institution. The sample consisted of 74 first-year students. This study expands theoretical understanding of the role of adaptive resources in shaping psychological well-being during teacher professional development and provides a practical basis for the development of psychological and pedagogical programs.

СВЯЗЬ АДАПТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ НА ЭТАПЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ

Желнина Ксения Владимировна[1], Песков Вадим Павлович[2]

[1]Московский городской педагогический университет (РФ),
Институт педагогики и психологии образования, магистрант
[2]канд. психологических наук, доцент

АННОТАЦИЯ

В условиях постоянно меняющейся образовательной среды развитие адаптивных качеств приобретает особое значение для успешной профессиональной социализации и психологического здоровья будущих педагогов. Нас интересует изучение связи между адаптивными способностями и психологическим благополучием студентов в процессе профессионального обучения в педагогическом колледже. В исследовании были использованы следующие методики: «Индивидуально-типологический опросник (ИТО)» Л.Н. Собчик, «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации М.В. Алфимовой и В.Е. Голимбет, «Шкала карьерно-адаптационных способностей» М. Савикас и Э. Порфели в адаптации Н.Г. Кондратюк, В.И. Моросановой и А.В. Бурмистрова-Савенковой, «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Л.В. Жуковской и Е.Г. Трошихиной. Исследование проводилось на базе ГБПОУ города Москвы «Московский педагогический колледж», выборку составили 74 студента 1-го курса. Проведенное исследование расширяет теоретические представления о роли адаптивных ресурсов в формировании психологического благополучия в рамках профессионального становления педагогов, а также обеспечивает практическую основу для разработки психолого-педагогических программ.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

адаптация, адаптивная способность, психологическое благополучие.

Введение. Российская система образования в настоящее время переживает активные трансформации: внедряются цифровые технологии в обучение, профессиональные стандарты модернизируются, а к психологической выносливости педагогов предъявляются все более высокие требования. В этих условиях особую значимость приобретает изучение механизмов, позволяющих будущим учителям не только эффективно осваивать

профессиональные компетенции, но и сохранять психологическое равновесие в период обучения и последующей трудовой деятельности.

Согласно актуальным требованиям государственных стандартов современный учитель должен демонстрировать гибкость в адаптации к меняющимся образовательным условиям, навыки эмоциональной саморегуляции, способность к рефлексии и осознанному профессиональному развитию. Эти качества напрямую связаны с уровнем психологического благополучия личности, который выступает фундаментом для долгосрочной профессиональной успешности. Способность студентов адаптироваться к этим изменениям и одновременно поддерживать внутреннее благополучие становится ключевым фактором их академической и будущей профессиональной эффективности.

Актуальность исследования обусловлена рядом социальных факторов: ростом числа студентов, испытывающих тревожность и эмоциональное выгорание в процессе обучения, увеличением требований к психологической компетентности педагогов со стороны образовательных учреждений и общества, необходимостью разработки превентивных мер по поддержанию психического здоровья будущих учителей. Изучение связи адаптивных способностей и психологического благополучия студентов педагогического колледжа приобретает не только теоретическую, но и практическую значимость, позволяя углубить понимание механизмов профессионального становления педагогов, разработать адресные программы психологической поддержки и повысить качество подготовки педагогических кадров в условиях современных образовательных вызовов.

Гипотезой исследования является предположении о том, что на этапе профессионального обучения в педагогическом колледже существует статистически значимая связь между адаптивными способностями (карьерной адаптивностью и личностной адаптивностью, включающей индивидуально-типологические свойства) и психологическим благополучием студентов-первокурсников. Эмпирическое исследование проведено на базе ГБПОУ города Москвы «Московский педагогический колледж», в выборку вошли 74 студента 1-го курса в возрасте 16-18 лет.

В психологической науке сформировались различные подходы к пониманию природы адаптивных способностей человека, которые можно условно разделить на биологический и социальный направления. Под понятием «адаптационные способности», прежде всего, понимаются личностные особенности субъекта, определяющие его возможность к успешному приспособлению к условиям внешней среды. Развитые адаптационные способности являются значимой личностной характеристикой, которая определяет степень адаптированности субъекта не только к социальной среде, но и к важным аспектам значимой деятельности [2]. А.А. Налчаджян утверждал, что одни и те же внешние условия среды могут по-разному воздействовать на людей, исходя из личностных особенностей их адаптационных возможностей и способностей [10].

В отечественной психологии биологический подход представлен разнообразными концепциями. А.М. Богомолов рассматривает адаптивные способности как динамические свойства нервной системы, определяющие эффективность и продолжительность адаптационного процесса при взаимодействии с внешней средой [1]. И.Б. Ушаков связывает адаптивные способности с функциональным состоянием организма и его систем, способных адекватно реагировать на неблагоприятные факторы среды с оптимальным расходованием ресурсов [14]. Л.М. Кедун определяет адаптивные способности как психофизиологические характеристики, определяющие энергетические и динамические особенности реагирования на изменения внешней среды [6].

Ряд российских исследователей выделяют социальную природу адаптивных способностей. С.А. Пакулина трактует адаптивные способности как индивидуально-психологические особенности личности, формирующиеся на основе единства сознания и деятельности, влияющие на изменение поведения и отношений к социальной среде [11]. В работах М.В. Григорьевой и Л.М. Колпаковой адаптивные способности рассматриваются как результат взаимодействия психических и социально-психологических явлений, проявляющихся в особенностях саморегуляции и овладения поведением [3].

Вместе с тем некоторые отечественные исследователи выделяют как биологический, так и социальный аспект адаптивных способностей человека. Так, адаптация в понимании А.Г. Маклакова рассматривается как важнейший механизм психологической защиты личности [9].

В зарубежной психологии преобладает биологический подход. Психоаналитическое направление связывает адаптивные способности с механизмами психологической защиты как врожденными регуляторами взаимодействия личности со средой. Ж. Пиаже рассматривал адаптивную природу интеллекта как основную

адаптивную способность, выделяя механизмы ассимиляции и аккомодации. Р. Стернберг развил идеи о роли интеллектуальных способностей в адаптации к окружающей среде [12].

На сегодняшний день наиболее разработанной является структура адаптивных способностей, включающая такие компоненты, как когнитивный (способность воспринимать и оценивать ситуацию), эмоциональный (способность принимать ситуацию и контролировать эмоции), поведенческий (способность осуществлять практические действия по адаптации), результативный (способность достигать адаптационного эффекта).

Понимание механизмов адаптации помогает не только лучше справляться с жизненными вызовами, но и способствует развитию устойчивого психологического состояния. Психологическое благополучие является субъективным феноменом и характеризует, прежде всего, отношение человека к своей жизни, интегральную оценку своего бытия.

По мнению М. Селигмана, благополучие представляет собой сочетание позитивного эмоционального состояния и активной деятельности [4]. В русском языке понятие благополучия связано с представлением о спокойной, благополучной жизни, свободной от неудач и потрясений [7].

Термин «психологическое благополучие» был введен Н. Бредбёрном [17], который определял его как субъективное ощущение счастья и общей удовлетворенности жизнью. Исследователи рассматривают психологическое благополучие как потенциально универсальное понятие для описания здоровой, гармонично развитой личности, а психологическое неблагополучие – как промежуточный конструкт между здоровьем и болезнью [16].

В современной психологии наибольшую известность получила концепция Кэрол Рифф [18; 19], которая определяет шесть ключевых аспектов здоровой личности: способность к конструктивным взаимоотношениям, независимость в принятии решений, контроль над окружающей средой, стремление к саморазвитию, наличие жизненных целей и позитивное самовосприятие.

Существенный вклад в развитие концепции психологического благополучия внесли российские ученые П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленкова. Они предложили оригинальную классификацию, разделяя психологическое благополучие на два основных типа: актуальное, отражающее текущую степень реализации компонентов позитивного функционирования, и идеальное, характеризующее направленность на достижение этих компонентов [15].

Начало учебы, вход в профессию часто сопровождаются повышенной нагрузкой на студентов с социальной и психологической точки зрения. Многие испытывают внутренние конфликты и чувство фрустрации. Такое состояние обусловлено необходимостью самостоятельно организовывать свое время, влиянием университетской среды, трудностями в общении с однокурсниками, поиском своего места и адаптацией к жизни вне семьи.

Значительный вклад в изучение взаимосвязи профессиональной направленности и психологического благополучия студентов внесли такие исследователи как Т.О. Бородовицына, Т.Д. Дубовицкая, М.А. Егорова, Т.А. Егоренко, И.В. Емельянова, Д.А. Леонтьев, Е.А. Кабанченко, С.В. Молчанов, О.Г. Холодкова, Т.Л. Худякова и другие ученые.

А.А. Пономаренко определяет психологическое благополучие студента как способность придавать жизни направленность и смысл, сочетая социальную и профессиональную компетентность [13]. Для укрепления психологического благополучия рекомендуется поддерживать профессиональную мотивацию, развивать стрессоустойчивость и навыки саморегуляции [5].

Неблагоприятная психологическая атмосфера в образовательной среде может вызывать у студентов неуверенность в собственных силах, что создает риски для правильного профессионального выбора.

Результаты исследования. Исследование проводилось в 2025 году среди студентов первого курса государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения города Москвы «Московский педагогический колледж», в нем приняли участие 74 человека в возрасте от 16 до 18 лет.

На рисунке 1 представлены результаты по шкале психологического благополучия методики К. Рифф (в адаптации Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной).



Рисунок 1 – Средние значения показателей психологического благополучия в баллах.

Наибольшая степень выраженности средних значений наблюдается у шкал «Позитивные отношения» (M = 24,76) и «Компетентность» (M = 24,73), тогда как наименьшая выраженность по шкалам «Автономность» (M = 23,31) и «Личностный рост» (M = 23,54). Данные различия носят умеренный характер, что указывает на относительно равномерное распределение показателей внутри выборки.

Результаты исследования компонентов жизнестойкости отражены на Рисунке 2, показатели измерены с помощью методики «Тест жизнестойкости С. Мадди».



Рисунок 2 – Средние значения показателей жизнестойкости в баллах

Наибольшая степень выраженности наблюдается по шкале «Контроль» (M = 10,93) и «Вовлечённость» (M = 10,91). Наименее выраженными оказались «Принятие риска» (M = 9,31). Общий показатель «Жизнестойкость» (M = 31,15) представляет собой сумму всех трёх шкал и является интегральным индикатором. Такая структура жизнестойкости отражает осторожный, ориентированный на стабильность стиль адаптации, характерный для еще профессионально неопределившихся молодых людей.

На рисунке 3 продемонстрированы результаты исследования карьерно-адаптационных способностей студентов педагогического колледжа, выполненные посредством методики «Шкала карьерно-адаптационных способностей (CAC)» М. Савикаса и Э. Порфели.



Рисунок 3 – Средние значения карьерно-адаптационных способностей студентов в баллах

Общий уровень карьерной адаптивности (интегральный показатель) свидетельствует об умеренной готовности к карьерному самоопределению, а также о наличии значительного потенциала для развития адаптационных ресурсов.

Наиболее выраженный компонент по субшкале «Заинтересованность» (~58%) означает, что студенты проявляют интерес к будущей профессии, стремятся понять, какую роль педагогика может играть в их жизни. Любознательность (~54%) – умеренный уровень указывает на то, что карьерные альтернативы могут восприниматься как ограниченные. Уверенность (~51%) может говорить о некоторой неуверенности, что согласуется с возрастными особенностями и отсутствием опыта профессиональной деятельности. Контроль (~44,5%) свидетельствует о сниженном ощущении ответственности за собственное карьерное развитие.

Анализ индивидуально-типологических особенностей будущих педагогов с использованием методики «Индивидуально-типологический опросник (ИТО)» Л.Н. Собчик, представленный на Рисунке 4, выявил следующую типологическую структуру: наиболее выраженной личностной характеристикой является тревожность (M=4,41), что соответствует возрастным особенностям подростково-юношеского периода и специфике профессионального обучения в педагогическом колледже. Уровень агрессивности (M=3,93) можно охарактеризовать как умеренно высокий, он может отражать склонность к напористости, защите личных границ и некоторую раздражительность в условиях стресса.



Рисунок 4 – Средние значения индивидуально-типологических особенностей студентов в баллах

Показатели по шкалам экстраверсии (M=3,69) и интроверсии (M=3,27) находятся в среднем диапазоне, что типично для данной возрастной группы и отражает гибкость поведения в зависимости от ситуации. Преобладание экстраверсии согласуется с выбором педагогической профессии. Умеренный уровень ригидности (M=3,54) указывает на склонность студентов к сохранению привычных форм поведения, устойчивость когнитивных и поведенческих установок. Показатели сензитивности (M=2,93) и лабильности (M=2,82) располагаются в нижней части среднего диапазона.

Корреляционный анализ с использованием коэффициента ранговой корреляции Пирсона показал, что между психологическим благополучием и адаптивными способностями студентов колледжа существуют некоторые взаимосвязи (Таблица 1).

Таблица 1 – Анализ значимых корреляций между показателями психологического благополучия и адаптивными способностями

Шкалы	Коррелируемые переменные		Коэффициент
1	Карьерная адаптивность	Личностный рост	0,242*
2	Контроль	Личностный рост	0,246*
3	Уверенность	Личностный рост	0,230*
4	Спонтанность	Личностный рост	-0,262*
5	Спонтанность	Жизненные цели	-0,255*
6	Интроверсия	Компетентность	-0,315**
7	Интроверсия	Позитивные отношения	-0,327**
8	Сензитивность	Жизненные цели	0,230*
9	Тревожность	Жизненные цели	0,233*
10	Шкала искренности	Компетентность	-0,257*
11	Шкала искренности	Личностный рост	-0,284*
12	Шкала искренности	Позитивные отношения	-0,298*

*Примечание: * – p <0,05; ** – p <0,01*

Выявлены прямые статистически значимые связи между уровнем личностного роста и общей карьерной адаптивностью, уровнем личностного роста и контролем, уровнем личностного роста и уверенностью. Такой комплекс связей может быть обусловлен тем, что процесс адаптации студентов-первокурсников к профессиональному обучению в колледже представляет собой целостную систему, где карьерные и эмоционально-личностные адаптивные ресурсы тесно переплетены и совместно влияют на психологическое благополучие.

Связь жизненных целей с сензитивностью и тревожностью раскрывает эмоционально-смысловое измерение адаптации. Первокурсник сталкивается с задачей интеграции своего прошлого опыта, текущей учебной реальности и будущих профессиональных перспектив – то есть с задачей формирования идентичности.

В ходе анализа результатов исследования выявлены следующие обратные статистически значимые взаимосвязи между:

– Уровнем компетентности (психологическое благополучие) и интроверсией как компонентом личностной адаптивности (r = -0,315; p <0,01) указывающие, что студенты с выраженной интроверсией склонны к заниженной самооценке своей эффективности и способности управлять окружающей средой. В контексте адаптации к новой образовательной среде это может быть связано с дефицитом обратной связи и социального подкрепления, которые экстраверты получают естественным образом через активное взаимодействие.

– Уровнем позитивных отношений (психологическое благополучие) и интроверсией (r = -0,327; p <0,01). Интровертированность как адаптивная стратегия экономии социальной энергии закономерно ограничивает количество и глубину контактов.

– Уровнем позитивных отношений и шкалой искренности (r = -0,284; p <0,05), уровнем личностного роста и шкалой искренности (r = -0,298; p <0,05). Это может означать, что студенты, которые в большей мере удовлетворены своими социальными связями в колледже, не испытывают потребности идеализировать себя, не нуждаются в создании искусственно позитивного образа «я».

– Уровнем жизненных целей и спонтанностью (r = -0,255; p <0,05), уровнем личностного роста и спонтанностью (r = -0,262; p <0,05). Импульсивность и ориентация на сиюминутные побуждения (спонтанность) затрудняют процесс долгосрочного целеполагания, являясь дезадаптивным

фактором, препятствующим формированию связной и осмысленной картины будущего. Также склонность к импульсивным действиям не позволяет личности в должной мере осуществлять рефлексивный анализ приобретаемого опыта и интегрировать его в целостную структуру собственного «Я».

– Уровнем компетентности и шкалой искренности (r = -0,257; p <0,05). Это позволяет предположить, что реалистичная, а не завышенная, самооценка своих способностей в новой учебной среде связана с меньшей потребностью в социально-желательных ответах.

В целом, такой комплекс обратных связей может быть связан с тем, что процесс адаптации студентов к профессиональному обучению сопровождается некоторым кризисным состоянием, где личностные черты, изначально выполняющие адаптивную функцию, могут временно становиться препятствием для психологического благополучия.

Выводы. Комплекс выявленных связей иллюстрирует, что успешная адаптация студентов – это внутренняя работа по интеграции нового опыта в устойчивую структуру личности, требующая рефлексии, искренности с собой и формирования реалистичной самооценки.

В отношении качеств личностной адаптивности связь с благополучием носит дифференцированный характер: интроверсия выступает как фактор риска, снижая оценку своей компетентности и удовлетворённости отношениями из-за дефицита социальной обратной связи; спонтанность препятствует смылообразованию, негативно влияя на ясность жизненных целей и осознание личностного роста. В то же время сензитивность и тревожность могут выполнять адаптивную функцию, стимулируя рефлексию и целеполагание, а искренность оказывается устойчивым показателем ключевых компонентов благополучия, отражая реалистичную самооценку в новой среде.

Исходя из результатов исследования, представляется целесообразным разработать и внедрить в практику психолого-педагогического сопровождения целостную программу развития адаптивности, направленную на формирование у студентов педагогических колледжей карьерных и личностных ресурсов.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Богомолов А.М. Адаптационный потенциал личности: определение, функции, структура // Ананьевские чтения-2006: Материалы науч.-практ. конф. / Под ред. Л.А Цветковой, А.А. Крылова. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2006. С. 333-334.
2. Гаппарова Д. Х. Взаимосвязь адаптивных способностей и позитивной учебной мотивации в зависимости от места проживания и обучения / Д. Х. Гаппарова // Академическая публицистика. – 2024. – № 5-1. – С. 488-506.
3. Григорьева М.В. Способности и готовность личности к адаптации как ресурсы жизнеспособности // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 220-230
4. Ермакова Е. С. Креативность, самоактуализация и субъективное благополучие студентов // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. -2023. - № 2. - С. 169-186. DOI 10.35231/18186653_2023_2_169
5. Казаков А.В. Уровень субъективного благополучия студентов-первокурсников в образовательной среде вуза // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2024. Т. 30, № 4. С. 90-98. https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-4-90-98
6. Кедун Л. С. Адаптационные способности личности: научные подходы и сущностные характеристики: сборник трудов конференции. / Л. С. Кедун, А. С. Бархударян // Общество, педагогика, психология: материалы Всерос. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 11 сент. 2020 г.) / редкол.: Ж. В. Мурзина [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2020. – С. 9-12.
7. Кузнецов Н. В. Характер взаимосвязи мотивации учебной деятельности и психологического благополучия студентов / Н. В. Кузнецов, Е. В. Кузнецова // Конструктивные педагогические заметки. – 2024. – № 1(21). – С. 205-209. – https://elibrary.ru/item.asp?id=59552895
8. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14—37. https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02.
9. Маклаков А. Г. М15 Общая психология. — СПб.: Питер, 2001. — 592 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»). ISBN 5-272-00062-5
10. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности: формы, механизмы и

стратегии, Ереван, Издательство АН АрмССР, 1988. - 263 с.
11. Пакулина С.А. Адаптивные способности студентов педагогического вуза: структура, факторы и средства развития / С.А. Пакулина. М.: Изд-во СГУ, 2008.
12. Пакулина С.А. Психологическая диагностика мотивации достижения успеха студентов педагогического вуза / С.А. Пакулина // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2008. № 12 (88).
13. Пономаренко А. А. Особенности психологического благополучия студентов колледжей творческого и технического направлений // Человеческий капитал. 2023. № 5 (173). С. 317–325. https://doi.org/ 10.25629/HC.2023.05.33.
14. Ушаков И.Б., Богомолов А.В., Гридин Л.А., Кукушкин Ю.А. Методологические подходы к диагностике и отимизации функционального состояния специалистов операторского профиля. М.: Медицина, 2004. - 135 с.
15. Филиппова С. А. Социальный портрет психологического благополучия студенческой молодежи // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2023. Вып. 4 (50). С. 170-178. https://doi.oig/10.23951/2307-6127-2023-4-170-178
16. Хотеева Р. И. Клинико-психологические аспекты социального благополучия личности / Р. И. Хотеева // Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. – 2023. – Т. 6, № 2(19). – С. 19-27. – DOI 10.54072/26586568_2023_6_2_19. – https://elibrary.ru/item.asp?id=54985762
17. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. - Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. - 320 p.
18. Ryff C.D. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995 – Vol. 69 – P. 719-727.
19. Ryff, C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology,1989. Vol. 57. No. 6. P. 1069–1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069

SCIENCE & EDUCATION
IN THE 21ST CENTURY