

**Башкатов Сергей Александрович**

**Разноуровневые факторы  
личностного благополучия**

Специальность: 19.00.01 – «Общая психология, психология личности,  
история психологии»

**Автореферат**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Челябинск – 2013

Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Южно-Уральский государственный университет» (национальный исследовательский университет)

Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор  
**Батурич Николай Алексеевич.**

Официальные оппоненты: **Минюрова Светлана Алигарьевна,**  
доктор психологических наук, профессор,  
ФГБОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет», зав. кафедрой  
общей психологии;

**Чумаков Михаил Владиславович,**  
доктор психологических наук, доцент,  
ФГБОУ ВПО «Курганский государственный университет», зав. кафедрой психологии  
развития и возрастной психологии.

Ведущая организация – Федеральное государственное научное  
учреждение **«Психологический институт» РАО.**

Защита состоится 26 ноября 2013 г. в 11.00 часов на заседании диссертационного совета ДМ 212.298.17 при ФГБОУ ВПО «Южно-уральский государственный университет» (национальный исследовательский университет) (454080, г. Челябинск, пр. им. В.И. Ленина, 76, ауд. 363).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГОУ ВПО ЮУрГУ (НИУ) (454080, г. Челябинск, пр. им. В.И. Ленина, 87, корпус 3д).

Автореферат разослан «25» октября 2013 г.



Ученый секретарь  
диссертационного совета

Ю.В. Всемирнова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Экономические и социальные достижения многих развитых стран мира, в том числе России, в последние десятилетия прошлого и начала нашего века позволяют говорить о создании многих объективных предпосылок, способных обеспечивать благополучие своих граждан. Однако, несмотря на это, как показывают социологические и психологические исследования, уровень субъективного благополучия вырос не так значительно, как материальные и социальные блага, а по некоторым показателям, например «ощущение счастья», развитые страны Европы и Америки отстают от некоторых слаборазвитых стран Африки. Эти факты говорят об актуальности и необходимости исследований, направленных на изучение как объективных факторов, обеспечивающих благополучие, так и таких феноменов как личное счастье, удовлетворенность жизнью, личностное благополучие и т.д.

Переход к широкомасштабным исследованиям этих феноменов осложняется тем, что на протяжении многих десятилетий в отечественной и особенно зарубежной психологии доминировало изучение негативных по своей сути психических явлений, таких как депрессия, стресс, тревога, фрустрация и т.д. Отказаться от привычных предметов исследования очень трудно.

Только на рубеже XX – XXI веков в зарубежной, а затем и в отечественной психологии обозначилось новое научное направление, которое получило название «Новая позитивная психология» (К. Петерсон, М. Селигман, М. Чиксентимихайи). Основной целью этого направления является изучение путей достижения благополучия, личного счастья, процветания. В отечественной психологии в последнее десятилетие также проводятся исследования, сходных по названию, но часто различающихся по содержанию феноменов, таких как «субъективное благополучие», «эмоциональное благополучие», «психологическое благополучие» и т.д.

Дополнительные проблемы связаны с тем, что последователи позитивной психологии используют в своих работах конструкты с названиями, отличающимися от терминов и соответствующих конструктов, используемых в классической психологии, например, такие как добродетели, силы характера и т.п. Это приводит к возникновению сопротивления отечественных психологов в синхронизации своих исследований с зарубежными коллегами. По этому поводу проводятся развернутые дискуссии в интернете (например, на сайте [ht.ru](http://ht.ru)) и на конференциях (Д.А. Леонтьев против А.Н. Поддьякова). Очевидно, что для решения этой проблемы необходимы не только дискуссии, но и эмпирические исследования, направленные на выявление сходства и различия в используемых терминах и конструктах.

В прикладном плане есть еще одна актуальная проблема, которая заключается в проверке эффективности средств и приемов повышения общей

жизненной позитивности, предлагаемых в системе рационально-эмотивной психотерапии (А. Эллис), педагогическом движении «Позитив Экшн» (К Оллред) и сторонниками позитивной психологии на отечественной выборке.

Все это свидетельствует об актуальности исследования обозначенных проблем и необходимости эмпирической проверки дискуссионных вопросов.

**Степень научной разработанности проблемы.** Изучение феноменов счастья, позитивности, благополучия и т.п. началось во второй половине прошлого века в рамках концепции психологического благополучия Н. Брэдберна, К. Рифф, субъективного благополучия Э. Динера и стало особенно активным в начале нашего века в рамках позитивной психологии (М. Селигман, М. Чиксентмихай, К. Паттерсон и др.).

Параллельно с этими направлениями исследований в отечественной психологии регулярно публиковались прикладные и теоретические исследования, в которых описывались имплицитные представления авторов о благополучии, удовлетворенностью жизнью, жизнестойкости и т.д. Авторы исследований использовали несколько явно синонимичных терминов, таких как «благополучие» (Ю.А. Бессонова), «субъективное благополучие» (Н.К. Бахарева, Е.Е. Бочарова, М.Ю. Бояркин, Л.В. Куликов, С.А. Минюрова, Р.М. Шамионов, Е.Ф. Ященко и др.), «психологическое благополучие» (М.В. Бучацкая, А.В. Воронина, Т.О. Гордеева, Р.В. Овчарова и др.), «удовлетворенность жизнью» (Г.А. Монусова). Подобная полисемия не способствует обобщению результатов. Следовательно, требуется проанализировать психологическое содержание, вкладываемое в термины, и разработать новые конструкты, а также ввести новые термины для обозначения этих конструктов. В исследованиях этих же авторов и в других специальных исследованиях ставилась цель выявить и описать структуру благополучия и сходных с ним феноменов. При этом выделялись самые разные по количеству и содержанию компоненты (элементы или факторы): три (Г.Л. Пучкова), пять (М. Селигман), шесть (К. Рифф), семь (Ю.В. Бессонова). Предпринимались попытки объединения компонентов в группы (О.С. Савельева, Л.В. Куликов). Еще одним сложным аспектом проблемы является необходимость разделения компонентов, составляющих сущность благополучия, как сложного психического феномена, и факторов – предикторов благополучия различной природы и организационного уровня, которые обеспечивают поддержку и «существование» личностного благополучия. Речь идет о нейродинамических, психологических, материальных, социальных и социально-демографических факторах.

Все отмеченные аспекты проблемы нуждаются в углубленных исследованиях. В данной работе предпринята попытка теоретического анализа и эмпирической проверки части из них.

**Цель исследования:** изучить взаимосвязи и зависимость компонентов личностного благополучия от свойств темперамента и личности, материальных, социальных и социально-демографических характеристик.

**Объект исследования:** личностное благополучие и его структурные компоненты.

**Предмет исследования:** разноуровневые факторы, влияющие на формирование и устойчивость структурных компонентов личностного благополучия, и функционирование системы личностного благополучия в целом.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать психологическое содержание, вкладываемое исследователями в разные термины, используемые для обозначения благополучия и выделить обобщающий термин.

2. Провести анализ исследований феномена благополучия на основе принципов системного подхода.

3. Исходя из анализа результатов отечественных и зарубежных исследователей и основных концепций благополучия, выявить его структуру (состав и уровни) и предложить структурно-уровневую модель личностного благополучия.

4. Проанализировать предлагаемые рационально-эмотивной терапией А. Эллиса, психолого-педагогической концепцией К. Оллред и позитивной психологией М. Селигмана способы и приемы, направленные на изменение уровня личностного благополучия.

5. Подобрать комплекс методик, позволяющий диагностировать разноуровневые факторы личностного благополучия, провести проверку валидности и надежности тех зарубежных методик диагностики, которые адаптированы автором диссертации.

6. Выполнить эмпирическое исследование, направленное на выявление связей между выделенными для анализа свойствами темперамента, базовыми свойствами личности, позитивными чертами характера (добродетелями), компонентами субъективного благополучия, а также провести факторный и дисперсионный анализ результатов.

7. Выполнить эмпирическое исследование, направленное на выявление связей между социальными и социально-демографическими характеристиками, характеристиками позитивности и компонентами субъективного благополучия, а также провести факторный и дисперсионный анализ результатов.

8. Выполнить эксперимент, направленный на проверку влияния, предлагаемых авторами позитивной психологии, приемов (техник) повышения позитивной активности, и, в конечном итоге, личностного благополучия.

**Основная гипотеза исследования:** существует совокупность зависимостей компонентов субъективного благополучия от разноуровневых факторов, обеспечивающих формирование и функционирование личностного благополучия.

**Частные гипотезы исследования:**

1. Результаты выполненных отечественных и зарубежных исследований позволят создать структурно-уровневую модель личностного благополучия,

основой которой являются разноуровневые факторы, влияющие на различные компоненты личностного благополучия.

2. Использование в эмпирическом исследовании разнообразных и разноуровневых переменных позволит выделить латентную структуру основных факторов личностного благополучия.

3. Субъективное благополучие зависит от внешних (внеличностных) и внутриличностных факторов и, в свою очередь, оказывает обратное структурообразующее влияние на компоненты личностного благополучия.

4. Мужчины и женщины, а также молодые и взрослые люди с высоким и низким уровнем субъективного благополучия существенно различаются между собой по показателям различных компонентов личностного благополучия.

5. Новые конструкторы «добродетели» и «силы характера» не обнаружат принципиальных отличий от классических конструкторов базовых свойств личности, входящих в структуру Большой пятерки.

**Теоретико-методологической основой исследования** явились принцип системной организации психики человека (Б.Ф. Ломов, Б.В. Швырков), принцип единства сознания и деятельности (С.Л. Рубинштейн), принцип детерминизма развития (А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский). Частной методологией послужили: концепция личностного потенциала (Д.А. Леонтьев и др.) и позитивной психологии (М.Селигман, К. Петерсон, М. Чиксентмихайи), оценочной функции психики (Н.А. Батулин). Подходы к анализу благополучия и качества жизни с позиции позитивного функционирования личности (Э. Динер, К. Рифф, М. Чиксентмихайи).

#### **Методы и методики эмпирического исследования:**

Теоретический анализ исследований, эксперимент, методы психометрической проверки надежности и валидности, статистические методы: корреляционный анализ (по Пирсону), факторный анализ по методу главных компонент (в варианте *varimax normalized*), дисперсионный анализ, анкетирование.

Для эмпирического исследования использовался следующий диагностический комплекс методик. 1. *Группа методик для диагностики уровня личностного благополучия:* «Шкала переживания счастья» М. Фордайса в адаптации С.А. Башкатова, опросник «Позитивной и негативной эмоциональности» Д. Уотсона и соавт. в адаптации Е.Н. Осина, опросник «Мера субъективного счастья» С. Любомирской в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина, «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера и соавт. в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина. 2. *Группа методик для диагностики характерологической позитивности:* опросник «Склонность к благодарности» М. МакКаллоу и Р. Эммонса, «Шкала прощения» МакКаллоу и соавт., сокращенный вариант опросника VIA-IS К. Петерсона и М. Селигмана – все в адаптации С.А. Башкатова. 3. *Группа методик для диагностики свойств темперамента и личности, социальных и социально-демографических характеристик:* личностный опросник NEO PI-R П. Коста и Р. МакКрэй в адаптации В.Е. Орла, И.Г. Сенина, опросник темперамента Я. Стреляу в

адаптации Н.Н. Даниловой, А.Г. Шмелева, авторская анкета для выявления социальных и социально-демографических характеристик.

Все расчеты осуществлялись с помощью компьютерного статистического пакета Statistica 6.0

### **Этапы исследования:**

*1 этап:* 2008-2010 гг. Теоретический анализ литературы по проблеме личностного благополучия. Анализ соответствия различных методов и методик цели исследования. Построение концептуального аппарата и разработка программы исследования.

*2 этап:* 2011-2012 гг. Проведение эмпирического исследования зависимости связей личностного благополучия от свойств нервной системы, темперамента и личности, социальных и социально-демографических характеристик.

*3 этап:* 2012-2013 гг. Обработка и обобщение результатов эмпирического исследования, их психологический анализ и интерпретация, описание и оформление результатов исследования.

**Характеристика выборки.** Выборку основного эмпирического исследования составили 209 человек, из них 104 женщины и 105 мужчин. Возраст участников исследования варьировался от 18 до 50 лет. Все респонденты проживают в городах Республики Башкортостан: Уфа, Стерлитамак, Нефтекамск, Бирск и в поселке городского типа Чишмы.

В психометрической проверке при адаптации методик приняли участие 105 человек (51 женщина и 54 мужчины), возраст от 18 до 50 лет и 73 супружеских пары в возрасте от 26 до 45 лет.

В проверке эффективности способов и приемов увеличения индивидуальной позитивности участвовали 30 человек (15 мужчин и 15 женщин) в возрасте от 20 до 30 лет.

Всего в исследовании приняли участие 490 человек, из них 243 женщины и 247 мужчин.

**Достоверность результатов исследования** обеспечивалась тщательностью теоретического анализа проблемы, опорой на фундаментальные теории отечественной и зарубежной психологии, применением надежных и валидных психодиагностических методик, использованием адекватных задачам методов статистической обработки полученных данных (корреляционный, факторный и дисперсионный анализ).

### **Научная новизна исследования.**

– Исходя из анализа совокупности терминов, используемых в исследовании, введены новые термины *личностное благополучие* и *психологическая основа личностного благополучия*, сформулированы их определения.

– На основе факторного анализа всех интегративных переменных удалось выделить три хорошо интерпретируемых фактора: внутриличностное,

внеличностное и межличностное благополучие, которые в целом соответствуют основным блокам теоретической модели личностного благополучия.

– Результаты факторного, корреляционного и дисперсионного анализа позволили доказать, что субъективное благополучие связано со всеми компонентами личностного благополучия и является структурообразующим фактором в системе компонентов личностного благополучия, что соответствует его теоретической модели.

– Результаты сравнительного анализа позволили продемонстрировать, что субъективно благополучные и неблагополучные испытуемые имеют принципиально различные личностные структуры с диаметрально противоположными показателями свойств темперамента, базовых свойств личности и сил характера.

– Результаты всего исследования позволили выделить и доказать влияние факторов различного уровня: внеличностного, личностного и межличностного на субъективное благополучие, которое, как структурно-образующий фактор, в свою очередь, связано со всеми компонентами личностного благополучия человека.

#### **Теоретическая значимость исследования.**

– В результате проведенного анализа отечественных и зарубежных исследований по проблеме личностного благополучия на основе системного подхода была сформулирована структурно-уровневая модель личностного благополучия.

– Исходя из различных оснований, обосновано выделение трех компонентов субъективного благополучия: аффективного, когнитивно-аффективного, когнитивного.

– Проведена эмпирическая проверка сходства и различия новых конструктов позитивной психологии (силы характера, добродетели) с классическими конструктами базовых свойств личности, входящими в Большую пятерку.

#### **Практическая значимость исследования.**

– Для проведения эмпирического исследования был составлен комплекс психодиагностических методик, который можно рекомендовать для проведения системного анализа личностного благополучия. Четыре методики, входящие в комплекс, были адаптированы автором, проверена их валидность и надежность.

– Выявленные различия в показателях мужчин и женщин, молодых и взрослых в группах с высоким и низким уровнем субъективного благополучия позволили сформировать обобщенные «портреты» субъективного благополучия и неблагополучия людей, которые могут быть использованы в консультативной работе с этими категориями клиентов.

– Доказанная эффективность влияния приемов (техник) на субъективное благополучие позволяет рекомендовать их использование при разработке специализированных тренингов и в индивидуальной работе с субъективно неблагополучными людьми.

– Материалы исследования используются в учебном процессе факультета психологии Южно-Уральского государственного университета в рамках курсов «Дифференциальная психология», «Психология личности» и специального курса «Личностное благополучие и его оптимизация».

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. На основе анализа отечественных и зарубежных исследований и концепций сформирована структурно-уровневая модель личностного благополучия, которая в основном подтвердилась при ее эмпирической проверке.

2. Теоретический анализ и эмпирическое исследование позволили выделить факторы четырех уровней личностного благополучия: внеличные факторы, психологические факторы, межличностные и субъективно-личностные факторы, которым соответствуют четыре группы структурных компонентов личностного благополучия.

3. Внеличные факторы благополучия (материальные, социальные, биологические) в виде их субъективных оценок связаны со всеми компонентами личностного благополучия и непосредственно влияют на уровень субъективного благополучия.

4. Психологическое благополучие обеспечивается за счет синергичного взаимодействия темперамента, базовых структур личности и позитивных черт характера, при этом свойства темперамента и личности оказывают непосредственное влияние на проявление характерологической позитивности и опосредованно через характерологическую позитивность на уровень субъективного благополучия.

5. Благополучные и неблагоприятные испытуемые диаметрально отличаются друг от друга по всем показателям компонентов личностного благополучия, что свидетельствует о принципиальном отличии их личностных структур; попарное сравнение мужчин и женщин, молодых и взрослых в группах благополучных и неблагоприятных выявило специфические различия показателей.

6. Новые конструкты «добродетели» и «силы характера» взаимосвязаны с базовыми свойствами личности и зависят от них, что свидетельствует о принципиальном родстве «новых» и «старых» конструктов, а также об их разноуровневой зависимости.

### **Соответствие диссертации паспорту научной специальности.**

Содержание диссертации соответствует паспорту научной специальности 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии» в части «...исследование фундаментальных психологических механизмов и закономерностей ...функционирования психики человека и ... личности...»; пункту 1 «Психическая жизнь и поведение человека... . Детерминанты, определяющие психическую жизнь и поведение человека»; пункту 28 «Темперамент и характер... Структура и типология характера; пункту

31 «Структура личности. Проблема индивидуальных различий и типология личности. Соотношение внутреннего и внешнего мира человека».

### **Апробация диссертации**

Основные результаты работы обсуждались на заседаниях кафедры психологической диагностики и консультирования Южно-Уральского государственного университета; на VII Международной заочной научно-практической конференции «Проблемы формирования и реализации потенциала личности в современной России» (Уфа, 2010); на Международной научно-практической конференции «Психология в современном развивающемся мире: теория и практика» (Челябинск, 2012); на XXIX Международной научно-практической конференции «Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения» (Новосибирск, 2013); на Международной научной конференции «Психология развития и стагнации личности в рамках современного общества» (Казань, 2013), на X Международной научно-практической конференции «Современная психология: теория и практика» (Москва, 2013).

### **Структура и объем диссертации**

Текст диссертации изложен на 175 с.; состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, списка литературы из 182 названий: 120 наименований на русском и 62 – на иностранных языках, приложений; включает 21 таблицу и 11 рисунков.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

Во **введении** обоснована актуальность работы; сформулированы предмет, цель, задачи и гипотезы исследования; раскрыты теоретико-методологические основания исследования; дана характеристика обследованной группы и использованных методов и методик, научной новизны, теоретической и практической значимости; представлены основные положения, выносимые на защиту.

**Первая глава «Теоретический анализ исследований благополучия человека»** содержит анализ литературы, состоящий из пяти параграфов.

**В первом параграфе** «Анализ терминов, используемых для обозначения различных аспектов и видов благополучия» проведен сравнительный анализ терминов «благополучие человека», «психологическое благополучие», «субъективное благополучие», производных от них терминов и родственных по смыслу, но обозначаемые другими терминами. В итоге терминологический анализ позволил сделать два важных вывода. Первый - различные виды *блага* и различные пути их *получения*, многообразие производных терминов, которые разные авторы подводят под различные категории, приводят к пониманию, что слово и термин *благополучие* служат для обозначения сложного феномена, представить который можно лишь в виде многофакторного и многоуровневого конструкта. Второй – необходимо введение нового термина «*личностное благополучие*» для обозначения феномена, обобщающего различные виды

благополучия, а также для обозначения всей совокупности компонентов, обеспечивающих личностное благополучие.

**Во втором параграфе** «Общий обзор исследований благополучия человека в зарубежной и отечественной психологии» приводятся сведения о теоретических концепциях и эмпирических исследованиях благополучия, имеющих в основном прикладное значение. Подводя общие итоги анализа результатов исследования благополучия в разных аспектах, можно сделать следующие общие *выводы*:

– Отсутствует единое понимание исследуемого феномена благополучия. Это, как уже отмечалось, выражается в противоречиях терминов и их значений.

– Для большинства отечественных исследований благополучия характерна экзистенциально-гуманистическая направленность.

– Анализ эмпирических исследований показал, что, с одной стороны, благополучие рассматривается как *фактор* самоактуализации, смысловой определенности в разных сферах жизни, в том числе, и профессиональной деятельности. С другой стороны, *факторами* благополучия выступают различные личностные детерминанты, мотивирующие и стабилизирующие благополучие.

– В эмпирических исследованиях установлены разнообразные *взаимосвязи* благополучия со свойствами, особенностями и стратегиями поведения личности (толерантность, оптимизм, свойства темперамента, осмысленность жизни, ответственность).

– Выявлено устойчивое *влияние* на благополучие следующих внеличных факторов: наличие семьи, близких отношений, удовлетворяющей профессиональной деятельности и уровня доходов.

**В третьем параграфе** «Анализ основных факторов личностного благополучия» последовательно рассмотрены основные факторы личностного благополучия и содержание соответствующих им структурных компонентов, обеспечивающих личностное благополучие.

*Внешние факторы.* В теоретических и эмпирических исследованиях внешние по отношению к личности факторы регулярно выделяются как важная причина благополучия человека. В диссертации они объединены в три группы *внешних (внеличных) факторов*:

- 1) *биологических*, включающих витальность как интегральный фактор здоровья, пол, возраст;
- 2) *социальных*, включающих семейные и межличностные отношения в более широком социуме;
- 3) *материальных*, включающих уровень доходов, жилищно-бытовые условия, качество отдыха и досуга.

Совокупность этих факторов представлена в диссертации в качестве одного из блоков структурных компонентов системы личностного благополучия.

*Психологические факторы.* Исходя из концепции психологического благополучия К. Рифф, был сделан вывод о том, что позитивное функционирование личностных структур может выступать в качестве еще одного фактора, обеспечивающего личностное благополучие. На основе тщательного анализа исследований основных структурных составляющих было выделено не шесть частных личностных характеристик, как предлагала К. Рифф, а три основных личностных структуры: свойства темперамента, базовые свойства личности и позитивные черты характера. В работе приведено обоснование включения каждой из этих структур в виде взаимосвязанного компонента подсистемы факторов, синергичное взаимодействие которых обеспечивает функционирование личности, выступающее в качестве психологической основы личностного благополучия.

Анализ исследований темперамента показал, что с одной стороны, темперамент определяет формально-динамические характеристики всей психической активности. В частности, без «подключения» к системе личностных факторов таких свойств, как энергичность и динамика поведения человека, сила и скорость эмоционального реагирования, трудно что-либо утверждать о позитивном функционировании личности. С другой стороны, темперамент является нейродинамической основой формирования и проявления свойств личности, определяющих следующий уровень психологического функционирования.

Включение *базовых свойств личности* в систему факторов, обеспечивающих позитивное функционирование, продиктовано их центральной ролью в организации поведения человека. Согласно представлениям отечественных психологов, личность представляет собой систему качеств человека, определяющих всю совокупность его социальных отношений, специфику его жизнедеятельности и индивидуальное своеобразие организации деятельности (Ананьев Б.Г., Асмолов А.Г., Леонтьев А.Н., Ломов Б.Ф., Петровский А.В., Рубинштейн С.Л.).

Включение в систему факторов, обеспечивающих позитивное психологическое функционирование, *позитивных черт характера* основано на разработках сторонников позитивной психологии (Селигман М., Петерсон К., Чиксентимихайи М.). В русле позитивной психологии разработана система представлений о существовании новых конструкторов «основных добродетелей» и составляющих их «сил характера». Эти качества личности, с одной стороны, включены в обеспечение полноценного психологического функционирования. С другой стороны – направлены на позитивные поступки и действия, которые необходимы для достижения личностного благополучия.

*Субъективно-личностные факторы.* Эти факторы представляют блок компонентов субъективного благополучия. Понятие о психологическом благополучии было введено еще в 1969 году Н. Брэдберном и развито в концепции субъективного благополучия Э. Динера. По мнению Э. Динера, субъективное благополучие состоит из двух компонентов – аффективного, как баланса позитивных и негативных эмоций, и когнитивного, как осознанная

удовлетворенность различными сферами своей жизни. В отечественных исследованиях предлагалось выделение от трех до семи компонентов структуры (Куликов Л.В., Пучкова Г.Л., Бессонова Ю.В.).

Проведенный анализ исследований и концепций субъективного благополучия, а также методов, используемых для их диагностики, позволил предложить трехкомпонентную структуру субъективного благополучия. *Первый – аффективный компонент* представляет собой устойчивое, глобальное, позитивное, эмоциональное по своей природе, отношение к себе и миру. *Второй – когнитивно-аффективный компонент* представляет собой совокупность интегрально-устойчивых оценок себя и окружающего мира. *Третий – когнитивный компонент* представляет собой устойчивую совокупность позитивных знаний о себе и мире, являющихся результатом рефлексивных суждений, которые в большинстве случаев носят атрибутивный характер.

Таким образом, компоненты субъективного благополучия выступают в структуре личностного благополучия как его «высший» уровень. Степень выраженности каждого из компонентов субъективного благополучия зависит от всех факторов личностного благополучия и в свою очередь оказывает обратное влияние на все структурные компоненты личностного благополучия.

**В четвертом параграфе** «Теоретическая модель личностного благополучия» на базе выводов, сделанных из анализа отечественных и зарубежных исследований и концепций психологического благополучия К. Рифф, субъективного благополучия Э. Динера, благополучия человека М. Селигмана, анализа основных факторов, влияющих на личностное благополучие, а также опираясь на определение личностного благополучия как нового конструкта, представлена теоретическая модель личностного благополучия в виде схемы *структурно-уровневой организации системы личностного благополучия*. В целом, теоретическая модель состоит из факторов четырех уровней, представленных на схеме в виде блоков структурных компонентов системы личностного благополучия.

*Уровень внешних (внеличностных) факторов* представлен блоком из трех групп обобщенных составляющих внешних благ: биологических, социальных и материальных благ. Все внешние блага выступают в качестве факторов, оказывающих влияние на личностное благополучие не сами по себе, а в виде их субъективной значимости (оценок) для благополучия человека.

*Уровень личностных факторов* представлен блоком из трех групп, составляющих психологические блага: свойства темперамента, базовые свойства личности и позитивные черты характера. Все эти иерархически организованные составляющие обеспечивают позитивное психологическое функционирование, которое является психологической (внутриличностной) основой личностного благополучия.

*Уровень межличностных факторов* представлен блоком из трех групп обобщенных составляющих межличностных благ в виде результатов позитивной межличностной активности: позитивные поступки и действия,

достигнутые благоприятные межличностные отношения и совокупность социально-значимых достижений. Результаты позитивной межличностной активности становятся фактором, обеспечивающим личностное благополучие, будучи одобренными и оцененными со стороны значимых других людей и получив высокую положительную оценку самого субъекта.

*Уровень субъективно-личностных факторов* представлен блоком из трех компонентов: аффективного, когнитивно-аффективного и когнитивного, которые позволяют сформировать обобщенные и относительно устойчивые переживания субъективного благополучия в виде эмоций, оценок и суждений по поводу результатов своей позитивной активности, а также субъективного уровня своих внешних внеличных факторов благополучия.

Разработанная теоретическая модель, во-первых, позволила компактно и целостно представить многочисленные разноуровневые факторы, влияющие на личностное благополучие, во-вторых, позволила целенаправленное осуществление проверки основной гипотезы в эмпирической части исследования.

**В пятом параграфе** «Анализ подходов и способов повышения позитивности» анализируются подходы в психологии, психотерапии, педагогике, коучинге и их теоретическое обоснование повышения позитивности черт характера и активного использования в своей жизни и межличностных отношениях.

В параграфе представлены основные положения рационально-эмоциональной поведенческой терапии (РЭПТ) А. Эллиса, которая предполагает влияние на когнитивно - аффективный и когнитивный компонент субъективного благополучия путем изменения иррациональных убеждений, что, в конечном итоге, приводит к более позитивным оценкам и суждениям в отношении собственной жизни. В психолого-педагогической концепции К. Оллред «Позитив экшн» основной единицей продвижения в личностном развитии является позитивный поступок, включающий в себя три компонента: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Благодаря системности и включенности в широкие сети социального взаимодействия, анализ результатов своих позитивных поступков, человек субъективно оценивает свою жизнь как более благополучную. Обучение благополучию также является одним из основных практических направлений позитивной психологии М. Селигмана, которое осуществляется через реализацию специальных программ и приемов. В параграфе также представлены основные темы коучинга позитивной психологии и практики, способствующие повышению позитивности.

**Во второй главе «Организация, методы и методики исследования»** приводится цель, задачи, общая схема исследования, описываются методики, процедура и общий дизайн исследования, представлены методы статистического анализа данных. Кроме того, приведены процедуры адаптации четырех зарубежных методик, прежде не используемых на русском языке, проведена проверка надежности и валидности каждой из адаптированных методик.

В третьей главе «Эмпирическое исследование разноуровневых факторов личностного благополучия» представлено описание и обсуждение основных результатов изучения разноуровневых факторов личностного благополучия.

В *первом параграфе* «Факторный анализ структуры личностного благополучия» приводятся сведения о результатах проверки сходства факторной структуры полученных данных со структурой теоретической модели. В табл. 1 приведены результаты факторного анализа. Факторное решение, полученное по массиву эмпирических данных, содержит 3 фактора, объясняющих в совокупности 57,7% дисперсии значений первичных переменных. Количество факторов определялось с учетом правила «каменистой осыпи» и критерия Кайзера (Фер Р.М., Бакарак В.Р., 2010; Наследов А.Д., 2004).

В **первый фактор** (ДОД=26,6%) вошли со значимыми факторными нагрузками 16 показателей: все показатели субъективного благополучия, большинство показателей характерологической позитивности (7 из 9), 4 из 5 показателей базовых свойств личности и все показатели темперамента. В тоже время в Фактор I не вошел ни один показатель из группы «внешних» (по отношению к личности) показателей материального и социального благополучия. Такой состав показателей позволяет сделать вывод о том, что Фактор I репрезентирует латентную переменную, которую можно назвать «Внутриличностное благополучие».

Таблица 1.

**Факторный анализ интегральных показателей методик**

Показатели	Фактор I	Фактор II	Фактор III
Аффективный компонент субъективного благополучия	<b>0,476</b>	<b>0,654</b>	
Когнитивно-аффективный оценочный компонент	<b>0,425</b>	<b>0,692</b>	0,370
Когнитивный компонент субъективного благополучия	<b>0,425</b>	<b>0,733</b>	
Склонность к благодарности	<b>0,435</b>	<b>0,469</b>	
Сохранение контакта с обидчиком			<b>0,782</b>
Незлопамятность			<b>0,699</b>
Мудрость и знание	<b>0,765</b>		
Мужество	<b>0,702</b>		
Человечность и любовь	<b>0,536</b>		
Справедливость	<b>0,672</b>		<b>0,408</b>
Умеренность			<b>0,450</b>
Духовность	<b>0,707</b>		
Нейротизм	<b>-0,636</b>		<b>-0,350</b>
Экстраверсия	<b>0,773</b>		
Открытость опыту	<b>0,440</b>		
Сотрудничество			<b>0,765</b>
Добросовестность	<b>0,745</b>		
Сила процессов возбуждения	<b>0,872</b>		
Сила процессов торможения	<b>0,465</b>		<b>0,439</b>

Подвижность нервных процессов	<b>0,764</b>		
Уровень доходов		<b>0,724</b>	
Жилищно-бытовые условия		<b>0,817</b>	
Качество отдыха и досуга		<b>0,810</b>	
Уровень образованности		<b>0,628</b>	
Семейные отношения		<b>0,599</b>	
Собственное значение фактора	6,643	5,067	2,691
Доля общей дисперсии (ДОД)	26,6	20,3	10,8

Во **второй фактор** (ДОД=20,3%) со значительными весами вошли в основном только показатели двух групп. Первая группа – это все три интегральные показатели субъективного благополучия. Анализ содержания показателей двух первых групп позволяет отметить, что это показатели субъективного благополучия личности и оценки «внешних внеличных» факторов благополучия. Это позволяет сделать вывод о том, что Фактор II репрезентирует латентную переменную, которую можно назвать **«Внеличное благополучие»**.

**Третий фактор** (ДОД=10,8%) объединяет показатели трех методик: четыре показателя характерологической позитивности, три показателя свойств темперамента и личности. Кроме того, с близким к значимой величине (0,370) в фактор вошел интегральный показатель «Когнитивно-аффективного оценочного компонента» субъективного благополучия.

Анализ содержания, вошедших в фактор показателей, позволяет заметить, что все они так или иначе связаны с установлением хороших межличностных отношений путем сохранения контактов с обидчиком, незлопамятности, справедливости и сотрудничества. Налаживанию межличностных отношений не противоречит также личностная умеренность, сила процессов торможения и низкий показатель нейротизма. Такой комплекс характеристик является основой для установления и поддержания благоприятных межличностных отношений, что частично обеспечивает субъективное благополучие, по крайней мере, его оценочный компонент. Все это означает, что Фактор III репрезентирует латентную переменную, которую можно назвать **«Межличностное благополучие»**.

Выделенные три фактора хорошо согласуются с теоретической моделью и позволяют эмпирически подтвердить выделение трех блоков факторов, участвующих в обеспечении личностного благополучия. Кроме того, в табл. 1 видно, что только переменные субъективного благополучия в виде трех его интегральных компонентов вошли со значимыми весами в первые два фактора и один компонент с весом, близким к значимой величине, вошел в третий фактор. На наш взгляд, это свидетельствует о том, что субъективное благополучие, как сложный личностный феномен, является *структурнообразующим фактором* в структуре личностного благополучия, что также соответствует теоретической модели. В связи с этим, весь дальнейший анализ полученных в эмпирическом исследовании результатов, проводился, главным образом, относительно параметров субъективного благополучия.

**Во втором параграфе** «Взаимосвязи показателей структурных компонентов личностного благополучия» описаны результаты анализа интеркорреляций показателей субъективного благополучия.

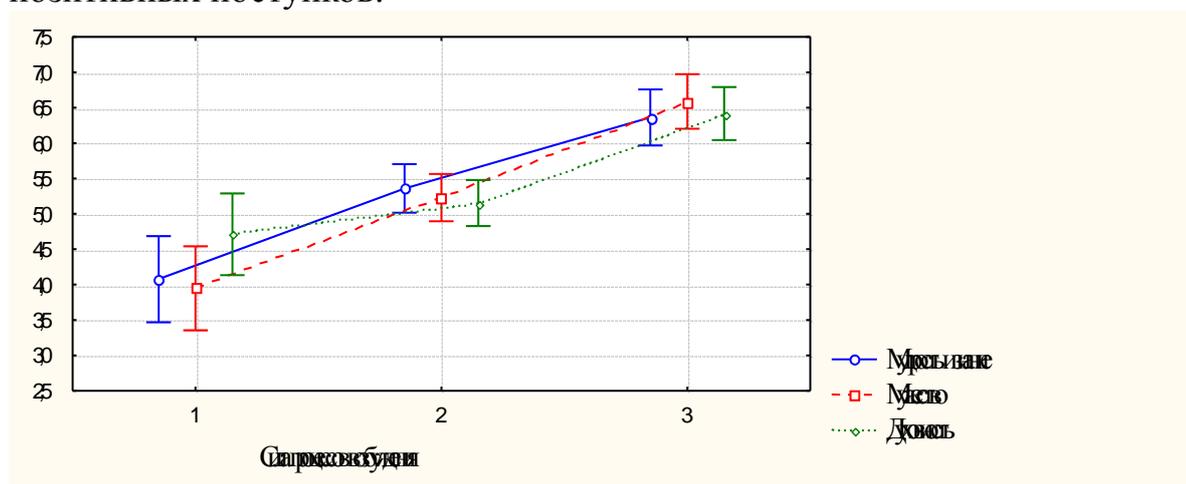
Было установлено, что:

– Характер и величина интеркорреляций показателей субъективного благополучия подтверждает возможность выделения из всех показателей трех интегральных компонентов субъективного благополучия: аффективного, когнитивно-аффективного и когнитивного, использованных в факторном анализе и подтвердивших свою эвристичность на всех этапах эмпирического исследования и при обработке его результатов.

– Показатели характерологической позитивности, с одной стороны, и свойства темперамента и личности - с другой, фактически одинаково тесно связаны с показателями субъективного благополучия.

– Материальные и социальные факторы, по своей природе, являются внеличностными, но корреляционный анализ убедительно показал, что их субъективная оценка тесно связана со всеми компонентами субъективного благополучия.

**В третьем параграфе** «Межуровневые влияния показателей структурных компонентов личностного благополучия» установлены влияния показателей факторов одного уровня на показатели другого. Так, выявлено, что большинство базовых свойств личности и темперамента оказывают как прямое влияние на субъективное благополучие, так и в еще большей степени опосредованное, через обеспечение формирования и проявления характерологической позитивности в виде готовности к совершению позитивных поступков.



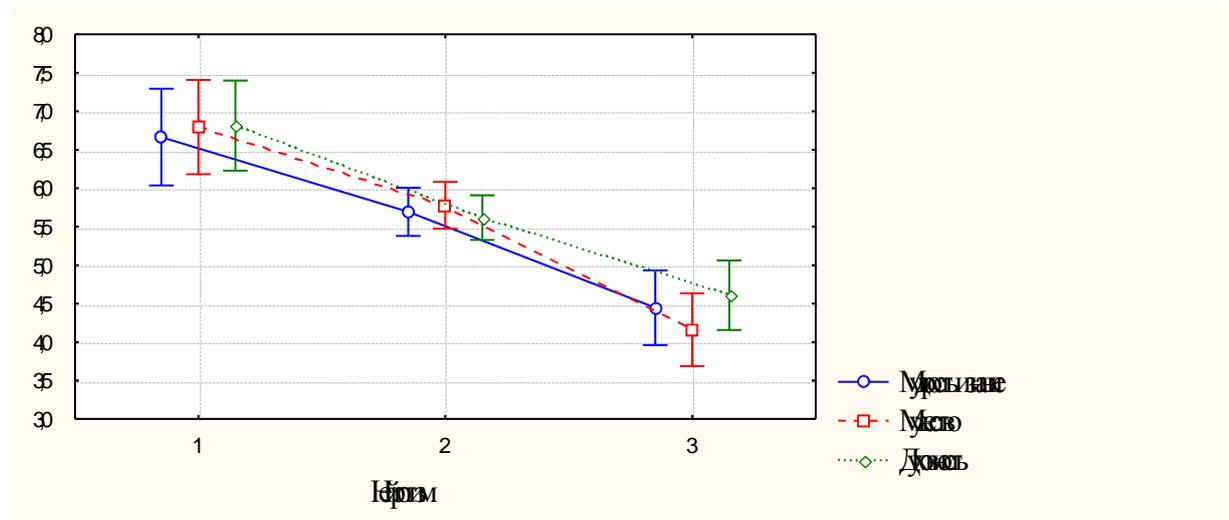
**Рис.1. Влияние силы процессов возбуждения на компоненты характерологической позитивности ( $p < 0,001$ )**

На рис.1 показан пример влияния одного из свойств темперамента «Сила процессов возбуждения» на три добродетели «Мудрость и знание», «Мужество» и «Духовность».

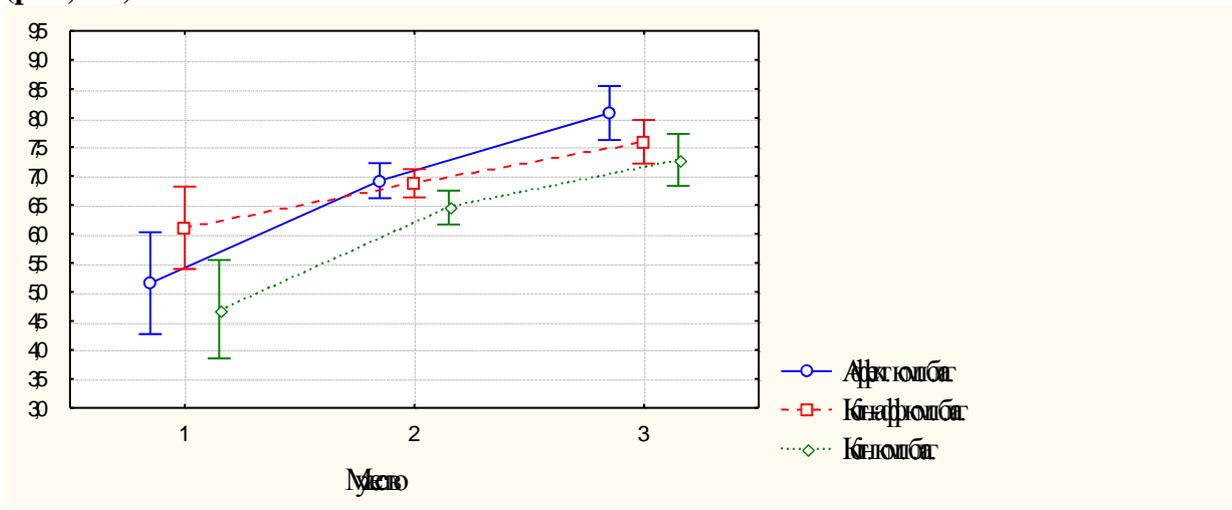
На рис. 2 продемонстрировано влияние на те же показатели характерологической позитивности. В отличие от других свойств личности, нейротизм уменьшает выраженность характерологической позитивности.

Компоненты характерологической позитивности в свою очередь оказывают значимое влияние на компоненты субъективного благополучия. Чем больше степень выраженности и проявления в поведении позитивных черт характера, тем больше уровень субъективного благополучия.

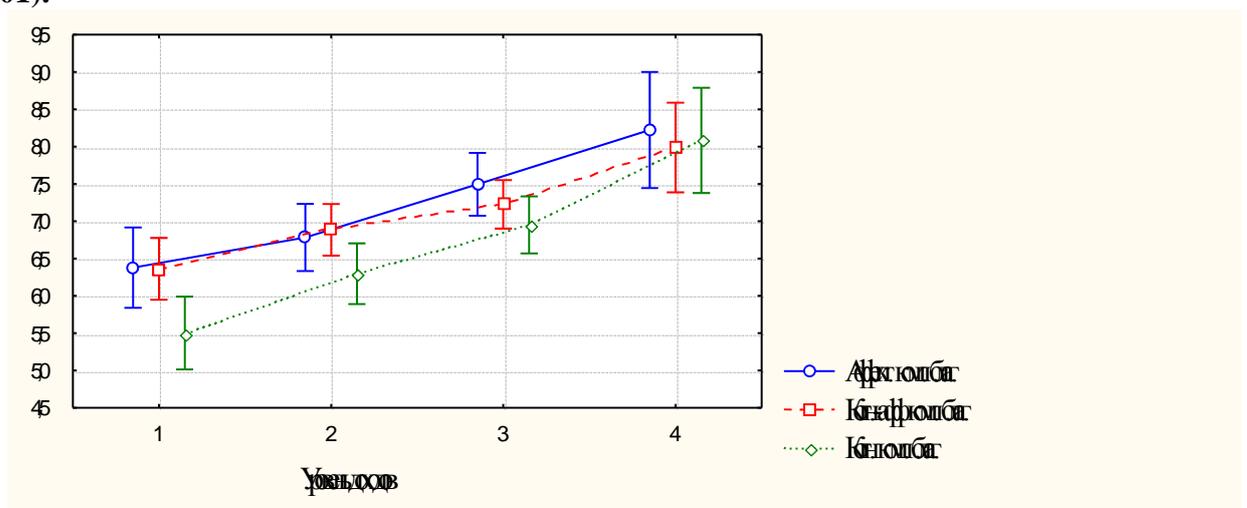
В качестве примера, демонстрирующего влияние такого показателя группы характерологической позитивности, на рис. 3 представлено влияние показателя «Мужество» на все три компонента субъективного благополучия.



**Рис. 2. Влияние нейротизма на компоненты характерологической позитивности ( $p < 0,001$ ).**



**Рис. 3. Влияние показателя «Мужество» на компоненты субъективного благополучия ( $p < 0,001$ ).**



**Рис. 4. Влияние показателя «Уровень доходов» на интегральные показатели компонентов субъективного благополучия ( $p < 0,001$ ).**

Дисперсионный анализ также показал, что оценки материального и социального благополучия оказывают значимое влияние на субъективное благополучие. Чем выше субъективные оценки материальных и социальных факторов, тем выше уровень субъективного благополучия. В качестве примера, демонстрирующего это, приведен рис. 4., на котором показано влияние «Уровня доходов» на три интегральных компонента субъективного благополучия.

Таким образом, свойства личности и темперамента, позитивные черты характера и высокие субъективные оценки материального и социального благополучия как внутриличностные и внеличностные *разноуровневые факторы* оказывают влияние на субъективное благополучие, а все вместе они обеспечивают общее *личностное благополучие*.

**В четвертом параграфе «Сравнительный анализ показателей групп лиц с высоким и низким уровнем субъективного благополучия»** представлены результаты сравнения показателей двух полярных групп. Выделение из общей выборки лиц с высоким и низким уровнем субъективного благополучия проводилась на основе общего интегрального показателя уровня субъективного благополучия (ОИП), рассчитанного по формуле, в которую вошли показатели всех четырех методик, использованных для диагностики субъективного благополучия. В результате в каждую полярную группу вошли 80 человек. Сравнение средних величин интегральных показателей характерологической позитивности, базовых личностных особенностей, свойств темперамента и оценок материальных и социальных характеристик в полярных группах показали, что между всеми средними величинами имеются высоко значимые различия на уровне  $p > 0,001$ , причем почти все величины t-критерия Стьюдента находятся в интервале от 3,8 до 7,8. Такие большие и высоко значимые различия показателей полярных групп, разделенных по признаку высокого субъективного благополучия или неблагополучия, свидетельствует о том, что благополучные и неблагополучные люди, по сути, диаметрально отличаются друг от друга по своим личностным, темпераментным и характерологическим качествам, по оценкам материальных и социальных параметров. Судя по всему, мы имеем дело с людьми с противоположными личностными «устройствами». В связи с этим, представляет интерес более детальный анализ групп с высоким и низким благополучием. Следующий параграф посвящен сравнительному

анализу уже «внутри» каждой из полярных групп и предназначен для выявления влияния биологических факторов пола и возраста.

**Пятый параграф** «Сравнительный анализ межполовых и межвозрастных различий показателей в группах с высоким и низким уровнем субъективного благополучия» посвящен анализу межполовых и межвозрастных различий в группах с высоким и низким уровнем субъективного благополучия. Задача состояла в том, чтобы выявить степень влияния пола и возраста как биологических факторов внеличного уровня на показатели всех групп компонентов личностного благополучия. Для проведения сравнения показателей мужчин и женщин, молодых и взрослых в группах с высоким и низким уровнем субъективного благополучия использовался общий интегральный показатель (ОИП) субъективного благополучия. Объем автореферата не позволяет привести все четыре таблицы межполовых и межвозрастных сравнений, поэтому представлены только общие выводы, вытекающие из анализа результатов, содержащихся в таблицах:

1. Мужчины по сравнению с женщинами имеют большие показатели справедливости ( $p < 0,02$ ) и умеренности ( $p < 0,05$ ). Они обнаруживают большую способность к суждению и изобретательности, чем женщины. Мужчины более упорны и у них в большей степени, чем у женщин, развиты лидерские качества. Кроме того, мужчины достоверно чаще проявляют благоразумие и у них большая осмысленность жизни и открытость опыту ( $p < 0,03$ ), в тоже время мужчины имеют более низкие показатели нейротизма ( $p < 0,02$ ), они менее тревожны, ранимы и реже рефлексируют по сравнению с женщинами.

2. Женщины, чувствующие, оценивающие и осознающие себя субъективно благополучными, по сравнению с мужчинами имеют более низкие показатели умеренности ( $p < 0,05$ ) и справедливости ( $p < 0,02$ ). У них более высокий нейротизм ( $p < 0,02$ ) и ниже открытость опыту ( $p < 0,03$ ). Им свойственна большая выраженность эстетичности и склонность к фантазиям, а также у них больше, чем у мужчин открытость своих чувств. Кроме того, женщины считают, что их уровень доходов более низкий по сравнению с благополучными мужчинами ( $p < 0,05$ ).

3. Молодые люди субъективно благополучны за счет большей экстравертированности ( $p < 0,01$ ), выражающейся в более частом поиске возбуждения и положительных эмоций, открытости опыту ( $p < 0,02$ ) и мужество ( $p < 0,04$ ). Это сочетается с относительно меньшим, чем у взрослых, сотрудничеством ( $p < 0,001$ ) с окружающими за счет меньшей честности, уступчивости, чуткости и скромности. Отмечается также сниженная добросовестность ( $p < 0,05$ ) при меньшем послушании долгу и обдумывании своих поступков.

4. У взрослых людей субъективное благополучие достигается за счет обратного сочетания свойств личности. Так, во взрослой выборке была обнаружена низкая экстравертированность ( $p < 0,01$ ) (при абсолютной величине равной средней по выборке) за счет меньшего стремления к поиску возбуждения и положительных эмоций, относительно меньшей открытости

опыту ( $p < 0,02$ ) и мужества ( $p < 0,04$ ). Это сочетается с высоким стремлением к сотрудничеству ( $p < 0,001$ ) за счет большей честности, уступчивости, скромности и чуткости, которые связаны с большей добросовестностью ( $p < 0,05$ ), достигающейся за счет большего послушания долгу и обдумыванию своих поступков.

5. В группе неблагополучных женщин обнаружены самые низкие показатели выраженности позитивных черт характера, кроме духовности ( $p < 0,05$ ), и высокий нейротизм ( $p < 0,05$ ) (за счет высокой тревожности). Преимущество по сравнению с неблагополучными мужчинами у них наблюдается только по открытости опыту ( $p < 0,05$ ), но при этом абсолютный уровень этого показателя находится в зоне ниже общесредних значений.

6. Неблагополучные мужчины, также как и женщины, имеют низкие показатели по силам характера, в том числе духовности ( $p < 0,05$ ), и самые низкие показатели по всем базовым свойствам личности, в том числе нейротизму ( $p < 0,05$ ) и открытости опыту ( $p < 0,05$ ). Среди внешних факторов у них выше, чем у женщин субъективная оценка своих семейных отношений ( $p < 0,05$ ).

*В шестом параграфе «Оценка эффективности приемов (техник) повышения субъективного благополучия» экспериментально обосновывается, что сознательное использование техник позитивных поступков (техника добрых поступков, техника благодарности, техника прощения и забвения обиды) приводит к увеличению таких поступков и связанного с этим увеличения субъективного благополучия по двум из трех компонентов благополучия (аффективного и когнитивно-аффективного). Результаты представлены в табл.2.*

*Таблица 2.*

**Сравнение средних величин показателей компонентов субъективного благополучия до и после эксперимента**

Показатели	Mдо	Sdдо	Mпосле	Sdпосле	t	p
Аффективный компонент	4,83	1,14	6,94	0,77	-2,63	0,01
Когнитивно-аффективный компонент	4,52	0,79	6,56	0,96	-2,15	0,05
Когнитивный компонент	4,33	1,10	5,34	1,22	-1,86	–

**Примечание:** Mдо, Sdдо, Mпосле и Sdпосле – средние величины и стандартные отклонения показателей до и после эксперимента; t - критерий Стьюдента для зависимых выборок; p – уровень значимости различий.

Полученные результаты позволяют с большей уверенностью говорить о том, что систематическое совершение позитивных поступков будет приводить к устойчивому закреплению поступков в характерологических особенностях или к дальнейшему развитию уже существовавших у человека позитивных черт характера. Все это будет сказываться на увеличении субъективного благополучия.

В **заключении** подводятся итоги проведенного исследования, намечены перспективы дальнейшей работы и формулируются следующие **выводы**:

1. Анализ отечественных и зарубежных исследований по проблеме личностного благополучия позволил на основе системного подхода сформировать *структурно-уровневую модель личностного благополучия*.

2. В качестве факторов, оказывающих наибольшее влияние на личностное благополучие, в результате теоретического анализа было выделено четыре группы факторов различного уровня: *внеличностные, личностные, межличностные и субъективно-личностные*.

3. Для проведения эмпирического исследования был подобран комплекс диагностических методик, четыре из которых адаптированы автором на российской выборке, проведена проверка их надежности и валидности.

4. Факторный анализ всех рассматриваемых в исследовании переменных позволил выделить три фактора, которые хорошо интерпретируются и получили название «*Внутриличностное благополучие*», «*Внеличностное благополучие*» и «*Межличностное благополучие*».

5. Выделенные факторы соответствуют основным блокам структурно-уровневой модели личностного благополучия: *личностному*, включающему в себя свойства темперамента, личности и характерологической позитивности, *внешнему (внеличностному)*, состоящему из биологических, социальных и материальных благ и *межличностному*, ориентированному на благополучные межличностные отношения.

6. Результаты факторного, корреляционного и дисперсионного анализа свидетельствуют о том, что субъективное благополучие как сложный психологический феномен, является *структурообразующим фактором* в системе компонентов личностного благополучия, что соответствует теоретической модели.

7. Содержание показателей методик, использованных для диагностики субъективного благополучия, а также характер и величина интеркорреляций между ними, позволяют обоснованно выделить *три компонента субъективного благополучия*: аффективный, когнитивно-аффективный и когнитивный.

8. Компоненты характерологической позитивности не только тесно связаны с показателями субъективного благополучия, но и в соответствии с результатами дисперсионного анализа оказывают непосредственное влияние на его уровень. Чем больше степень выраженности и проявления в поведении позитивных черт характера, тем больше уровень субъективного благополучия.

9. Большинство из базовых свойств личности и свойств темперамента тесно связаны с субъективным благополучием и оказывают на него как непосредственное (прямое) влияние, так, в еще большей степени, опосредованное, через обеспечение формирования и проявления характерологической позитивности.

10. Оценки материального и социального благополучия высоко значимо коррелируют с субъективным благополучием и оказывают влияние на уровень

его проявления, выступая в общей структуре личностного благополучия как факторы внеличного уровня.

11. Сравнение показателей испытуемых группы благополучных и неблагополучных продемонстрировало диаметрально противоположное отличие их между собой по личностным, темпераментным и характерологическим качествам, а также по оценкам своих материальных и социальных характеристик. Судя по всему, субъективно успешные и неуспешные – это люди с принципиально различными личностными структурами.

12. Биологические факторы возраста и пола играют важную роль в проявлении всех структурных компонентов психологической основы личностного благополучия, оказывая множественное влияние на выраженность показателей личностного благополучия человека.

13. Сравнительный анализ всех использованных в исследовании показателей мужчин и женщин, молодых и взрослых в группах с высоким и низким уровнем субъективного благополучия позволил выявить значимые различия по разнородным показателям.

14. Новые конструкторы «добродетели» и «силы характера», предложенные сторонниками позитивной психологии, взаимосвязаны с базовыми свойствами личности и зависят от них, что свидетельствует о принципиальном родстве «новых» и «старых» конструкторов, но также об их разноуровневой зависимости.

15. Эксперимент, направленный на проверку эффективности влияния некоторых способов (техник) на компоненты субъективного благополучия, показал возможность значимого изменения его двух компонентов (аффективного и когнитивно-аффективного).

16. Результаты исследования позволили выделить и доказать влияние факторов различного уровня: внеличного, внутриличностного и межличностного на субъективное благополучие как структурообразующий фактор системы личностного благополучия, что соответствует структурно-уровневой модели личностного благополучия и подтверждает основную гипотезу исследования.

Основное содержание диссертационного исследования отражено в публикациях (общий объем 2,24 п.л., авторский вклад 1,92 п.л.).

**Публикации в рецензируемых журналах, рекомендованных ВАК Министерства образования и науки РФ для публикации основных результатов диссертационных исследований:**

1. Башкатов С.А. Влияние характеристик темперамента и базовых свойств личности на компоненты позитивности как основы личностного благополучия / С.А. Башкатов // Вестник ЮУрГУ, серия «Психология». – Челябинск.- 2013. – Т. 6.- № 1. – С. 4-13 (0,6 п.л.).

2. Башкатов С.А. Зависимость характеристик личностного благополучия от социально-биологических показателей / С.А. Башкатов // Вестник ВЭГУ. - 2013.- Т. 64.- № 2.- С. 10-20 (0,6 п.л.).

**Другие публикации:**

3. Башкатов С.А. Характеристики темперамента и базовые свойства личности как факторы личностного благополучия / С.А. Башкатов // Сборник материалов XXIX Международной научно-практической конференции «Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения». - Новосибирск: СИБПРИНТ, 2013. - С. 7-13 (0,4 п.л.).

4. Башкатов С.А. Социально-биологические факторы личностного благополучия / С.А. Башкатов // Сборник трудов I Международной научной конференции «Психология развития и стагнации личности в рамках современного общества». - Казань: Изд-во «Казанский университет», 2013. - с. 14 (п.л.).

5. Башкатов С.А. Влияние пола и возраста на разноуровневые показатели лиц с высоким субъективным благополучием / Башкатов С.А., Гафарова Н.В. // Сборник трудов X Международной научно-практической конференции «Современная психология: теория и практика». - М.: Научно-информационный издательский центр «Институт Стратегических Исследований», 2013. - С. 5-11 (0,4 п.л.).

6. Башкатов С.А. Профессиональный выбор и позитивность восприятия допризывников / С.А. Башкатов, Н.А. Корнилова, Л.И. Исмагилова // Материалы Международной научно-практической конференции «Психология в современном развивающемся мире: теория и практика». - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2012. - С. 17-19 (0,18 п.л.).

Башкатов Сергей Александрович  
Разноуровневые факторы личностного  
благополучия

Автореф. дисс. на соискание учёной степени  
кандидата психол. наук.

Подписано в печать 21.10.2013. Заказ № 471

Формат 60×90/16. Усл. печ. л. 1,5. Тираж 120 экз.

Редакционно-издательский центр  
Башкирского государственного университета