

Научная статья

УДК 378.6:61:378.015.31(571.122)

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-1-2>



Особенности психологического благополучия будущих врачей с разным уровнем восприятия стресса (на примере Югры)

Наталья Ивановна Хохлова^{1✉}, Людмила Васильевна Шибаетва²

¹Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

²Сургутский государственный педагогический университет, Сургут, Россия

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, направленного на выявление взаимосвязи между уровнем восприятия стресса и структурой психологического благополучия у студентов-медиков, проживающих в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре. Эмпирически выделены три группы с разным уровнем восприятия, демонстрирующие качественно различные варианты адаптации к жизненным обстоятельствам. Студенты с низким восприятием стресса (Г1) характеризуются стратегией, опирающейся на конкуренцию как ключевой ресурс, и высоким самопринятием. Однако у них наблюдается относительное снижение значимости личностного роста и позитивных отношений в условиях соревновательной мотивации, а недостаток автономии может повышать уязвимость. Группа со средним уровнем стресса (Г2) демонстрирует генерализованную реакцию на трудности, используя профессиональную компетентность в качестве основного ресурса. Их благополучие детерминировано внутренне, а снижение автономии неожиданно выступает способом совладания. Студенты с высоким восприятием стресса (Г3) находятся в наиболее уязвимом положении, где компетентность и удовлетворенность жизнью могут играть дезадаптивную роль, возможно, вследствие перфекционизма. Для этой группы автономия становится критически важным условием благополучия. Установлена обратная зависимость общего уровня благополучия от интенсивности восприятия стресса. Восприятие стресса выступает системообразующим фактором, определяющим специфическую архитектуру благополучия: какие именно его компоненты (автономия, компетентность, отношения) становятся ведущими защитными или уязвимыми факторами. Авторы исследования подчеркивают важность обоснования дифференцированного психологического сопровождения для каждой из выделенных групп, направленного на развитие стрессоустойчивости и гибкости в использовании внутренних ресурсов в процессе профессионального становления.

Ключевые слова: стресс, восприятие стресса, психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью, студенты-медики

Благодарности: авторы благодарят за помощь в сборе данных для исследования И. М. Кубата, магистранта кафедры психологии Института гуманитарного образования и спорта Сургутского государственного университета.

Шифр специальности: 5.3.7. Возрастная психология.

Для цитирования: Хохлова Н. И., Шибаетва Л. В. Особенности психологического благополучия будущих врачей с разным уровнем восприятия стресса (на примере Югры) // Северный регион: наука, образование, культура. 2026. Т. 27, № 1. С. 26–33. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-1-2>.

Original article

Peculiarities of psychological well-being in future doctors with different stress perception levels in Yugra

Nataliya I. Khokhlova^{1✉}, Lyudmila V. Shibaeva²

¹Surgut State University, Surgut, Russia

²Surgut State Pedagogical University, Surgut, Russia

Abstract. The paper presents findings of the research aimed at determining the connection between stress perception level and psychological well-being of the medical students in Khanty-Mansi Autonomous Okrug – Yugra. The authors distinguish three groups with different stress perception levels, which demonstrate the variants of a person's adaptation to life challenges. The major characteristics of the students with low stress perception (G1) are high self-acceptance and consideration of competition as a key well-being source. Nevertheless, motivated by competition, this group relatively decreases significance of personal growth and positive human relations. Here, lack of autonomy may increase stress vulnerability. The medium stress perception group (G2) shows generalized reaction to difficulties using professional competence as the main well-being source. These students' well-being comes from within and, in this case, the autonomy reduction serves as a coping mechanism. The students with a high stress perception level (G3) are the most stress-susceptible individuals, as competence and life satisfaction can play the role of maladaptive factors due to possible perfectionism. This group views autonomy as a crucial well-being determinant. The research indicates the inverse dependence of a general well-being level on the stress perception intensity. Stress perception is the backbone defining the specific well-being architectonics, i.e. which of its components (autonomy, competence, relations) function as the leading coping mechanisms or stress vulnerability factors. The authors underline the importance of validating the differential psychological support for each of the aforementioned groups with the focus on stress resistance development and personal potential fulfillment in the professional formation process.

Keywords: stress, stress perception, psychological well-being, life satisfaction, medical students

Acknowledgements: the authors express their sincere appreciation to I. M. Kubat, a master's degree student from the Psychology Department at the Institute of Humanities and Sport, Surgut State University, for contributing to the acquisition of research data.

Code: 5.3.7. Developmental Psychology.

For citation: Khokhlova N. I., Shibaeva L. V. Peculiarities of psychological well-being in future doctors with different stress perception levels in Yugra. *Severnoy region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2026;27(1):26–33. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-1-2>.

ВВЕДЕНИЕ

Изучение вопросов здоровья стало ключевой темой как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье через концепцию благополучия, охватывающую физическое, психическое и социальное состояние человека. В конце 80-х гг. XX столетия интерес к психологическому благополучию значительно возрос благодаря развитию гуманистических подходов. Психологическое благополучие признается многокомпонентным конструктом, рассматриваемым в рамках двух ключевых подходов: «эвдемонистического (акцент на самореализации, личностном росте, автономии и смысле жизни) и гедонистического (акцент на переживании счастья, положительных эмоциях и удовлетворенности жизнью)» [1, с. 9].

«В отечественной психологии психологическое благополучие изучается с позиций аффективно-оценочного [2], ресурсного [3], ценностно-смыслового [4, 5] и социально-психологического [6] подходов с выделением как

ключевых компонентов эмоциональной составляющей и детерминированности широкой системой социальных отношений» [7, с. 37].

Исследования подтверждают [1–10], что на благополучие влияет широкий спектр личностных характеристик: позитивное самоотношение, жизнестойкость, ценностно-смысловые ориентации, эмоциональная регуляция, самоэффективность, открытость социальным контактам и способность справляться с неопределенностью. Несмотря на обширные научные исследования, феномен психологического благополучия и его взаимосвязь с восприятием стресса и стрессоустойчивостью остаются недостаточно изученными. Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью выявления и дифференциации личностных факторов, влияющих на психологическое благополучие студентов, с учетом их уровня восприятия стресса. В том числе рассматриваем и повседневные стрессы, такие как мелкие неприятности и незначительные события, которые могут казаться незначительными, но их постоянное воздействие может привести

к психологическому дискомфорту и угрозе здоровью. Р. Лазарус [11] ввел термин «повседневный стресс» для описания этих явлений. Исследования показывают, что такие стрессоры играют важную роль в формировании общего уровня стресса. Возможные источники повседневного стресса включают профессиональные и семейные проблемы, социальные трудности и неудовлетворенные социальные потребности. Эти события могут вызывать ухудшение самочувствия и хотя они менее интенсивны, чем травматические, – накапливаться и истощать ресурсы организма. «Психологический стресс – это специфическая связь между человеком и окружающей средой, которая оценивается человеком как обременяющая или превышающая его ресурсы и угрожающая его благополучию» [2, с. 12]. Стресс определяется как состояние несоответствия между факторами внешней среды и ресурсами, которые человек имеет для их преодоления. В рамках транзакционной модели, развивающей идеи Лазаруса, восприятие стресса – это динамический процесс взаимодействия между требованиями среды и возможностями человека. Восприятие стресса – это субъективный оценочный процесс [11], в ходе которого индивид интерпретирует взаимодействие с окружающей средой, определяя, представляет ли ситуация угрозу, потерю или вызов и оценивая, достаточны ли его личные, социальные и материальные ресурсы для успешного совладания с ней. Именно этот процесс оценки, а не объективные характеристики события, является решающим фактором возникновения и интенсивности стрессовой реакции.

Изучение у студентов взаимовлияния восприятия стресса и психологического благополучия является важной задачей. На появление стресса оказывают влияние специфичные для конкретной категории стрессоры и соответствующие условия среды. Психологическое благополучие может играть важную роль в восприятии стресса и способствовать лучшей адаптации к нему, а, соответственно, способствовать профессиональной деятельности. Психологические аспекты восприятия стресса могут включать в себя ощущения

тревоги, беспокойства, неуверенности, страха и депрессии. Однако восприятие стресса может также быть связано с возможностью роста и развития личности через преодоление вызовов и адаптацию к изменяющейся среде.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании приняли участие 65 студентов (43 женщины и 22 мужчины) медицинского института (ХМАО-Югра) разных специальностей в возрасте от 18 до 23 лет, средний возраст – 19 лет. 89 % испытуемых имеют увлечение (творчество или спорт), 13 студентов совмещают учебу с работой. Вопросы методики ориентированы на конкретный период жизни студентов (последние 4 месяца).

Цель исследования: выявить особенности психологического благополучия студентов 1–2-го курсов медицинских специальностей с разным уровнем восприятия стресса.

Гипотезы исследования. Мы предполагаем, что возможно проявление обратной пропорциональной зависимости между уровнями стресса и психологическим благополучием:

- для студентов с низким уровнем восприятия стресса будет характерен высокий уровень психологического благополучия и удовлетворенностью жизнью;
- для студентов со средним уровнем восприятия стресса – средний уровень психологического благополучия и удовлетворенностью жизнью;
- для студентов с высоким уровнем восприятия стресса – низкий уровень психологического благополучия и удовлетворенностью жизнью.

Психодиагностические методы: Шкала воспринимаемого стресса-10, Perceived Stress Scale (PSS); опросник Т. Иванченко «Инвентаризация симптомов стресса»; Шкала психологического благополучия К. Рифф (адаптация Л. В. Жуковской, Е. Г. Трошихиной); Шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖ) (Е. Diener, R. Emmons, R. Larsen, S. Griffin в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина); Опросник повседневных стрессоров (М. Д. Петраш, О. Ю. Стрижицкая, Л. А. Голвей, С. С. Савенышева).

Статистические методы: факторный анализ (метод вращения Варимакс с нормализацией Кайзера), корреляционный анализ (критерий χ^2 Пирсона) в программе SPSS 23.0.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для обеспечения корректного исследования зависимости психологического благополучия студентов от уровня восприятия стресса все тестируемые разделены на 3 группы, которые определены по методике PSS, где группа Г1 обладает низким, Г2 – средним, Г3 – высоким уровнем воспринимаемости стресса. Проведем статистический анализ данных, полученных с использованием различных методик для каждой выделенной группы респондентов. Затем обобщим результаты статистического анализа, описав характерные особенности каждой группы.

В рамках исследования по методике PSS определен общий уровень воспринимаемости стресса студентами, который составил 54 %, что является средним показателем по методике. Г1 – низкий уровень воспринимаемости стресса выявлен всего у 4 человек (2 мужчин и 2 женщин). Г2 – больше половины (72 % опрошиваемых) имеют средний уровень воспринимаемости стресса (47 человек), при этом соотношение мужчин и женщин пропорционально равно доле опрошиваемых всего (1/3 – мужчины; 2/3 – женщины). Участники опроса совмещают учебу с внеурочной занятостью: шахматы, рисование, чтение книг, различные виды спорта, танцы, программирование, а некоторые и с подработкой. Для них важно признание, похвала. Студенты с уровнем «постоянное напряжение» отмечают постоянную занятость и усталость: не хватает времени на отдых, на заботу о собственном здоровье, нарушен сон, бывали дни, когда количество дел превышало возможности. Г3 – высокий уровень подверженности стрессу обнаружен у 22 % (14) респондентов. В подавляющем большинстве этой группы – женщины, испытывающие постоянное напряжение, усталость, беспричинное беспокойство, повышенную потребность в похвале за дела.

Определение стрессоустойчивости респондентов по опроснику Т. Иванченко «Инвентари-

зация симптомов стресса» показал, что общий уровень стрессоустойчивости студентов медицинского направления составил 54 %. Наиболее стрессовыми направлениями студенты отмечают работу – дела, семью, общее самочувствие и конкуренцию. Наименее стрессовыми – нарушение построенных планов, планирование дел.

В группе с низким уровнем воспринимаемого стресса (Г1) наблюдается аналогично низкий уровень подверженности респондентов различным стрессам. Они спокойно реагируют на нарушение планов, физическое самочувствие, озабоченность внешним видом, здоровьем членов семьи, ссоры с родителями. У них отсутствует беспокойство относительно выступления перед публикой.

Во второй группе (Г2) респонденты показывают средний уровень подверженности стрессу (44 % от максимальной величины). Многие студенты отмечают отсутствие ссор, конфликтов на учебе, низкую сентиментальность при прочтении книг, просмотре фильмов. Также виден повышенный уровень обеспокоенности за близких людей и в сфере исполнения обязанностей дел – переживание успеть выполнить поставленные задания к сроку.

В третьей группе (Г3) показатели по всем направлениям наблюдения значительно выше средних значений. Все так же респонденты находят относительно других направлений своих дел. Но в плане самых подверженных стрессу категорий значимо выделяется самочувствие – одиночество. У испытуемых усиленно возникало чувство одиночества, страх с кем-нибудь поспорить, наблюдалось нарушение сна, ощущение, что заболевают, нехватка времени на отдых, неполучение удовольствия от досуга.

Результаты по методике «Шкала удовлетворенности жизнью» показывают субъективное восприятие своей жизни как благополучной или же достаточно благополучной. В Г1 констатируется высокий уровень удовлетворенности жизнью (84 %), что свидетельствует о превосходных условиях жизни, и сама их жизнь соответствует идеалу. В Г2 также отмечают превосходные условия жизни, но при этом

если бы могли прожить свою жизнь еще раз, то много чего хотели бы в ней изменить. В Г3 отмечают хорошие условия жизни, но не находят свою жизнь даже приближенной к идеалу.

По результатам методики «Шкала психологического благополучия К. Рифф» у респондентов выявлен высокий показатель по уровню автономности, способности к самоопределению и независимости, способности противостоять социальному давлению, мыслить и вести себя независимо. При этом наименьший показатель в уровне благополучия наблюдается по направлениям «жизненные цели» и «самопринятие», что говорит о слабой выраженности таких переживаний, как осмысленность жизни, недостаток целей, чувство направленности (целеполагание), отсутствие убеждения, придающего жизни смысл, неудовлетворенность собой и своими личностными характеристиками, разочарование своим прошлым.

В соответствии с полученными данными в первой группе (Г1) с низким уровнем восприятия стресса выявлен высокий уровень благополучия (79 %). Участники данной группы выражают чувства, связанные со знаниями и умениями при выполнении своих задач, способны адаптировать или формировать подходящую среду для удовлетворения своих потребностей и реализации ценностей (компетентность (92 %)). Респондентам данной группы свойственно позитивное отношение к самому себе, принятие всех своих качеств (самопринятие (86 %)).

Во второй группе (Г2) студенты показали уровень психологического благополучия выше среднего (61 %). У респондентов незначительно преобладают показатели «автономность» и «компетентность». Наиболее уязвимой областью выступает параметр «жизненные цели», что говорит о недостаточном уровне осмысленности жизни, затруднениях в перспективном планировании и постановке целей.

В третьей группе (Г3) с высоким уровнем восприятия стресса отмечается низкий показатель психологического благополучия (43 %). Меньший показатель выявлен по шкалам: «позитивные отношения» (33 %), «жизнен-

ные цели» (37 %), «самопринятие» (36 %). Для представителей этой группы характерны дефицитные доверительные отношения с близкими, сложности в проявлении заботы о других, затруднения в демонстрации теплоты и открытости, а также отсутствие стремления к компромиссам для поддержания значимых социальных связей. Как и для Г2, для данной группы актуальны затруднения в перспективном планировании и постановке целей и неудовлетворенность собой.

На основании результатов методик для каждой группы был проведен факторный анализ (метод вращения Варимакс с нормализацией Кайзера) в программе SPSS 23.0. Уровень преимущества использования данного статистического анализа – 0,6 (КМО = 0,6). В Г1 сформировалось 3 фактора, а в Г2 и Г3 – по 4 фактора (таблица).

Для студентов с низким восприятием стресса (Г1) характерна стратегия, опирающаяся на конкуренцию как ключевой триггер и ресурс благополучия. Высокое самопринятие служит буфером против стресса. Парадоксальной особенностью данной группы является то, что при общем высоком благополучии такие его компоненты, как личностный рост и позитивные отношения, могут отходить на второй план в условиях сильной соревновательной мотивации. Также выявлена амбивалентная роль автономии, отсутствие стремления к которой может повышать уязвимость в конкретных жизненных ситуациях.

Студенты со средним уровнем восприятия стресса (Г2) демонстрируют генерализованную реакцию на повседневные трудности, не дифференцируя их по значимости. Их ключевым адаптивным ресурсом выступает ориентация на профессиональную компетентность. Важнейшей отличительной чертой является внутренняя детерминация базовых компонентов благополучия (личностный рост, цели, самопринятие), которые зависят от внутренних переживаний, а не внешних обстоятельств. Для них снижение автономии неожиданно становится способом совладания со стрессом, возможно, через принятие групповых норм и поддержки.

**Результаты факторного анализа по исследуемым показателям
 в зависимости от уровня восприятия стресса**

Группа 1 (низкий уровень восприятия стресса)	Группа 2 (средний уровень восприятия стресса)	Группа 3 (высокий уровень восприятия стресса)
1-й фактор		
Конкуренция как триггер стрессоустойчивости	Отсутствие дифференциации стрессоров	Внутренние и внешние факторы стресса
<ul style="list-style-type: none"> – жизненные цели (–0,967); – личностный рост (–0,901); – противодействие стрессу (0,880); – конкуренция (0,865); – компетентность (–0,843); – общий показатель психологического благополучия (–0,720); – позитивные отношения (–0,681) 	<ul style="list-style-type: none"> – общий уровень стрессоустойчивости (0,988); – взаимоотношения с окружающими (0,939); – окружающая действительность (0,917); – семья (0,889); – нарушение планов (0,865); – планирование (0,849); – работа – дела (стрессовые ситуации) (0,809); – общее самочувствие (0,801); – самочувствие – одиночество (0,795); – конкуренция (0,774); – финансы (0,763) 	<ul style="list-style-type: none"> – семья (0,944); – общий уровень стрессоустойчивости (0,944); – самочувствие – одиночество (0,930); – взаимоотношения с окружающими (0,894); – планирование (0,891); – финансы (0,886); – нарушение планов (0,859); – окружающая действительность (0,858); – общее самочувствие (0,851)
2-й фактор		
Повседневные стрессоры	Перенапряжение за счет внутренних факторов	Внутренние и внешние факторы психологического благополучия
<ul style="list-style-type: none"> – самочувствие – одиночество (0,971); – планирование (0,916); – общий показатель удовлетворенности жизнью (0,816); – общее самочувствие (0,772); – взаимоотношения с окружающими (0,755); – работа – дела (0,734); – самопринятие (–0,721); – показатель повседневных стрессоров (0,684) 	<ul style="list-style-type: none"> – перенапряжение (0,897); – общий показатель симптомов стресса (0,774); – общий показатель воспринимаемого стресса – 10 (0,772); – компетентность (–0,623); – общий показатель удовлетворенности жизнью (–0,577) 	<ul style="list-style-type: none"> – общий показатель психологического благополучия (0,941); – жизненные цели (0,931); – позитивные отношения (0,904); – личностный рост (0,901); – шкала удовлетворенности жизнью (0,809); – компетентность (0,634); – самопринятие (0,630)
3-й фактор		
Стресс за счет снижения автономности	Внутренние факторы стресса	Противодействие стрессу
<ul style="list-style-type: none"> – нарушение планов (0,932); – общий показатель воспринимаемого стресса – 10 (–0,922); – автономность (–0,912); – семья (0,909); – перенапряжение (–0,890); – окружающая действительность (0,828); – финансы (0,754); – общий показатель симптомов стресса (–0,717) 	<ul style="list-style-type: none"> – общий показатель психологического благополучия (0,842); – жизненные цели (0,801); – личностный рост (0,733); – самопринятие (0,684); – позитивные отношения (0,681) 	<ul style="list-style-type: none"> – противодействие стрессу (–0,831); – перенапряжение (0,755); – автономность (0,708)
4-й фактор		
	Автономность как фактор стресса	Стресс, связанный с профессией
–	<ul style="list-style-type: none"> – противодействие стрессу (0,783); – автономность (–0,734) 	<ul style="list-style-type: none"> – работа – дела (0,914); – конкуренция (0,679); – общий показатель симптомов стресса (0,612)

Примечание: составлено авторами на основе обобщения результатов исследования. В скобках указана факторная нагрузка.

Группа с высоким восприятием стресса (ГЗ) находится в наиболее уязвимом положении, испытывая напряжение во всех сферах жизни. У них выявлена дезадаптивная роль компетентности и удовлетворенности жизнью, что может указывать на перфекционизм, когда достижения не приносят удовлетворения, а лишь усиливают давление. Автономность для этой группы выступает критически важным условием психологического благополучия и способности противостоять стрессу.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволило выявить взаимосвязь между уровнем восприятия стресса и структурными особенностями психологического благополучия у студентов медицинских специальностей. Полученные результаты подтверждают, что восприятие стресса правомерно считать системообразующим фактором, определяющим специфику внутренних ресурсов и механизмов психологической адаптации.

Ключевым выводом является установленная обратно пропорциональная зависимость: чем ниже уровень восприятия стресса, тем выше общий уровень психологического благополучия. Однако более детальный анализ выявил качественные различия в его обеспечении у студентов с разной стрессовой чувствительностью.

Практическая значимость результатов заключается в необходимости дифференцированного подхода к психологическому сопровождению студентов-медиков. Для респондентов с низким уровнем восприятия стресса актуально развитие навыков кооперации и углубления межличностных отношений. Для респондентов со средним уровнем восприятия стресса важна работа с когнитивной оценкой стрессоров и укрепление автономии без страха потери связи с референтной группой. Для респондентов с высоким уровнем восприятия стресса приоритетными являются психологические средства, направленные на формирование адекватного перфекционизма, укрепление автономии и формирование навыков эмоциональной саморегуляции.

Таким образом, восприятие стресса не просто коррелирует с уровнем благополучия, а структурирует его внутреннюю архитектуру, определяя, какие именно компоненты (автономия, компетентность, самопринятие, отношения) становятся ведущими защитными или, наоборот, уязвимыми факторами в процессе профессионального становления будущих медиков. Полученные данные подчеркивают важность развития стрессоустойчивости и гибкости в использовании различных психологических ресурсов для сохранения психического здоровья студентов в условиях высокой учебной нагрузки.

Список источников

1. Головей Л. А., Петраш М. Д., Стрижицкая О. Ю. и др. Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26, № 4. С. 8–26. <https://doi.org/10.17759/cpp.2018260402>.
2. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов : Научная книга, 2008. 296 с.
3. Торкаченко Ю. В. Жизнестойкость как внутриличностный ресурс здоровья и психологического благополучия учителя // Психолого-педагогический поиск. 2021. № 4. С. 217–229. <https://doi.org/10.37724/RSU.2021.60.4.020>.
4. Карпинский К. В. Автономия смысложизненного выбора и психологическое благополучие личности // Теоретическая и экспериментальная психология. 2012. Т. 5, № 2. С. 5–21.

References

1. Golovey L. A., Petrash M. D., Strizhitskaya O. Yu. et al. The role of psychological well-being and life satisfaction in perception of daily stress. *Counseling Psychology and Psychotherapy*. 2018;26(4):8–26. <https://doi.org/10.17759/cpp.2018260402>. (In Russ.).
2. Shamionov R. M. Subektivnoe blagopoluchie lichnosti: Psikhologicheskaya kartina i faktory. Saratov: Nauchnaya kniga; 2008. 296 p. (In Russ.).
3. Torkachenko Yu. V. Resilience as a personal resource of teachers' health and psychological wellbeing. *Psychological and Pedagogical Search. Academic Journal*. 2021;(4):217–229. <https://doi.org/10.37724/RSU.2021.60.4.020>. (In Russ.).
4. Karpinski K. V. The autonomy of life meaning choice and personal psychological well-being. *Theoretical and Experimental Psychology*. 2012;5(2):5–21. (In Russ.).
5. Leontiev D. A. Happiness and well-being: Toward the construction of the conceptual field. *Monitoring*

5. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37.
6. Бочарова Е. Е. Взаимосвязь субъективного благополучия и социальной активности личности: кросскультурный аспект // Социальная психология и общество. 2012. № 4. С. 53–63.
7. Касперович В. В., Семенова Е. М. Психологическое благополучие успешных педагогов и педагогов с трудностями в самореализации // Социальные науки и детство. 2025. Т. 6, № 3. С. 37–49. <https://doi.org/10.17759/ssc.2025060303>.
8. Гузич М. Э., Хохлова Н. И. О готовности юношества северного региона России к профессиональному выбору // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2016. Т. 8, № 1. С. 86–95. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2016080108>.
9. Хохлова Н. И. Самоотношение как маркер психологического благополучия у молодых женщин Югры // Северный регион: наука, образование, культура. 2025. Т. 26, № 1. С. 22–30. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2025-1-2>.
10. Хохлова Н. И., Шаброва Н. В. Маркеры удовлетворенности жизнью в поздней зрелости // Северный регион: наука, образование, культура. 2022. № 1. С. 55–60. <https://doi.org/10.34822/2312-377X-2022-1-55-60>.
11. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 445 p.
6. Bocharova E. E. Relationship between subjective well-being and social activity: Cross-cultural aspect. *Social Psychology and Society*. 2012;(4):53–63. (In Russ.).
7. Kasperovich V. V., Semionova E. M. Psychological well-being of successful teachers and teachers experiencing difficulties in self-actualization. *Social Sciences and Childhood*. 2025;6(3):37–49. <https://doi.org/10.17759/ssc.2025060303>. (In Russ.).
8. Guzych M. E., Khokhlova N. I. The readiness of young people of the Russian northern region to the profession choice. *Psychological Science and Education PSYEDU.ru*. 2016;8(1):86–95. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2016080108>. (In Russ.).
9. Khokhlova N. I. Self-perception as marker of psychological well-being in young women of Yugra. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2025;26(1):22–30. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2025-1-2>. (In Russ.).
10. Khokhlova N. I., Shabrova N. V. Markers of life satisfaction in late adulthood. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2022;(1):55–60. <https://doi.org/10.34822/2312-377X-2022-1-55-60>. (In Russ.).
11. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company; 1984. 445 p.

Информация об авторах

Н. И. Хохлова – кандидат психологических наук, доцент;

<https://orcid.org/0000-0001-8266-9629>,
hohlova-ni@yandex.ru

Л. В. Шibaева – доктор психологических наук, профессор;

<https://orcid.org/0000-0001-9261-9860>,
shibaeva2003@gmail.com

About the authors

N. I. Khokhlova – Candidate of Sciences (Psychology), Docent;

<https://orcid.org/0000-0001-8266-9629>,
hohlova-ni@yandex.ru

L. V. Shibaeva – Doctor of Sciences (Psychology), Professor;

<https://orcid.org/0000-0001-9261-9860>,
shibaeva2003@gmail.com