

## МЕТОДЫ И МЕТОДОЛОГИЯ

DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.06

### Правильная ссылка на статью:

Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117—142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.

### For citation:

Osин E. N., Leontiev D. A. (2020) Brief Russian-Language Instruments to Measure Subjective Well-Being: Psychometric Properties and Comparative Analysis. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*. No. 1. P. 117—142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.



**Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев**  
**КРАТКИЕ РУССКОЯЗЫЧНЫЕ ШКАЛЫ ДИАГНОСТИКИ**  
**СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ: ПСИХОМЕТРИЧЕСКИЕ**  
**ХАРАКТЕРИСТИКИ И СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ**

КРАТКИЕ РУССКОЯЗЫЧНЫЕ ШКАЛЫ  
ДИАГНОСТИКИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛА-  
ГОПОЛУЧИЯ: ПСИХОМЕТРИЧЕСКИЕ  
ХАРАКТЕРИСТИКИ И СРАВНИТЕЛЬ-  
НЫЙ АНАЛИЗ

BRIEF RUSSIAN-LANGUAGE INSTRU-  
MENTS TO MEASURE SUBJECTIVE  
WELL-BEING: PSYCHOMETRIC PROP-  
ERTIES AND COMPARATIVE ANALYSIS

ОСИН Евгений Николаевич — кандидат психологических наук, доцент департамента психологии, заместитель заведующего Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия  
E-MAIL: [evgeny.n.osin@gmail.com](mailto:evgeny.n.osin@gmail.com)  
<http://orcid.org/0000-0003-3330-5647>

Evgeny N. OSIN<sup>1</sup> — Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor at the Department of Psychology; Deputy Head of the International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation  
E-MAIL: [evgeny.n.osin@gmail.com](mailto:evgeny.n.osin@gmail.com)  
<http://orcid.org/0000-0003-3330-5647>

<sup>1</sup> National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia

*ЛЕОНТЬЕВ Дмитрий Алексеевич — доктор психологических наук, профессор, зав. Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия*  
*E-MAIL: dmleont@gmail.com*  
*<https://orcid.org/0000-0003-2252-9805>*

*Dmitry A. LEONTIEV<sup>1</sup> — Dr. Sci. (Psychology), Professor, Head of the International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation*  
*E-MAIL: dmleont@gmail.com*  
*<https://orcid.org/0000-0003-2252-9805>*

<sup>1</sup> National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia

**Аннотация.** В статье дан краткий обзор основных возможностей и ограничений модели субъективного благополучия Э. Динера, а также существующих русскоязычных методик для измерения различных характеристик благополучия. Представлены два исследования, посвященных русскоязычной валидации популярных инструментов для измерения благополучия. В первом исследовании изучаются психометрические характеристики Шкалы субъективного счастья С. Любомирски и Шкалы удовлетворенности жизнью Э. Динера на большой выборке взрослых, представителей различных социальных групп (N=7091). Оба русскоязычных инструмента демонстрируют теоретически ожидаемую структуру, высокую надежность и предсказуемые связи с другими индикаторами субъективного благополучия, конструктивного мышления и позитивного функционирования. Во втором исследовании на выборке онлайн-панели (N=1021), стратифицированной по федеральным округам России, изучена валидность опросника «Спектр психологического благополучия» К. Киза, включающего шкалы эмоционального, социального и психологического благополучия. Изучены связи его показателей с другими индикаторами субъективного благополучия и качества жизни. Результаты свидетельствуют о структурной валид-

**Abstract.** The paper overviews the model of subjective well-being proposed by E. Diener and the existing Russian-language instruments tapping into different aspects of well-being. The authors present two studies aimed at Russian-language validation of popular well-being measures. The first study analyzes the psychometric properties of Subjective Happiness Scale by S. Lyubomirsky and Satisfaction with Life Scale by E. Diener in a large sample of adults representing various social groups (N=7091). The Russian-language versions of both instruments show theoretically predicted structure, high internal consistency and predictable link with a range of other measures of subjective well-being, constructive thinking, and positive functioning. The second study involving respondents from an online panel (N=1021) stratified across Russian federal districts is focused on validation of the Mental Health Continuum questionnaire by C. Keyes which measures emotional, social, and psychological well-being. The authors study the relationship between its scales and other indicators of subjective well-being and life quality. The results support the structural validity and indicate high reliability of scales. The authors present the stimulus materials for all three measures which can be used in well-being research in Russian-language samples.

ности и высокой надежности показателей методики. В приложении представлен стимульный материал методик, которые могут быть использованы в рамках мониторинговых исследований благополучия на русскоязычных выборках.

**Ключевые слова:** счастье, удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие, психологическое благополучие

**Keywords:** happiness, satisfaction with life, subjective well-being, psychological well-being

**Благодарность.** Статья подготовлена при поддержке Российского научного фонда, проект № 18-18-00341.

**Acknowledgments.** The paper is supported by Russian Science Foundation, project no. 18-18-00341.

### **Конструкт субъективного благополучия и подходы к его измерению**

Понятие субъективного благополучия (subjective well-being) появилось в психологии в 1970-е гг., когда в круг объектов научной психологии вошла древняя философская проблема счастья и встал вопрос о путях его эмпирического исследования. Философские дискуссии вокруг проблемы счастья и благополучия и их отголоски в современной психологии освещены в отдельной публикации [Леонтьев, 2020а; см. также Леонтьев, 2011а]; здесь мы ограничимся методологическими и методическими аспектами проблемы.

Первоначально понятие субъективного благополучия было предложено как операциональный аналог довольно размытого и противоречивого понятия счастья, которое само по себе малопригодно в качестве инструмента научных исследований [Diener, 1984]. Более конкретно, речь идет только о таком понимании счастья (возможны и другие), которое считает единственно адекватной субъективную самооценку человека, насколько он счастлив. Эта линия исследований, во-первых, наиболее ранняя (первая обобщающая работа относится к 1984 г.), во-вторых, наиболее методически проработанная и, в-третьих, наиболее многочисленная: работы в ее русле исчисляются тысячами. Вот три главные особенности подхода в терминах субъективного благополучия [ibid.]:

1. это субъективистский подход, связанный с тем принципом, что единственный способ оценить счастье человека — спросить его об этом;
2. этот подход основывается на методах прямого измерения позитивных аспектов жизни, а не отсутствия негативных факторов;
3. это суммарная, глобальная оценка всех аспектов жизни, хотя делаются и работы по оценке отдельных областей жизни: супружеской удовлетворенности, удовлетворенности трудом и т. д.

Можно определить субъективное благополучие как генерализованную квантифицируемую оценку самим субъектом того, насколько его жизнь в целом близ-

ка к максимально желательному состоянию. Именно парадигма субъективного оценивания, на которую он опирается, отличает конструкт субъективного благополучия от близких и часто смешиваемых с ним конструктов — «психологического благополучия», представляющего собой оценку выраженности личностных предикторов счастья [Ryff, Keyes, 1995; Леонтьев, 2011б], и качества жизни, представляющего собой объективную оценку благоприятности внешних условий жизни для благополучия [Леонтьев, 2020]. Сторонний наблюдатель не в состоянии оценить счастье другого, как не могут помочь оценить его и никакие объективные достоинства и блага, имеющиеся у человека.

Понятие субъективного благополучия выступает сравнительно точным научным эквивалентом понятия счастья, рассматриваемого в парадигме субъективного переживания. Само по себе переживание счастья носит комплексный характер: оно включает в себя эмоциональные переживания, относящиеся к разным временным модальностям — прошлому, настоящему и будущему, — и включает в себя такие разные компоненты, как удовольствие и удовлетворение [Seligman, 2002: 62]. Удовольствие имеет сильный чувственный, эмоциональный, гедонистический компонент: экстаз, восторг, оргазм, комфорт, наслаждение и т. д., и практически не соотносится с познавательными процессами. Удовлетворение характеризует занятия, в которые мы вовлекаемся, но которые не обязательно сопровождаются такими чувственными компонентами. Наиболее распространенные методы прямого измерения субъективного благополучия, которые при очень простой структуре имеют хорошие психометрические показатели, — это шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера [Diener et al., 1985] и шкала субъективного счастья С. Любомирски [Lyubomirsky, Lepper, 1999]. Первая методика в несколько большей степени отражает рефлексивно-оценочные компоненты субъективного благополучия, а вторая — его эмоционально-чувственные компоненты.

Наиболее распространенная модель субъективного благополучия, предложенная Э. Динером [Diener, 1984] на основе более ранних работ [Andrews, Whitey, 1976] включает три компонента, отражающих когнитивную оценку жизни (удовлетворенность жизнью) и ее эмоциональную сторону (высокий уровень положительных эмоций и низкий уровень отрицательных эмоций). К этому времени уже было известно, что положительные и отрицательные эмоции продуктивно рассматривать как два сравнительно независимых измерения, обнаруживающих значимую, но не очень высокую обратную корреляцию: большое количество положительных эмоций связано лишь с небольшим уменьшением отрицательных эмоций, и наоборот [Diener, 1984], причем с расширением границ временного интервала при ретроспективной оценке эта связь еще более уменьшается [Diener, Emmons, 1984].

Главными достоинствами конструкта субъективного благополучия являются его простота и универсальность: его определение и процедуры измерения не привязаны к конкретным характеристикам жизненных условий или содержанию деятельности. Многочисленные исследования свидетельствуют о валидности субъективного благополучия: этот конструкт демонстрирует как корреляционные, так и причинные связи с показателями соматического и психического здоровья, успешности в различных сферах жизни и другими переменными [Diener, Tay, 2017; Diener, Oishi, Tay, 2018].

Вместе с тем психометрически этот конструкт выглядит неоднозначным: показатели, входящие в его состав (позитивный аффект, негативный аффект и удовлетворенность жизнью), можно рассматривать как индикаторы единого фактора, компоненты единой системы, связанные причинно-следственными связями, или же как три отдельных феномена [Busseri, Sadava, 2011]. Аффективные и когнитивные индикаторы субъективного благополучия хорошо коррелируют, но демонстрируют несколько различные закономерности: показатели аффекта в большей степени подвержены влиянию текущих жизненных событий и сильнее связаны с устойчивыми личностными диспозициями (экстраверсия и нейротизм), тогда как показатели удовлетворенности жизнью более стабильны и теснее связаны с жизненными условиями, такими как уровень дохода или наличие работы [Тов, 2018]. Более того, даже отдельные позитивные эмоции могут отражать содержательно различные психологические процессы, связанные, соответственно, с поддержанием гомеостаза и с его преодолением и ростом [Vittersø, 2016]. Так стоит ли, с учетом перечисленных соображений, рассматривать субъективное благополучие как единый конструкт? На наш взгляд, ответ на этот вопрос определяется исключительно тем, интересуют ли исследователя общие закономерности, единые для всех компонентов субъективного благополучия, или специфичные для отдельных его составляющих.

Простота и отсутствие привязки к содержательному контексту (жизни, деятельности) являются не только достоинствами конструкта субъективного благополучия, но одновременно и его ограничениями. Для разных людей один и тот же уровень удовлетворенности может характеризовать как приятную, но пассивную и бессмысленную жизнь, так и жизнь активную, осмысленную, но полную трудностей. С учетом этого соображения субъективное благополучие выглядит важным, но не единственным и отнюдь не исчерпывающим критерием позитивного функционирования: пользуясь метафорой В. Франкла [Франкл, 1990], можно сказать, что оно выглядит плоскостью, на которую фигуры различной сложности, такие как шар, пирамида или цилиндр, могут иметь одинаковую проекцию. Счастье, как правило, связано с удовольствием, но не всякое удовольствие есть счастье.

Осознание этого факта привело к разделению в исследованиях конструктов гедонистического благополучия (гедонии, связанной с пассивным состоянием удовольствия) и эвдемонического благополучия (эвдемонии, процветания, позитивного функционирования, активной и осмысленной жизни) [Waterman, 2013; Леонтьев, 2020а]. Первоначально гедония и эвдемония рассматривались как полюса дихотомии, и понятие субъективного благополучия зачастую отождествлялось с гедонистическим благополучием [Bonniwell, Henry, 2007]. Однако теоретические соображения и накопленные эмпирические данные свидетельствуют о непродуктивности такого отождествления. На уровне конкретной ситуации (или в условиях текущей оценки) как гедонистические и эвдемонические мотивы [Huta, 2016], так и соответствующие им процессы сохранения и преодоления гомеостаза [Vittersø, 2016] демонстрируют достаточно слабые связи и выглядят скорее взаимоисключающими. Однако при измерении в условиях ретроспективной оценки и на уровне личностных диспозиций гедония и эвдемония показывают достаточно тесные связи [Huta, 2016]: в жизни большинства людей стремление к смыслу, выводя-

щему за пределы «зоны комфорта», и стремление к удовольствию не исключают друг друга, даже если реализуются в разных ситуациях.

В отличие от субъективного благополучия, которое понимается однозначно, понятие эвдемонии еще находится в процессе становления: существует более десятка теоретических моделей процветания [см. Waterman, 2013; Huta, Waterman, 2014]. Сам переход от термина «эвдемоническое благополучие» к термину «эвдемония» связан с признанием того, что последняя представляет собой не столько состояние, сколько определенный способ жизни, связанный с достаточно широким спектром субъективных переживаний.

Открытым пока остается вопрос о месте субъективного благополучия в контексте понятий гедонии и эвдемонии: по данным эмпирических исследований, оба типа индикаторов демонстрируют позитивные связи с субъективным благополучием. Согласно точке зрения К. Шелдона [Sheldon, 2016], субъективное благополучие стоит рассматривать как неспецифический субъективный индикатор хорошего протекания жизненных процессов, конкретное содержание и уровень сложности которых могут различаться у разных индивидов. Исходя из этой точки зрения, лишь субъективное благополучие является собственно «благополучием», а переменные, входящие в разные определения эвдемонии, разумнее считать его предикторами. По мнению же В. Хуты [Huta, 2014, 2016], эвдемония является не только формой поведения, но и особой формой благополучия со своими феноменологическими индикаторами (это высшие эмоции, такие как чувство ценности и смысла выполняемой деятельности, вдохновение, благоговение, витальность и др.), а неспецифический характер субъективного благополучия объясняется тем, что в процедурах его измерения феноменологические индикаторы гедонии и эвдемонии, как правило, смешаны. Решение этого вопроса представляет ближайшую задачу для исследований эвдемонии.

### **Диагностика благополучия в психологии**

В массовых опросах, с которых начались исследования благополучия, нередко используются инструменты из одного пункта (например, «Принимая во внимание все стороны жизни, насколько Вы удовлетворены своей жизнью в целом в настоящее время?», «Учитывая все стороны Вашей жизни, насколько Вы счастливы?», которые используются в European Social Survey). Однако применительно к психологическим конструктам (в отличие от объективных фактов) шкалы из одного пункта могут обладать ограниченной надежностью и валидностью по сравнению с более сложными инструментами, обеспечивающими более высокое качество измерений [Wanous, Reichers, Hudy, 1997].

Для измерения субъективного благополучия в рамках модели Э. Динера используются в комбинации индикаторы позитивных и негативных эмоций, такие как шкалы позитивного и негативного аффекта (PANAS) [Watson, Clark, Tellegen, 1988] или шкала позитивных и негативных переживаний (SPANE) [Diener et al., 2009], а также удовлетворенности жизнью — такие как шкала удовлетворенности жизнью (SWLS; ШУЖ) [Diener et al., 1985]. К этой же группе методик можно отнести шкалы, нацеленные на отдельные позитивные эмоции, такие как шкала субъективного счастья [Lyubomirsky, Lepper, 1999] или шкалы витальности как диспозиции и как состояния



[Ryan, Frederick, 1997], а также индикаторы удовлетворенности жизнью по областям, такие как индекс персонального благополучия (PWI) [International Wellbeing Group, 2013]. Однако для сопоставимости результатов с данными других исследований стоит использовать как минимум когнитивные и эмоциональные индикаторы в комбинации. Достоинством методик этой группы является то, что они измеряют *симптомы* благополучия и не привязаны к конкретному теоретическому контексту.

Другая группа методик нацелена на измерение эвдемонии, операционализируя ту или иную ее теоретическую модель. К таким методикам относятся Шкалы психологического благополучия [Ryff, Keyes, 1995], измеряющие шесть компонентов благополучия, согласно модели К. Рифф (личностный рост, принятие себя, цель в жизни, автономия, управление средой, позитивные отношения), методика «Спектр психологического здоровья (краткая версия)» (MHC-SF) [Keyes, 2009], включающая индикаторы психологического, социального и эмоционального благополучия, методика «Гедонистические и эвдемонические мотивы деятельности» (HEMA) [Huta, Ryan, 2010] и др. В отличие от методик первой группы, эти шкалы направлены не только на симптомы благополучия, но и на характеристики психологических процессов, лежащих в его основе и описанных в той или иной теоретической модели. Однако в зависимости от выбора инструмента результаты исследований могут существенно различаться.

Наконец, к третьей группе методик можно отнести шкалы качества жизни [Рассказова, 2012б], измеряющие достаточно широкий и разнородный набор индикаторов благополучия без жесткой привязки к теоретическому контексту. К таким методикам относятся шкала качества жизни ВОЗ (WHOQOL-BREF) [Skevington, Lotfy, O'Connell, 2004], опросник качества жизни и удовлетворенности (Q-Les-Q) [Endicott et al., 1993; Рассказова, 2012а), опросник качества жизни М. Фриша (QOL) [Frisch et al., 2005; Рассказова и др., 2019], Оксфордский опросник счастья (OHQ) [Hills, Argyle, 2002], шкала психического благополучия Варвик-Эдинбург [Tennant et al., 2007]. Хотя эти инструменты демонстрируют высокую надежность и конвергентную валидность (соответствие получаемых результатов) по отношению к инструментам из двух первых групп, в них зачастую смешаны характеристики собственно позитивного функционирования и удовлетворенности им, а также симптомы благополучия и его предикторы [Kashdan, 2004; Рассказова, 2012б], что создает проблемы с теоретической интерпретацией полученных связей и различий. Хотя эти методики могут быть полезными в прикладных исследованиях или при проверке интервенций, проблемы с конструктивной и дискриминантной валидностью (эти методики нацелены на достаточно размытые конструкты и включают весьма широкий набор индикаторов) осложняют их использование в фундаментальных исследованиях благополучия.

В настоящей статье представлены два исследования, посвященных русскоязычной валидации нескольких широко используемых методик для оценки субъективного благополучия. Мы стремились оценить структурную валидность (соответствие методик теоретически ожидаемой структуре), а также их конвергентную и дискриминантную валидность (соответствие эмпирически наблюдаемых связей теоретически ожидаемым) относительно других известных индикаторов благополучия и социально-демографических переменных.

## Исследование 1

Целью исследования 1 стала русскоязычная валидизация двух экспресс-шкал диагностики субъективного благополучия. Первые результаты (2004—2007) апробации методик были представлены в тезисах доклада [Осин, Леонтьев, 2008], и с тех пор методики использовались более чем в 200 исследованиях (по данным РИНЦ).

### Методы

Общий объем выборки составил 7091 человек, среди которых — посетители психологических веб-сайтов (N=5039, часть респондентов заполнили только одну из двух методик), студенты различных специальностей вузов Москвы, Таганрога и Петропавловска-Камчатского (N=904), а также взрослые добровольцы. В число респондентов вошли 70,04 % женщин и 29,96 % мужчин (средний возраст: 23,34, SD = 8,30).

Инструментами исследования были *шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера* (ШУЖ) [Diener et al., 1985] и *шкала субъективного счастья С. Любомирски* (ШСС) [Lyubomirsky, Lepper, 1999]. На русский язык ШУЖ и ШСС были переведены Д. А. Леонтьевым и опубликованы в популярном издании [Леонтьев, 2004]. На протяжении 15 лет ШУЖ и ШСС использовались в ряде исследований, проводившихся группой по изучению личностного потенциала кафедры общей психологии факультета психологии МГУ (2004—2010), а впоследствии лабораторией проблем развития личности учащихся с ОВЗ МГППУ (2009—2012), лабораторией позитивной психологии и качества жизни НИУ ВШЭ (2011—2014), Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ (с 2014). По итогам первичной апробации была модифицирована формулировка последнего пункта ШСС с целью уточнения перевода. Текст методик представлен на врезке.

### Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера

Ниже даны утверждения, с которыми Вы можете согласиться или не согласиться. Выразите степень Вашего согласия с каждым из них, поставив перед соответствующим утверждением оценку от 1 до 7:

1	2	3	4	5	6	7
Полностью не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Нечто среднее	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен

\_\_\_ В основном моя жизнь близка к идеалу.

\_\_\_ Обстоятельства моей жизни исключительно благоприятны.

\_\_\_ Я полностью удовлетворен моей жизнью.

\_\_\_ У меня есть в жизни то, что мне по-настоящему нужно.

\_\_\_ Если бы мне пришлось жить еще раз, я бы оставил все как есть.



### Шкала субъективного счастья С. Любомирски

Для каждого из четырех утверждений выберите, пожалуйста, одну из семи цифр, наиболее точно выражающую Ваше ощущение:

1. В целом я считаю себя:

1	2	3	4	5	6	7
не особенно счастливым(ой)						очень счастливым(ой)

2. По сравнению с большинством сверстников, я:

1	2	3	4	5	6	7
менее счастлив(а)						более счастлив(а)

3. Некоторые люди обычно очень счастливы. Они получают удовольствие от жизни, что бы ни происходило, беря от жизни все. Насколько это похоже на Вас?

1	2	3	4	5	6	7
совсем не похоже						в большой степени

4. Некоторые люди обычно не особенно счастливы. Хотя они и не страдают депрессией, похоже, они никогда не бывают так счастливы, как могли бы быть. Насколько это похоже на Вас?

1	2	3	4	5	6	7
совсем не похоже						в большой степени

Для оценки конвергентной и дискриминантной валидности ШУЖ и ШСС на отдельных выборках использовались индикаторы психологического благополучия и позитивного функционирования: шкала позитивного и негативного аффекта [Watson, Clark, Tellegen, 1988; Осин, 2012], опросник «Спектр психологического здоровья» (MHC-SF) [Keyes, 2009; Žemojtel-Piotrowska et al., 2018], шкала субъективной витальности как диспозиции Р. Райана и К. Фредерик [Ryan, Frederick, 1997; Александрова, 2014], шкала удовлетворенности базовых потребностей М. Ганье и Э. Деси [Deci, Ryan, 2000; Gagné, 2003; Ягяев, Осин, Гордеева, 2015], опросник субъективного отчуждения [Осин, 2007], дифференциальный опросник переживания одиночества [Осин, Леонтьев, 2013], тест смысловых ориентаций [Леонтьев, 1992], тест жизнестойкости [Леонтьев, Рассказова, 2006], тест диспозиционного оптимизма [Гордеева, Сычев, Осин, 2010], опросник СТОУН-10 [Гордеева и др., 2019], а также шкала общей самооценки [Шварцер, Ерусалем, Ромек, 1996]. Статистически достоверные прямые связи показателей обеих методик между собой и с другими показателями благополучия должны свидетельствовать об их конвергентной валидности, при этом ШСС должна демонстрировать более выраженные связи с эмоциональными индикаторами благополучия, а ШУЖ — с когнитивными оценками жизни и жизненных условий.

## Результаты и обсуждение

### *Структура и надежность*

Для проверки структуры методик использовался конфирматорный факторный анализ в Mplus 8.4 на основе однофакторной модели с робастной статистикой хи-квадрат Саторра-Бентлера (MLM). Для оценки надежности использовались коэффициент  $\alpha$  Кронбаха, а также рассчитываемый на основе факторной модели коэффициент  $\rho$  Райкова [Raykov, 1997], известный как  $\omega$  Макдональда [McDonald, 1999].

Для ШУЖ теоретическая модель показала отличное соответствие данным ( $\chi^2 = 10,98$ ,  $df = 5$ ,  $p = 0,051$ ; CFI = 0,995; RMSEA = 0,041 [0,000; 0,074]; SRMR = 0,019), стандартизованные факторные нагрузки пунктов 1—5 составили 0,82, 0,64, 0,88, 0,56 и 0,59. Показатели внутренней согласованности ( $\alpha = 0,82$ ,  $\rho = 0,82$ ) свидетельствовали о высокой надежности шкалы.

Для ШСС теоретическая модель показала приемлемое соответствие данным ( $\chi^2 = 27,55$ ,  $df = 2$ ,  $p < 0,001$ ; CFI = 0,981; RMSEA = 0,108 [0,074; 0,145]; SRMR = 0,024), стандартизованные факторные нагрузки пунктов 1—4 составили 0,85, 0,78, 0,75 и  $-0,64$ , соответственно. Мы предположили, что расхождение модели с данными обусловлено ковариацией остатков пунктов 3 и 4, так как эти утверждения, в отличие от остальных, сформулированы проецивно. После внесения этого параметра модель соответствовала данным идеально ( $\chi^2 = 0,01$ ,  $df = 1$ ,  $p = 0,93$ ), корреляция остатков пунктов составила  $-0,23$ . Показатели внутренней согласованности ( $\alpha = 0,84$ ,  $\rho = 0,83$ ) также свидетельствовали о высокой надежности шкалы.

Ряд исследований, выполненных на основе классической и современной тестовой теории [см. напр.: O'Connor, Crawford, Holder, 2015], свидетельствуют о том, что 4 пункт ШСС вносит лишь небольшой вклад в общий показатель шкалы. Это может быть обусловлено как его обратным направлением, так и сложной, двойной формулировкой, которая предлагает соотнести себя с людьми не депрессивными, но и не счастливыми. Наши результаты в целом согласуются с этими данными: по итогам анализа в рамках классической тестовой теории, связь последнего пункта с общим показателем варьирует от выборки к выборке и может зависеть от уровня внимательности респондентов. В лучшем случае этот пункт вносит небольшой вклад в надежность шкалы (при его исключении  $\alpha$  снижается с 0,84 до 0,82). Анализ в рамках IRT (модель GRM в Mplus, статистика MLR) в целом воспроизводит результаты O'Коннора и коллег (плоская информационная функция пункта 4, эквивалентность результатов при его исключении). Эти результаты говорят о возможности использования версий ШСС из 4 и 3 пунктов (ниже приведены результаты для версии из 4 утверждений).

### *Описательная статистика*

Распределение показателей по обеим шкалам близко к нормальному и демонстрирует небольшую правостороннюю асимметрию для ШСС (форма распределения существенно не различается для версии из 3 и 4 пунктов). Описательные статистики, представленные в табл. 1, могут быть использованы в качестве ориентировочных норм для анонимных русскоязычных выборок (например, по ШУЖ баллы 16 и ниже можно считать низкими, 25 и выше — высокими).

Таблица 1. **Описательная статистика для показателей ШУЖ и ШСС (N=5054)**

	<b>ШУЖ</b>	<b>ШСС 4 пункта</b>	<b>ШСС 3 пункта</b>
M (SD), вся выборка	20,81 (6,24)	18,33 (5,24)	13,46 (4,10)
Асимметрия (Экссесс)	-0,13 (-0,53)	-0,46 (-0,27)	-0,47 (-0,27)
Границы квартилей	16; 25	15; 22	11; 17
M (SD), мужчины	19,69 (6,36)	17,36 (5,48)	12,68 (4,29)
M (SD), женщины	20,85 (5,99)	18,50 (5,12)	13,58 (4,01)
Гендерные различия, d	0,19	0,22	0,22

Гендерные различия в суммарных баллах по шкалам оказались статистически достоверными, однако небольшими по размеру эффекта и могут быть связаны с особенностями выборки. Для более точного анализа гендерных и возрастных различий в показателях методик необходимы данные с репрезентативных выборок.

#### *Конвергентная и дискриминантная валидность*

На объединенной выборке ШСС и ШУЖ хорошо коррелируют между собой ( $r = 0,70$  и  $0,72$  для версий ШСС из 4 и 3 пунктов, соответственно). Таким образом, общая доля в дисперсии двух шкал составляет примерно 50%, а с учетом поправки на надежность — примерно 75% ( $r_{\text{corr}} = 0,86$ ), что свидетельствует о тесной взаимосвязи конструкторов удовлетворенности жизнью (когнитивной оценки соответствия действительных жизненных обстоятельств желаемым) и субъективного счастья как эмоционального отражения этой оценки.

Данные о связях русскоязычных версий ШУЖ и ШСС с другими индикаторами позитивного функционирования на выборках студентов различных специальностей представлены в табл. 2.

Таблица 2. **Корреляции ШУЖ и ШСС с показателями благополучия и конструктивного мышления**

	<b>N</b>	<b>ШУЖ, r</b>	<b>ШСС, r</b>
Позитивный аффект	126	0,29**	0,41***
Негативный аффект	126	-0,35***	-0,32***
Континуум психического здоровья	148	0,59***	0,56***
Эмоциональное благополучие	148	0,59***	0,65***
Социальное благополучие	148	0,46***	0,32***
Психологическое благополучие	148	0,48***	0,49***
Витальность диспозиционная	85	0,37***	0,63***
Потребность в автономии	126	0,34***	0,29**
Потребность в компетентности	126	0,43***	0,25**
Потребность в связанности	126	0,41***	0,39***
Отчуждение (ОСО)	787	-0,45***	-0,48***
Общее одиночество (ДОПО)	787	-0,53***	-0,57***
Осмысленность жизни (СЖО)	284	0,59***	0,58***
Жизнестойкость	83	0,58***	0,62***

	<b>N</b>	<b>ШУЖ, r</b>	<b>ШСС, r</b>
Диспозиционный оптимизм	126	0,46***	0,62***
Оптимистический атрибутивный стиль	78	0,48***	0,48***
Самозффективность общая	285	0,22***	0,36***

Полученные связи подтверждают конвергентную и дискриминантную валидность различных показателей субъективного благополучия. ШСС демонстрирует более тесные связи с индикаторами эмоционального благополучия, витальности и позитивного аффекта, а ШУЖ — с оценкой жизненных условий (социальное благополучие, удовлетворенность базовых психологических потребностей). Показатели конструктивного мышления (жизнестойкость, оптимизм, самозффективность) демонстрируют выраженные связи с обеими шкалами. Наконец, индикаторы конструктов, описывающих характеристики отношений с миром и соотносимых с понятием эвдемонии как активной осмысленной деятельности, связывающих человека с миром (жизнестойкость, отчуждение, одиночество, осмысленность жизни), также демонстрируют довольно тесные связи с обеими шкалами.

Результаты свидетельствуют о том, что русскоязычные шкалы субъективного счастья и удовлетворенности жизнью обладают достаточно высокими психометрическими характеристиками, демонстрируют устойчивые взаимосвязи с широким рядом показателей субъективного и психологического благополучия и могут быть использованы в социологических и психологических исследованиях. Задачей дальнейших исследований в российском контексте может стать изучение взаимосвязи субъективного счастья и удовлетворенности жизнью с социодемографическими характеристиками респондентов, а также изучение индивидуальной и групповой динамики этих показателей в ответ на жизненные и социальные события.

## Исследование 2

Целью исследования стала совместная русскоязычная валидизация нескольких популярных инструментов для измерения психологического благополучия на достаточно большой и репрезентативной выборке.

### Методы

Опрос был проведен на основе онлайн access-панели Online Market Intelligence (<http://www.omirussia.ru>) в сентябре 2018 г. Выборка квотировалась по таким характеристикам, как пол, возраст, образование, федеральный округ, размер населенного пункта. В опросе принял участие 1021 респондент, в том числе 52,4% женщин и 47,6% мужчин в возрасте от 18 до 84 лет ( $M=45,7$ ,  $SD=14,0$ ) с высшим или неполным высшим (44,0%), средним специальным (40,4%), неполным средним или начальным профессиональным образованием (15,6%).

### Инструменты

Спектр психологического здоровья (МНС) [Keyes, 2009] опирается на модель континуума психологического здоровья К. Киза, согласно которой психологическое здоровье и психическая болезнь представляют собой независимые (ортогональные)

измерения. Опросник включает 14 утверждений, описывающих различные переживания, частоту которых за прошедший месяц респондентам предлагается оценить по 6-балльной шкале. Утверждения сгруппированы в три шкалы: эмоциональное гедонистическое благополучие (утверждения 1—3, отражающие позитивные эмоции), социальное эвдемоническое благополучие (утверждения 5—8, отражающие вклад в общество, ощущение принадлежности, развития, принятия и связности общества), психологическое эвдемоническое благополучие (утверждения 9—14, содержание которых соответствует компонентам модели психологического благополучия К. Рифф и отражает принятие себя, управление окружением, позитивные отношения, личностный рост, автономию и наличие цели в жизни) [Żemojtel-Piotrowska et al., 2018]. Полный текст опросника представлен на врезке.

### Опросник «Спектр психологического здоровья»

Пожалуйста, для каждого утверждения выберите ответ, который наилучшим образом отражает Ваши ощущения и чувства.

За прошедший месяц, насколько часто Вы чувствовали...	Никогда (0)	Один или два раза (1)	Примерно раз в неделю (2)	Примерно 2—3 раза в неделю (3)	Почти каждый день (4)	Каждый день (5)
1. Счастье	0	1	2	3	4	5
2. Интерес к жизни	0	1	2	3	4	5
3. Удовлетворение жизнью	0	1	2	3	4	5
4. Что Вы можете сделать что-то важное для общества	0	1	2	3	4	5
5. Что Вы являетесь частью общности (группы, коллектива, района и т. д.)	0	1	2	3	4	5
6. Что жить в нашем обществе хорошо (или становится лучше) для всех людей	0	1	2	3	4	5
7. Что люди по сути своей хорошие	0	1	2	3	4	5
8. Что наше общество живет по разумным для Вас принципам	0	1	2	3	4	5
9. Что Вы, по большей части, довольны самим собой	0	1	2	3	4	5
10. Что Вы успешно справляйтесь со своими повседневными обязанностями	0	1	2	3	4	5
11. Что Ваши отношения с другими людьми полны тепла и доверия	0	1	2	3	4	5
12. Что Вы пережили что-то, благодаря чему Вы выросли над собой и стали лучше как человек	0	1	2	3	4	5
13. Что Вы уверены в своем мнении и готовы выразить свои взгляды	0	1	2	3	4	5
14. Что Ваша жизнь имеет определенное направление или смысл	0	1	2	3	4	5

Эмоциональное благополучие — сумма пунктов 1—3, социальное благополучие — сумма пунктов 4—8, психологическое благополучие — сумма пунктов 9—14. Общий показатель — сумма всех 14 пунктов.

*Индекс личного благополучия взрослых (PWI-A)* [International Wellbeing Group, 2013] в переводе Е. А. Углановой. Методика включает семь утверждений, касающихся различных сфер жизни («Насколько Вы удовлетворены... 1. Своим уровнем жизни; 2. Своим здоровьем; 3. Своими достижениями в жизни; 4. Своими взаимоотношениями с близкими людьми; 5. Уровнем личной безопасности; 6. Своими отношениями с соседями; 7. Степенью своей уверенности в будущем»). Утверждения оцениваются по 11-балльной шкале (от 0 — «Совершенно не удовлетворен(а)» до 10 — «Полностью удовлетворен(а)»). Подробный психометрический анализ этой методики, включая русскоязычную версию, представлен отдельно [Żemojtel-Piotrowska et al., 2017]. Для целей данного исследования формулировки двух утверждений были модифицированы: в утверждение 1 введено пояснение («...своим уровнем жизни (материальным положением)»), а пункт 6 («Своими отношениями с соседями») был заменен на («Своими отношениями с окружающими людьми»). Дополнительный пункт («8. Своей духовной жизнью или религией») в настоящем исследовании не использовался.

*Шкалы позитивного и негативного аффекта* [Осин, 2012], сокращенная версия. Инструкция к методике звучит следующим образом: «Этот опросник состоит из перечня прилагательных, которые описывают различные чувства и эмоции. Прочитайте каждое прилагательное и отметьте рядом с ним, в какой мере Вы чувствуете себя так в течение прошедших двух недель. Используйте следующие варианты ответов: 1 — почти или совсем нет, 2 — немного, 3 — умеренно, 4 — значительно, 5 — очень сильно». Использована сокращенная версия из 12 утверждений, включающая шесть позитивных эмоций и шесть негативных эмоций. При сокращении были опущены по четыре утверждения, описывающих позитивные эмоции («увлеченный», «сосредоточенный», «внимательный», «решительный») и негативные эмоции («виноватый», «стыдящийся», «испуганный», «злой»). Итоговый набор негативных эмоций (см. рис. 3) отражал тревогу, депрессию и напряжение, а позитивных — тонус, интерес и радость.

*Общее благополучие.* Были использованы два индикатора счастья и удовлетворенности из одного утверждения: «Оцените по шкале, насколько Вы счастливы, где 0 — совсем не счастливы, 10 — очень счастливы» и «Насколько Вы удовлетворены Вашей жизнью в целом? 0 — Совершенно не удовлетворен(а), 10 — Полностью удовлетворен(а)».

*Демографические переменные:* гендер, возраст, образование респондентов, семейное положение (варианты ответа «женат/замужем» и «живу с партнером (гражданский брак)» кодировались 1, варианты «холост/незамужняя», «разведен(а)/разошлись» и «вдовец/вдова» — 0), наличие детей до семи лет. Использованы следующие индикаторы экономического статуса: «Каков примерно средний доход на человека в месяц в Вашей семье?» (14 диапазонов), «Какая примерно доля всех ежемесячных расходов Вашей семьи приходится на питание и на оплату коммунальных услуг?» (10 диапазонов), «Как бы Вы могли охарактеризовать в целом материальное положение Вашей семьи?» (6 вариантов ответа). Ряд индикаторов касались социальных и политических взглядов: политическое влияние («В какой мере, на Ваш взгляд, нынешняя политическая система в России позволяет таким людям как Вы влиять на политику?» — 5 вариантов ответа), вос-

приятие коррупции («Коррупция — когда люди дают взятки, дарят подарки или делают одолжения другим, чтобы были решены их вопросы или оказаны услуги, на которые они и так имеют право. В какую точку Вы поместили бы Россию на этой шкале?» — 10-балльная шкала ответа), социальное доверие («Насколько Вы доверяете тем или иным людям?»: «семья», «люди, живущие по соседству», «люди, с которыми Вы знакомы лично», «люди, с которыми Вы встречаетесь первый раз», «люди другой веры», «люди другой национальности» — 4-балльная шкала ответа,  $\alpha = 0,74$ ), воспринимаемое неравенство («Как бы Вы охарактеризовали разницу в доходах между богатыми и бедными в России?» — 10-балльная шкала), отношение к эмиграции («Вы лично осуждаете или не осуждаете россиян, которые навсегда уезжают за границу?», «Вы лично хотели бы или не хотели уехать за границу навсегда — то есть на постоянное место жительства?» — 5-балльная шкала ответа,  $\alpha = 0,54$ ), ощущение свободы («Как часто Вы чувствуете себя свободным человеком?» — 5-балльная шкала ответа), локус контроля («Некоторые люди полагают, что они совершенно свободны в выборе и сами определяют свою жизнь, другие же считают, что они никак реально не влияют на то, что с ними происходит. А в какой степени Вы влияете на ход своей жизни?» — 10-балльная шкала ответа), религиозность («Насколько важен Бог в Вашей жизни?» — 10-балльная шкала ответа).

## Результаты и обсуждение

### *Структурная валидность методик*

Для оценки структурной валидности методик использовался конфирматорный факторный анализ в Mplus 7.4 с робастной статистикой хи-квадрат Саторра-Бентлера (MLM).

Модель для опросника МНС с тремя коррелирующими факторами соответствовала данным недостаточно хорошо ( $\chi^2(74) = 632,40$ , CFI = ,904, RMSEA = ,086, 90 % CI [,080; ,092], SRMR = ,050), а модель типа MTMM с общим фактором благополучия и тремя коррелирующими частными факторами (эмоциональное, социальное, психологическое благополучие) показала хорошее соответствие данным ( $\chi^2(60) = 395,99$ , CFI = ,942, RMSEA = ,074, 90 % CI [,067; ,081], SRMR = ,038). Параметры модели представлены на рис. 1.



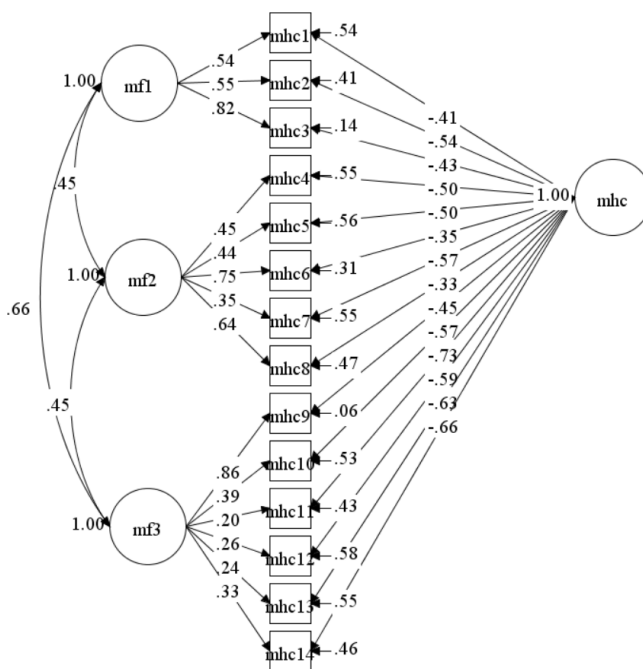


Рис. 1. Показатели структурной модели опросника МНС (стандартизованные факторные нагрузки, все представленные параметры статистически достоверны,  $p < 0,05$ ).

На основе факторной модели были рассчитаны психометрические показатели бифакторной структуры [Rodríguez, Reise, Haviland, 2016]. Показатель ECV, отражающий долю объясненной дисперсии переменных, связанную с общим фактором, составил 0,50, что говорит в пользу дискриминантной валидности субшкал. Значения показателя надежности  $\omega$  составили 0,92 для общего показателя, 0,84 для эмоционального благополучия, 0,83 для социального благополучия и 0,88 для психологического благополучия, что говорит о высокой надежности. Показатель  $\omega_H$ , отражающий долю общей дисперсии переменных, связанную с общим фактором, составил 0,71, а показатели  $\omega_S$ , отражающие долю специфичной дисперсии пунктов, входящих в каждую субшкалу, составили 0,55 для эмоционального благополучия, 0,48 для социального благополучия и 0,25 для психологического благополучия. Эти результаты свидетельствуют о дискриминантной валидности шкал, при этом шкала психологического благополучия наиболее близка к общему показателю.

Однофакторная модель для опросника PWI показала удовлетворительное соответствие данным по двум практическим индексам соответствия, CFI и SRMR, и неудовлетворительное по данным RMSEA ( $\chi^2(14) = 206,35$ , CFI = ,911, RMSEA = ,116, 90% CI [ ,102; ,130], SRMR = ,053). Это было обусловлено ковариацией пунктов 4 и 6 ( $\Delta\chi^2 = 109,90$ ), связанных с отношениями, после введения которой модель продемонстрировала хорошее соответствие данным ( $\chi^2(13) = 95,04$ , CFI = ,962, RMSEA = ,079, 90% CI [ ,064; ,094], SRMR = ,036). Шкала также была надежной ( $\omega = 0,82$ ). Факторные нагрузки представлены на рис. 2.

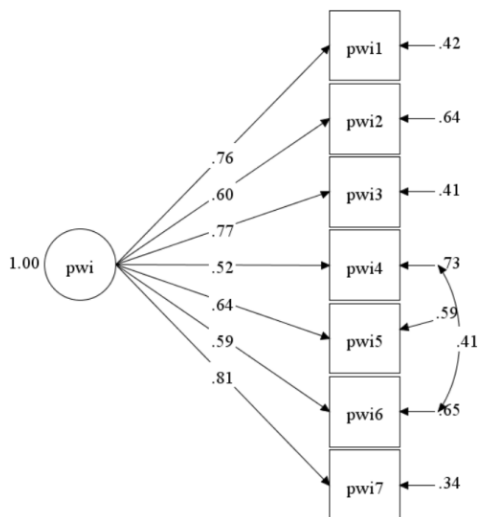


Рис. 2. Показатели структурной модели опросника PWI (стандартизованные факторные нагрузки, все представленные параметры статистически достоверны,  $p < 0,05$ ).

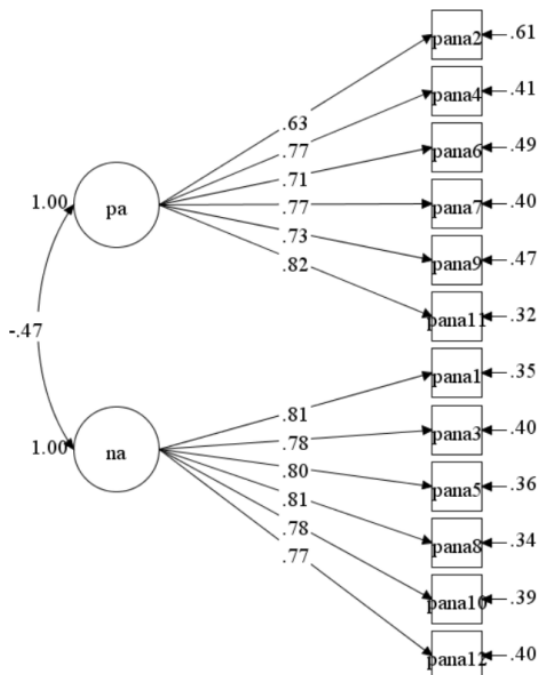


Рис. 3. Показатели структурной модели краткой шкалы позитивного и негативного аффекта (стандартизованные факторные нагрузки, все представленные параметры статистически достоверны,  $p < 0,05$ ). Позитивный аффект (pa) представлен дескрипторами: «2. заинтересованный», «4. радостный», «6. вдохновленный», «7. полный сил», «9. уверенный», «11. бодрый»; негативный аффект (na): «1. беспокойный», «3. подавленный», «5. нервный», «8. тревожный», «10. раздраженный», «12. расстроенный».

Наконец, для краткой шкалы позитивного и негативного аффекта двухфакторная теоретическая модель показала хорошее соответствие данным ( $\chi^2(53) = 273,37$ , CFI = ,959, RMSEA = ,064, 90% CI [,056; ,071], SRMR = ,042) — полученные наборы эмоций можно считать достаточно однородными. Показатели надежности ( $\omega$ ) составили 0,88 для позитивного аффекта и 0,91 для негативного аффекта, а факторы умеренно отрицательно коррелировали. Факторные нагрузки представлены на рис. 3.

### Конвергентная и дискриминантная валидность методик

Для оценки конвергентной валидности методик мы рассчитали корреляции между их общими показателями (см. табл. 3). Полученные результаты достаточно предсказуемы и говорят о высокой конвергентной валидности индикаторов. Шкалы счастья и удовлетворенности жизнью из одного пункта демонстрируют высокую согласованность друг с другом и с более развернутыми индикаторами. При выделении единого фактора, описывающего 59% дисперсии переменных, нагрузки этих шкал составляют 0,79 и 0,82, что свидетельствует об их высокой надежности. Наиболее выраженную специфику демонстрируют индикаторы негативного аффекта и социального благополучия по методике МНС.

Таблица 3. *Корреляционные связи переменных*

	$\lambda$	1	2	3	4	5	6	7
1. Счастье	,79							
2. Удовлетворенность жизнью	,82	,70						
3. Индекс личного благополучия (PWI)	,84	,68	,77					
4. Позитивный аффект	,80	,53	,58	,61				
5. Негативный аффект	-,55	-,38	-,39	-,41	-,41			
6. Эмоциональное благополучие	,85	,66	,65	,61	,65	-,42		
7. Социальное благополучие	,68	,38	,40	,49	,52	-,24	,54	
8. Психологическое благополучие	,77	,47	,50	,55	,61	-,34	,66	,63

Примечание. Все коэффициенты статистически достоверны на уровне  $p < 0,001$ .

Для изучения дискриминантной валидности мы применили другие переменные, которые, по данным международных исследований, демонстрируют предсказуемые связи с показателями благополучия. Для расчета размеров эффекта использованы коэффициенты корреляции Спирмена (см. табл. 4).

Таблица 4. *Корреляционные связи с другими переменными*

	Счастье	Удовл. жизнью	PWI	Позит. аффект	Негат. аффект	МНС Эмоц.	МНС Соц.	МНС Псих.
Пол (0=M, 1=Ж)	,14***	,09**	,04	,00	,10**	,10**	,01	,08*
Возраст	-,09**	-,06	-,06	-,10**	-,16***	-,12***	-,04	,01
Образование	,03	,01	,07*	,03	,01	-,01	-,02	-,05

	Счастье	Удовл. жизнью	PWI	Позит. аффект	Негат. аффект	МНС Эмоц.	МНС Соц.	МНС Псих.
Получает образование	,09**	,10**	,06*	,12***	,08**	,12***	,09**	,01
Семейное положение	,12***	,14***	,13***	,12***	-,06	,13***	,02	,09**
Дети до 7 лет	,11**	,07*	,10**	,08*	,09*	,12***	,08*	,05
Доход на человека	,16***	,16***	,25***	,17***	-,13***	,09**	,08**	,05
Расходы на питание	-,15***	-,18***	-,23***	-,16***	,13***	-,13***	-,15***	-,11***
Материальное положение	,26***	,23***	,33***	,22***	-,17***	,20***	,14***	,14***
Религиозность	,12***	,11***	,09**	,10**	,02	,09**	,16***	,12***
Политическое влияние	,17***	,18***	,23***	,21***	-,06	,17***	,31***	,15***
Восприятие коррупции	-,04	-,04	-,13***	-,05	,06*	-,07*	-,23***	-,07*
Социальное доверие	,25***	,28***	,36***	,28***	-,21***	,24***	,36***	,24***
Воспринимаемое неравенство	-,09**	-,11***	-,14***	-,09**	-,03	-,10**	-,15***	-,01
Отношение к эмиграции	-,13***	-,15***	-,18***	-,12***	,20***	-,17***	-,22***	-,15***
Ощущение свободы	,36***	,41***	,44***	,37***	-,31***	,39***	,27***	,32***
Локус контроля	,32***	,33***	,38***	,30***	-,18***	,30***	,19***	,28***

Примечание. \*  $p < 0,05$ , \*\*  $p < 0,01$ , \*\*\*  $p < 0,001$ .

Гендер, возраст и образование связаны с показателями благополучия лишь незначительно. Наличие близких отношений (брак или гражданский брак) и детей демонстрирует слабые положительные связи в первую очередь с индикаторами эмоционального характера (счастье, эмоциональное благополучие), тогда как материальное благополучие в большей степени связано с когнитивными оценками удовлетворенности жизнью по областям. Эта асимметрия согласуется с данными мировых исследований [Diener, Oishi, Tay, 2018]. Религиозность демонстрирует слабые положительные связи, наиболее выраженные для социального благополучия, что объясняется данными о том, что участие в жизни религиозного сообщества способствует развитию социальных связей и позитивных эмоций [van Cappellen et al., 2016; Diener, Oishi, Tay, 2018]. Социальное доверие, воспринимаемое неравенство, восприятие коррупции, отношение к эмиграции демонстрируют наиболее тесные связи с индикатором социального благополучия по опроснику МНС, однако связаны и с общим благополучием. Наконец, локус контроля и ощущение свободы, лежащие в основе эвдемонического функционирования личности, наиболее тесно связаны с эвдемоническим психологическим благополучием и общими индикаторами субъективного благополучия. Полученные связи в целом соответствуют теоретическим ожиданиям и свидетельствуют о валидности показателей благополучия.

## Общее обсуждение

Представленные в статье методики охватывают достаточно широкий спектр моделей и индикаторов субъективного благополучия. Эмоциональные аспекты субъективного благополучия затрагивают шкала субъективного счастья, измеряющая эмоциональное переживание индивидом собственной жизни как целого, шкала позитивных и негативных эмоций, позволяющая оценить баланс эмоциональных состояний за тот или иной интервал времени, а также субшкала эмоционального благополучия методики МНС. Когнитивные аспекты субъективного благополучия затрагивают шкала удовлетворенности жизнью, измеряющая когнитивную оценку соответствия жизненных обстоятельств в целом ожиданиям индивида, методика РWI, оценивающая удовлетворенность жизнью по областям. Наконец, характеристики эвдемонического благополучия измеряют две из трех шкал методики МНС, диагностирующие активную включенность индивида в социальный контекст (социальное благополучие) и шесть характеристик процветания согласно модели К. Рифф (психологическое благополучие).

Перечисленные методики демонстрируют достаточно высокие психометрические характеристики (структурная валидность, надежность, очевидная и конвергентная валидность) и могут быть использованы в социологических, психологических и междисциплинарных исследованиях. Мы также проверили валидность индикаторов счастья и удовлетворенности жизнью из одного пункта, которые весьма выгодно выглядят в качестве исследовательских инструментов для изучения социальных феноменов в силу краткости. Психометрические характеристики этих индикаторов соответствуют существующим данным для инструментов из одного утверждения [Wanous, Hudy, 2001], однако для изучения феноменов индивидуального уровня на небольших выборках предпочтительными выглядят более развернутые инструменты.

Мы надеемся, что настоящая публикация, предлагающая доступные и валидизированные инструменты, поспособствует развитию российских исследований субъективного благополучия, число которых остается, к сожалению, небольшим, а данные на репрезентативных российских выборках, как правило, ограничиваются результатами нескольких сравнительных международных исследований.

## Список литературы (References)

Александрова Л. А. Субъективная витальность как предмет исследования // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 1. С. 133—163.  
Aleksandrova L. A. (2014) Subjective Vitality as a Research Object. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. Vol. 11. No. 1. P. 133—163. (In Russ.)

Гордеева Т. О., Сычев О. А., Осин Е. Н. Разработка русскоязычной версии Теста диспозиционного оптимизма (LOT) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 36—64.

Gordeeva T. O., Sychev O. A., Osin E. N. (2010) Development of the Russian-language Version of the Test of Dispositional Optimism (LOT). *Psychological Diagnostics*. No. 2. P. 36—64. (In Russ.)

Гордеева Т. О., Сычев О. А., Осин Е. Н., Титова-Граншам В. А. Краткий опросник оптимистического атрибутивного стиля // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 6. С. 76—86.

Gordeeva T. O., Sychev O. A., Osin E. N., Titova-Grandchamp V. A. (2019) Revised Version of Optimistic Attributional Style Questionnaire. *Psychological Journal*. Vol. 40. No. 6. P. 76—86. (In Russ.)

Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 1992.  
Leontiev D. A. (1992) Noetic Orientations Test (SZhO). Moscow: Smysl. (In Russ.)

Леонтьев Д. А. На пути к счастью // Энциклопедия для детей. Том 18. Человек. Ч. 3. Духовный мир человека / глав. ред. Е. Ананьева; вед. ред. Т. Каширина. М.: Аванта+, 2004. С. 545—559.

Leontiev D. A. (2004) On the Way to Happiness. In: Ananyeva Ye., Kashirina T. (eds.) *Encyclopedia for Children. Vol. 18. Human. Part 3. The Spiritual World of Human*. Moscow: Avanta+. P. 545—559. (In Russ.)

Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.  
Leontiev D. A., Rasskazova E. I. (2006) Test of Viability. Moscow: Smysl.

Леонтьев Д. А. К антропологии счастья: состояние благополучия и путь радости // Человек. 2011а. № 5. С. 34—46.

Leontiev D. A. (2011a) To the Anthropology of Happiness: The State of Well-Being and the Path of Joy. *Chelovek*. No. 5. P. 34—46. (In Russ.)

Леонтьев Д. А. Подход через позитивные черты личности: от психологического благополучия к добродетелям и силам характера // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011b. С. 76—91.

Leontiev D. A. (2011b) Approach through Positive Personality Traits: From Psychological Well-Being to Virtues and Character Strengths. Leontiev D. A. (ed.) *Personality Potential: Structure and Assessment*. Moscow: Smysl. P. 76—91. (In Russ.)

Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020а. № 1. С. 14—37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>.

Leontiev D. A. (2020a) Happiness and Well-Being: Toward the Construction of the Conceptual Field. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*. No. 1. P. 14—37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>. (In Russ.)

Леонтьев Д. А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты // Психологический журнал. 2020b. (В печати).

Leontiev D. A. (2020b) Quality of Life and Well-Being: Objective, Subjective and Agentive Aspects. *Psychological Journal*. (In Press). (In Russ.)

Осин Е. Н. Смыслотрата как переживание отчуждения: структура и диагностика ^ дис. ... канд. психол. н. М., 2007.

Osin E. N. (2007) Meaninglessness as an Experience of Alienation: Structure and Diagnosis. The Dissertation for the Degree of Candidate of Psychological Sciences. Moscow. (In Russ.)

Осин Е. Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 91—110.

Osin E. N. (2012) Measuring Positive and Negative Affect: Development of a Russian-language Analogue of PANAS. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. Vol. 9. No. 4. P. 91—110. (In Russ.)

Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М. : Институт социологии РАН; Российское общество социологов, 2008. URL: [http://www.isras.ru/abstract\\_bank/1210190841.pdf](http://www.isras.ru/abstract_bank/1210190841.pdf) (последний доступ: 08.02.2020).

Osin E. N., Leontiev D. A. (2008) Testing Russian-language Versions of Two Scales of Rapid Assessment of Subjective Well-Being. *Proceedings of the III<sup>rd</sup> All-Russian Sociological Congress*. Moscow: Institute of Sociology Russian Academy of Sciences; Russian Society of Sociologists. URL: [http://www.isras.ru/abstract\\_bank/1210190841.pdf](http://www.isras.ru/abstract_bank/1210190841.pdf) (accessed: 08.02.2020). (In Russ.)

Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 55—81.

Osin E. N., Leontiev D. A. (2013) Multidimensional Inventory of Loneliness Experience: Structure and Properties. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. Vol. 10. No. 1. P. 55—81. (In Russ.)

Расказова Е. И. Методика оценки качества жизни и удовлетворенности: психометрические характеристики русскоязычной версии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012а. Т. 9. № 4. С. 81—90.

Rasskazova E. I. (2012a) Evaluation of Quality of Life Enjoyment and Satisfaction: Psychometric Properties of a Russian-language Measure. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. Vol. 9. No. 4. P. 81—90. (In Russ.)

Расказова Е. И. Методы диагностики качества жизни в науках о человеке // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2012b. № 3. С. 95—107.

Rasskazova E. I. (2012b) Methods for the Quality of Life Assessment in the Human Sciences. *The Moscow University Psychology Bulletin*. No. 3. P. 95—107. (In Russ.)

Расказова Е. И., Неяскина Ю. Ю., Леонтьев Д. А., Ширяева О. С. Диагностика качества жизни в психотерапии: апробация русскоязычной версии методики М. Фриша // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 1. С. 8—29. <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270102>.

Rasskazova E. I., Neyaskina Yu. Yu., Leontyev D. A., Shiryayeva O. S. (2019) Diagnosing the Quality of Life in Psychotherapy: Validation of the Russian Version of the M. Frisch's Quality of Life Inventory. *Counseling Psychology and Psychotherapy*. Vol. 27. No. 1. P. 8—29. <https://doi.org/10.17759/cpp.2019270102>. (In Russ.)

Франкл В. Человек в поисках смысла. М. : Смысл, 1990.

Frankl V. (1990) *Man's Search for Meaning*. Moscow: Smysl. (In Russ.)



Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В. Русская версия шкалы общей самооценки Р. Шварцера и М. Ерусалема // *Иностранная психология*. 1996. № 7. С. 71—76. Schwarzer R., Jerusalem M., Romek V. (1996) Russian Version of the General Self-Efficacy Scale. *Foreign Psychology*. No. 7. P. 71—76. (In Russ.)

Ягіяєв І. І., Осін Є. М., Гордєєва Т. О. Російськомовна адаптація методики задоволеності базових психологічних потреб на українській та російській вибірці // *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: Психологічні науки*. 2015. Вып. 7. С. 182—190.

Yagiyayev I. I., Osin E. N., Gordeeva T. O. (2015) Russian-Language Adaptation of the Methodology of Satisfaction of Basic Psychological Needs in Ukrainian and Russian Sample. *Bulletin of Kamianets-Podilskyi Ivan Ogiyenko National University. Psychological Sciences*. Vol. 7. P. 182—190. (In Ukrainian).

Andrews F. M., Whitey S. S. (1976) *Social Indicators of Well-Being. Americans' Perceptions of Life Quality*. New York: Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2253-5>.

Boniwell I., Henry J. (2007) Developing Conceptions of Well-Being: Advancing Subjective, Hedonic and Eudaimonic Theories. *Social Psychology Review*. Vol. 9. No. 1. P. 3—18.

Busseri M. A., Sadava S. W. (2011) A Review of the Tripartite Structure of Subjective Well-Being: Implications for Conceptualization, Operationalization, Analysis, and Synthesis. *Personality and Social Psychology Review*. Vol. 15. No. 3. P. 290—314. <https://doi.org/10.1177/1088868310391271>.

Deci E. L., Ryan R. M. (2000) The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. Vol. 11. No. 4. P. 227—268. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104\\_01](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01).

Diener E. (1984) Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*. Vol. 95. No. 3. P. 542—575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>.

Diener E., Emmons R. A. (1984) The Independence of Positive and Negative Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 47. No. 5. P. 1105—1117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.5.1105>.

Diener E. D., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. (1985) The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. Vol. 49. No. 1. P. 71—75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13).

Diener E., Wirtz D., Biswas-Diener R., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S. (2009) New Measures of Well-Being. In: Diener E. (ed.) *Assessing Well-Being. The Collected Works of Ed Diener*. Dordrecht: Springer. P. 247—266. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12).

Diener E., Tay L. (2017) A Scientific Review of the Remarkable Benefits of Happiness for Successful and Healthy Living. In: *Happiness: Transforming the Development Landscape*. Thimphu: The Centre for Bhutan Studies and GNH. P. 90—117.

- Endicott J., Nee J., Harrison W., Blumenthal R. (1993) Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire: A New Measure. *Psychopharmacology Bulletin*. Vol. 29. No. 2. P. 321—326.
- Frisch M. B., Clark M. P., Rouse S. V., Rudd M. D., Paweleck J., Greenstone A. (2005) Predictive and Treatment Validity of Life Satisfaction and the Quality of Life Inventory. *Assessment*. Vol. 12. No. 1. P. 66—78. <https://doi.org/10.1177/1073191104268006>.
- Gagné M. (2003) The Role of Autonomy Support and Autonomy Orientation in Prosocial Behavior Engagement. *Motivation and Emotion*. Vol. 27. No. 3. P. 199—223. <https://doi.org/10.1023/a:1025007614869>.
- Diener E., Oishi S., Tay L. (eds.) (2018) *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. <https://www.nobascholar.com/books/1> (accessed: 08.02.2020).
- Hills P., Argyle M. (2002) The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*. Vol. 33. No. 7. P. 1073—1082. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00213-6).
- Huta V. (2014) Eudaimonia. In: David S. A., Boniwell I., Ayers A. C. (eds.) *The Oxford Handbook of Happiness*. Oxford: Oxford University Press. P. 201—213. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199557257.013.0015>.
- Huta V. (2016) Eudaimonic and Hedonic Orientations: Theoretical Considerations and Research Findings. In: Vittersø J. (ed.) *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer. P. 215—231. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3\\_15](https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_15).
- Huta V., Ryan R. M. (2010) Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 11. No. 6. P. 735—762. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>.
- Huta V., Waterman A. S. (2014) Eudaimonia and its Distinction from Hedonia: Developing a Classification and Terminology for Understanding Conceptual and Operational Definitions. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 15. No. 6. P. 1425—1456. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0>.
- International Wellbeing Group (2013) *Personal Wellbeing Index: 5<sup>th</sup> Edition*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University.
- Kashdan T. B. (2004) The Assessment of Subjective Well-Being (Issues Raised by the Oxford Happiness Questionnaire). *Personality and Individual Differences*. Vol. 36. No. 5. P. 1225—1232. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00213-7](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00213-7).
- Keyes C. L.M. (2009) Atlanta: Brief Description of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). URL: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (accessed: 08.02.2020).
- Lyubomirsky S., Lepper H. S. (1999) A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*. Vol. 46. No. 2. P. 137—155. <https://doi.org/10.1023/a:1006824100041>.

McDonald R.P. (1999) *Test Theory: A Unified Treatment*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

O'Connor B.P., Crawford M.R., Holder M.D. (2015) An Item Response Theory Analysis of the Subjective Happiness Scale. *Social Indicators Research*. Vol. 124. No. 1. P. 249—258. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0773-9>.

Raykov T. (1997) Scale Reliability, Cronbach's Coefficient Alpha, and Violations of Essential Tau-equivalence with Fixed Congeneric Components. *Multivariate Behavioral Research*. Vol. 32. No. 4. P. 329—353. [https://doi.org/10.1207/s15327906mbr3204\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327906mbr3204_2).

Rodriguez A., Reise S.P., Haviland M.G. (2016) Evaluating Bifactor Models: Calculating and Interpreting Statistical Indices. *Psychological Methods*. Vol. 21. No. 2. P. 137—150. <https://doi.org/10.1037/met0000045>.

Ryan R.M., Frederick C. (1997) On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of Well-Being. *Journal of Personality*. Vol. 65. No. 3. P. 529—565. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>.

Ryff C.D., Keyes C.L.M. (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 69. No. 4. P. 719—727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.

Seligman M.E.P. (2002) *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: The Free Press.

Sheldon K. (2016) Putting Eudaimonia in its Place: On the Predictor, Not the Outcome, Side of the Equation. In: Vittersø J. (ed.) *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer. P. 531—541. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3\\_36](https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_36).

Skevington S.M., Lotfy M., O'Connell K.A. (2004) The World Health Organization's WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment: Psychometric Properties and Results of the International Field Trial. A Report from the WHOQOL Group. *Quality of Life Research*. Vol. 13. No. 2. P. 299—310. <https://doi.org/10.1023/b:qure.0000018486.91360.00>.

Tennant R., Hillier L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. (2007) The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Development and UK Validation. *Health and Quality of Life Outcomes*. Vol. 5. No. 1. P. 63. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>.

Waterman A. (ed.) (2013) *The Best Within Us: Positive Psychology Perspectives on Eudaimonia*. Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14092-000>.

Tov W. (2018) Well-Being Concepts and Components. In: Diener E., Oishi S., Tay L. (eds.) (2018) *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. <https://www.nobascholar.com/chapters/12/download.pdf> (accessed: 08.02.2020).

van Cappellen P., Toth-Gauthier M., Saroglou V., Fredrickson B. L. (2016) Religion and Well-Being: The Mediating Role of Positive Emotions. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 17. No. 2. P. 485—505. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9605-5>.

Vittersø J. (2016) The Feeling of Excellent Functioning: Hedonic and Eudaimonic Emotions. In: Vittersø J. (ed.) *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer. P. 253—276. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3\\_17](https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_17).

Wanous J. P., Hudy M. J. (2001) Single-Item Reliability: A Replication and Extension. *Organizational Research Methods*. Vol. 4. No. 4. P. 361—375. <https://doi.org/10.1177/109442810144003>.

Wanous J. P., Reichers A. E., Hudy M. J. (1997) Overall Job Satisfaction: How Good are Single-Item Measures? *Journal of Applied Psychology*. Vol. 82. No. 2. P. 247—252. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.82.2.247>.

Watson D., Clark L. A., Tellegen A. (1988) Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 54. No. 6. P. 1063—1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.

Žemojtjel-Piotrowska M., Piotrowski J. P., Ciecuch J., Adams B. G., Osin E. N., Ardi R., Băltătescu S., Lal Bhomi A., Clinton A., de Clunie G. T., Esteves C., Gouveia V., Hosseini A., Ghaheh H. S., Khachatryan N., Kamble S. V., Kawula A., Liik K., Letovancova E., Cerrato S. M., Mora C. A., Nartova-Bochaver S., Nikolic M., Park J., Paspalanova E., Pék G., Różycka-Tran J., Khanh H. T. T., Tsubakita T., Vauclair C.-M., Włodarczyk A., Maltby J. (2017) Measurement Invariance of Personal Well-Being Index (PWI-8) across 26 Countries. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 18. No. 6. P. 1697—1711. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9795-0>.

Žemojtjel-Piotrowska M., Piotrowski J., Osin E. N., Ciecuch J., Adams B. G., Ardi R., Baltatescu S., Bogomaz S., Bhomi A. L., Clinton A., de Clunie G. T., Czarna A. Z., Esteves C., Gouveia V., Halik M. H., Hosseini A., Khachatryan N., Kamble S. V., Kawula A., Lun V. M., Ilisko D., Klicperova-Baker M., Liik K., Letovancova E., Cerrato S. M., Michalowski J., Malysheva N., Marganski A., Nikolic M., Park J., Paspalanova E., de Leon P. P., Pék G., Różycka-Tran J., Samekin A., Shahbaz W., Ha T. T., Tiliouine H., van Hiel A., Vauclair M., Wills-Herrera E., Włodarczyk A., Yahiiaev I., Maltby J. (2018) Mental Health Continuum-Short Form: The Structure and Application for Cross-Cultural Studies. *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 74. No. 6. P. 1034—1052. <https://doi.org/10.1002/jclp.22570>.