

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 3 / 2023, Vol. 11, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN323.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Галашева, О. С. Психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью в связи с социально-психологической адаптацией подростков / О. С. Галашева, Л. А. Головей // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN323.pdf>

**For citation:**

Galasheva O.S., Golovey L.A. Psychological well-being and life satisfaction in connection with the socio-psychological adaptation of adolescents. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(3): 25PSMN323. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN323.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

*Исследование выполнено при поддержке РНФ, грант РНФ № 23-28-00999*

**Галашева Ольга Сергеевна**

ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», Санкт-Петербург, Россия

Аспирант

E-mail: [oly.g.996@gmail.com](mailto:oly.g.996@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3163-0569>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=1068916](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1068916)

WoS: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/IQU-2604-2023>

**Головей Лариса Арсеньевна**

ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», Санкт-Петербург, Россия

Профессор кафедры «Психологии развития и дифференциальной психологии»

Доктор психологических наук, профессор

E-mail: [lgolovey@yandex.ru](mailto:lgolovey@yandex.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9252-0980>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=105087](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=105087)

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=22950486300>

## **Психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью в связи с социально-психологической адаптацией подростков**

**Аннотация.** Рассматривается роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в связи с социально-психологической адаптацией подростков. Представлен анализ зарубежных и отечественных исследований по проблеме. Актуальность исследования обусловлена высокой динамикой современного мира, в котором подростки сталкиваются с необходимостью постоянной и быстрой адаптации к новым условиям и требованиям. Мы предположили, что психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью могут выступать, как в качестве факторов, способствующих социально-психологической адаптации, так и сами могут изменяться при изменении уровня адаптации. Использовались методы: многомерная шкала удовлетворенности жизнью на основе опросника Е.С. Хьюбнера (О.А. Сычев и др.), шкала удовлетворенности жизнью Е. Динер, шкала психологического благополучия К. Рифф (модификация Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной), методика социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. В исследовании приняли участие 299 подростков (155 девушек и 144 юноши), которые впоследствии были разделены на группы в зависимости от уровня социально-психологической адаптации. При математико-статистической обработке применялись анализ первичных статистик, вычислялись показатели различий с помощью t-критерия Стьюдента, использован корреляционный и

регрессионный анализ. Выявлены достоверные различия между подростками с высокими и низкими показателями социально-психологической адаптации: у подростков с высокими значениями социально-психологической адаптации значительно выше показатели психологического благополучия и удовлетворенности жизнью; обнаружены взаимосвязи показателей социально-психологической адаптации с показателями психологического благополучия и удовлетворенности жизнью. Выявлено, что психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью также имеют взаимосвязи между собой, что согласуется с результатами других исследований. Проведенное исследование обнаружило предикторы социально-психологической адаптации подростков: ими стали сниженные параметры интернальности и самопринятия, но повышенная направленность на принятие других, а также удовлетворенность отношениями с учителями, в семье и с друзьями.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие; удовлетворенность жизнью; социально-психологическая адаптация; адаптация; подростки

### Введение

Подростковый возраст характеризуется физиологическими и психологическими изменениями, изменяется социальная ситуация развития. Эти изменения происходят на фоне высокой динамичности, неустойчивости повседневной жизни, что предъявляет повышенные требования к адаптивным способностям подростков, поскольку высокий уровень транзитивности общества требует быстрой перестройки адаптационных механизмов. В свете обозначенных тенденций современной жизни, возрастает актуальность изучения возможностей и уровня социально-психологической адаптации подростков, а также взаимосвязанных с ней факторов. Психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью могут выступать в качестве факторов, способствующих благоприятному течению процесса социально-психологической адаптации подростков.

Брэдберн Н., рассматривая психологическое благополучие через ощущение счастья и удовлетворенность жизнью, определял его как баланс между позитивными и негативными аффектами. При этом, благоприятным является преобладание позитивных эмоций над негативными [1; 2]. Психологическое благополучие связывается с потребностью и способностью личности к развитию, самореализации и самоактуализации, в зависимости от которых человек ощущает собственную психологическую целостность и удовлетворенность [3]. Е. Динер предположил, что благополучие включает в себя удовлетворенность жизнью [4].

Удовлетворенность жизнью является одной из составляющих здоровой, активной личности [5]. В случае неудовлетворенности собственной жизнью возможно повышение уровня психоэмоционального напряжения, вследствие неудовлетворения повседневных потребностей [7]. Исследователи отмечают, что низкие показатели удовлетворенности жизнью связаны с наиболее высоким уровнем переживания стрессовых событий [8]. В качестве одного из важнейших предикторов удовлетворенности жизнью может выступать позитивное самоотношение [9].

Исходя из вышесказанного, целью работы явилось изучение особенностей психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подростков в связи с показателями их социально-психологической адаптации.

Гипотезы:

1. Существуют различия в психологическом благополучии и удовлетворенности жизнью подростков с разным уровнем и структурой показателей социально-психологической адаптации.

2. Психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью могут выступать, как в качестве факторов, способствующих социально-психологической адаптации, так и сами могут изменяться под влиянием адаптации.

Задачи:

1. Проведение теоретического анализа современного состояния проблемы.
2. Изучение особенностей психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подростков с разными показателями социально-психологической адаптации.
3. Выявление взаимосвязей показателей социально-психологической адаптации с удовлетворенностью жизнью и психологическим благополучием.

### Методы

В исследовании приняли участие 299 подростков (155 девушек и 144 юноши) в возрасте от 13 до 17 лет. В процессе анализа результатов выборка была разделена на группы по уровню социально-психологической адаптации. В группу с высоким уровнем вошли 43 подростки (20 девушек и 23 юноши), с низкими значениями — 45 человек (34 девушки и 11 юношей).

Методы обработки данных: количественный и качественный анализ эмпирических данных. Статистические критерии, используемые в обработке данных: Т-критерий Стьюдента, корреляционный, регрессионный анализ. Статистическая обработка данных проводилась с применением программ Microsoft Office Excel 2013 и SPSS (Statistics Package for Social Sciences).

Использовались следующие методы сбора материала:

1. Шкала психологического благополучия К. Рифф в модификации Л.В. Жуковской и Е.Г. Трошихиной [10], которая представляет из себя экспресс-вариант шкалы К. Рифф для подростков и состоит из 18 утверждений. Интерпретация результатов производится по следующим шкалам: «Автономность», «Компетентность», «Личностный рост», «Позитивные отношения», «Жизненные цели», «Самопринятие». Общие значения по всем шкалам отражает показатель «Психологическое благополучие».

2. Многомерная шкала удовлетворенности жизнью (ШУДЖИ) [11] разработана О.А. Сычевым, Т.О. Гордеевой, М.В. Лункиной, Е.Н. Осиным и А.Н. Сидневой в 2018 году на основе опросника Е.С. Хьюбнера. Методика позволяет получить оценку удовлетворенности жизнью по пяти шкалам: «Семья» (измеряет удовлетворенность отношениями в семье), «Школа» (удовлетворенность школой, в которой подросток проходит обучение), «Учителя» (удовлетворенность отношениями с учителями), «Я сам» (удовлетворённость собой), «Друзья» (удовлетворенность отношениями с друзьями), а также общий показатель удовлетворенности жизнью.

3. Шкала удовлетворенности жизнью Е. Динер в адаптации Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева (2004) [12].

4. Опросник социально-психологической адаптации личности (Р. Даймонд, К. Роджерс) <sup>1</sup>, который позволяет выявить общий уровень социально-психологической адаптации, а также 6 показателей по шкалам: «Адаптация», «Приятие других», «Интернальность», «Принятие себя», «Эмоциональный комфорт», «Стремление к доминированию».

---

<sup>1</sup> Практикум по возрастной психологии: учеб, пособие / под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. — 2-е изд., доп. и перераб. — СПб.: Речь, 2006. — С. 348–354.

## Результаты

В первую очередь рассматривались показатели психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подростков. Значения психологического благополучия в группе варьируют от 28 до 89 при  $M = 67,67$  (у девушек от 28 до 89  $M = 65,43$ , у юношей от 34 до 87  $M = 70,09$ ). Значения удовлетворенности жизнью согласно Многомерной шкале удовлетворенности жизнью от 51 до 149 при  $M = 107,28$  (у девушек от 54 до 149  $M = 108,89$ , у юношей от 51 до 144  $M = 105,56$ ), по методике Е. Динера — от 6 до 35 при  $M = 22,62$  (у девушек от 6 до 35  $M = 22,12$ , у юношей от 7 до 35  $M = 23,22$ ). Данные показатели соответствуют средним нормативным значениям по использованным методикам, и свидетельствуют в целом, о среднем уровне психологического благополучия и удовлетворенности жизнью, при значительной индивидуальной вариативности.

Корреляционный анализ позволил выявить 45 связей между показателями психологического благополучия и удовлетворенности жизнью (при  $p = 0,01$ ;  $p = 0,05$ ) (табл. 1).

Таблица 1

### Взаимосвязи психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подростков

| Психологическое благополучие | Значимость         | Сфера удовлетворенности жизнью «Семья» | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа» | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам» | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья» | Удовлетворенность жизнью (ШУДЖИ) | Удовлетворенность жизнью (Е. Динер) |
|------------------------------|--------------------|--|--|--|--|---|----------------------------------|-------------------------------------|
|                              |                    |  |  |  |  |   |                                  |                                     |
| Автономность                 | Корреляция Пирсона | 0,101                                  | 0,001                                  | 0,072                                    | 0,379**                                | 0,307**                                 | 0,224**                          | 0,279**                             |
|                              | Значимость         | 0,080                                  | 0,985                                  | 0,214                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Компетентность               | Корреляция Пирсона | 0,432**                                | 0,538**                                | 0,423**                                  | 0,510**                                | 0,264**                                 | 0,598**                          | 0,552**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,000                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Личностный рост              | Корреляция Пирсона | 0,220**                                | 0,542**                                | 0,399**                                  | 0,378**                                | 0,183**                                 | 0,473**                          | 0,232**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,000                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Позитивные отношения         | Корреляция Пирсона | 0,361**                                | 0,212**                                | 0,260**                                  | 0,527**                                | 0,445**                                 | 0,487**                          | 0,533**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,000                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Жизненные цели               | Корреляция Пирсона | 0,362**                                | 0,409**                                | 0,357**                                  | 0,441**                                | 0,393**                                 | 0,535**                          | 0,451**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,000                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Самопринятие (К. Рифф)       | Корреляция Пирсона | 0,296**                                | 0,137*                                 | 0,201**                                  | 0,526**                                | 0,258**                                 | 0,385**                          | 0,456**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,017                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |
| Психологическое благополучие | Корреляция Пирсона | 0,441**                                | 0,452**                                | 0,422**                                  | 0,684**                                | 0,454**                                 | 0,668**                          | 0,624**                             |
|                              | Значимость         | 0,000                                  | 0,000                                  | 0,000                                    | 0,000                                  | 0,000                                   | 0,000                            | 0,000                               |

Примечания: \*\* — уровень значимости  $p \leq 0,01$ ; \* — уровень значимости  $p \leq 0,05$ . Нули перед запятой опущены. Составлено авторами эмпирического исследования

Показатель психологического благополучия «Автономность» имеет взаимосвязи с удовлетворенностью жизнью подростков в сферах взаимоотношений с собой и друзьями, а также с общим показателем удовлетворенности жизнью методик Е. Динера и Многомерной шкалой удовлетворенности жизнью (все связи при  $p \leq 0,01$ ). Показатель «Самопринятие» имеет взаимосвязь с удовлетворенностью жизнью подростков в сфере «Школа» при  $p \leq 0,05$ , а также в сферах взаимоотношений с семьёй, учителями, с собой и друзьями, а также с общим

показателем удовлетворенности жизнью методик Е. Динера и Многомерной шкалой удовлетворенности жизнью (все связи при  $p \leq 0,01$ ).

Показатели «Психологическое благополучие», «Компетентность», «Личностный рост», «Позитивные отношения», «Жизненные цели» имеют взаимосвязи со всеми показателями удовлетворенности жизнью при  $p \leq 0,01$ .

Таким образом, чем выше у подростков психологическое благополучие, тем выше их удовлетворенность жизнью и, наоборот. При этом «Автономность» в меньшей мере связана с удовлетворенностью взаимодействием в семье, в школе и с учителями. Это можно объяснить тем, что подросток, стремящийся к автономии, независимости не направлен на взаимодействие с ближайшим окружением, возможно, видя в окружении посягательства на собственную независимость. Далее рассматривались взаимосвязи психологического благополучия с показателями социально-психологической адаптации (табл. 2). Корреляционный анализ позволил выявить 49 связей при  $p \leq 0,01$ .

Таблица 2

**Взаимосвязи психологического благополучия  
подростков с социально-психологической адаптацией**

| Показатели                            | Автономность | Компетентность | Личностный<br>рост | Позитивные<br>отношения | Жизненные<br>цели | Самопринятие<br>(К. Рифф) | Психологическое<br>благополучие |
|---------------------------------------|--------------|----------------|--------------------|-------------------------|-------------------|---------------------------|---------------------------------|
| Социально-психологическая адаптация   | 0,562**      | 0,416**        | 0,285**            | 0,639**                 | 0,451**           | 0,729**                   | 0,765**                         |
| Адаптация                             | 0,423**      | 0,571**        | 0,403**            | 0,595**                 | 0,499**           | 0,575**                   | 0,759**                         |
| Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | 0,292**      | 0,543**        | 0,376**            | 0,410**                 | 0,390**           | 0,318**                   | 0,574**                         |
| Принятие других                       | 0,291**      | 0,311**        | 0,251**            | 0,575**                 | 0,324**           | 0,506**                   | 0,560**                         |
| Эмоциональный комфорт                 | 0,331**      | 0,504**        | 0,366**            | 0,510**                 | 0,440**           | 0,514**                   | 0,661**                         |
| Интернальность                        | 0,347**      | 0,509**        | 0,412**            | 0,370**                 | 0,440**           | 0,446**                   | 0,624**                         |
| Стремление к доминированию            | 0,504**      | 0,391**        | 0,282**            | 0,403**                 | 0,429**           | 0,417**                   | 0,598**                         |

Примечания: \*\* — уровень значимости  $p \leq 0,01$ ; \* — уровень значимости  $p \leq 0,05$ . Нули перед запятой опущены. Составлено авторами эмпирического исследования

Как видно из таблицы 2, все показатели социально-психологической адаптации имеют связи с показателями психологического благополучия, что позволяет говорить о том, что повышению показателей психологического благополучия соответствует повышение их социально-психологической адаптации.

Это означает, что подростков с высокими показателями социально-психологической адаптации характеризует независимость от мнения и воли других людей, позитивное самовосприятие, компетентность, стремление к личностному росту и доверительным отношениям с другими людьми, для них характерно наличие целей в жизни и чувство осмысленности своего прошлого и настоящего.

При рассмотрении взаимосвязей удовлетворенности жизнью с показателями социально-психологической адаптации (табл. 3), корреляционный анализ позволил выявить 49 связей при  $p \leq 0,01$ , что свидетельствует о тесной связи и взаимовлиянии указанных характеристик.

Таблица 3

**Взаимосвязи удовлетворенности жизнью подростков с социально-психологической адаптацией**

| Показатели                            | Сфера удовлетворенности жизнью «Семья» | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа» | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам» | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья» | Удовлетворенность жизнью (ШУ/ДЖИ) | Удовлетворенность жизнью (Е. Динер) |
|---------------------------------------|--|--|--|--|---|-----------------------------------|-------------------------------------|
| Социально-психологическая адаптация   | 0,332**                                | 0,312**                                | 0,310**                                  | 0,639**                                | 0,474**                                 | 0,557**                           | 0,492**                             |
| Адаптация                             | 0,441**                                | 0,459**                                | 0,389**                                  | 0,670**                                | 0,467**                                 | 0,660**                           | 0,527**                             |
| Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | 0,361**                                | 0,423**                                | 0,324**                                  | 0,581**                                | 0,409**                                 | 0,569**                           | 0,394**                             |
| Принятие других                       | 0,353**                                | 0,293**                                | 0,319**                                  | 0,601**                                | 0,480**                                 | 0,552**                           | 0,428**                             |
| Эмоциональный комфорт                 | 0,431**                                | 0,482**                                | 0,408**                                  | 0,603**                                | 0,382**                                 | 0,630**                           | 0,539**                             |
| Интернальность                        | 0,299**                                | 0,445**                                | 0,260**                                  | 0,471**                                | 0,335**                                 | 0,492**                           | 0,414**                             |
| Стремление к доминированию            | 0,163**                                | 0,277**                                | 0,219**                                  | 0,480**                                | 0,423**                                 | 0,415**                           | 0,274**                             |

Примечания: \*\* — уровень значимости  $p \leq 0,01$ ; \* — уровень значимости  $p \leq 0,05$ . Нули перед запятой опущены. Составлено авторами эмпирического исследования

Все показатели социально-психологической адаптации подростков имеют связи с показателями удовлетворенности жизнью, что позволяет говорить о том, что повышению удовлетворенности жизнью соответствуют более высокий уровень социально-психологической адаптации. То есть, подростки с высоким уровнем удовлетворенности жизнью характеризуются удовлетворённостью собой, принятием других и потребностью в общении, взаимодействии, предрасположенностью к внутренней локализации контроля — принятии ответственности за события, происходящие в жизни, они характеризуются стремлением к лидерству, эмоциональным комфортом и адаптированностью.

Далее, были изучены различия между группами подростков с высокими и низкими значениями социально-психологической адаптации (табл. 4).

С целью рассмотрения особенностей психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подростков с разным уровнем социально-психологической адаптации, выборка была разделена на группы по уровню социально-психологической адаптации. В группу с высоким уровнем социально-психологической адаптации (от 474 до 573 баллов,  $M = 526,83$ ) вошли 43 человека (20 девушек и 23 юноши). В группу с низкими значениями (от 159 до 313 баллов,  $M = 277,08$ ) — 45 чел. (34 девушки и 11 юношей).

Выявлено, что у подростков с высокими значениями социально-психологической адаптации значительно выше показатели психологического благополучия и удовлетворенности жизнью (все различия при  $p \leq 0,000$ ; табл. 4). Таким образом, подростки с высокой социально-психологической адаптацией проявляют автономность, компетентность, самопринятие, а также стремление к личностному росту, позитивным отношениям с окружающими, имеют жизненные цели, что проявляется и в высоком общем уровне их психологического благополучия. Подростки с высокими показателями социально-психологической адаптации испытывают удовлетворенность жизнью, и взаимоотношениями в сферах взаимодействия «Семья», «Школа», «Учителя», «Я сам», «Друзья».

Таблица 4

**Психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью в группах с высокими и низкими значениями социально-психологической адаптации**

| Показатели                               | Высокие значения социально-психологической адаптации (N = 43) |          | Низкие значения социально-психологической адаптации (N = 45) |          | t-критерий Стьюдента | Доверительная вероятность p |
|--|---|----------|--|----------|----------------------|-----------------------------|
|  | $\bar{X}$   | $\sigma$ | $\bar{X}$  | $\sigma$ |                      |                             |
| Автономность                             | 12,627  | 1,826    | 9,488  | 2,302    | 7,065                | $\leq 0,000$                |
| Компетентность                           | 11,720  | 2,152    | 7,933  | 2,250    | 8,061                | $\leq 0,000$                |
| Личностный рост                          | 12,767  | 1,493    | 10,022   | 2,061    | 7,126                | $\leq 0,000$                |
| Позитивные отношения                     | 14,162  | 1,378    | 10,200   | 2,445    | 9,304                | $\leq 0,000$                |
| Жизненные цели                           | 12,860  | 1,655    | 9,644  | 2,001    | 8,192                | $\leq 0,000$                |
| Самопринятие (К. Рифф)                   | 14,162  | 1,252    | 9,555  | 2,767    | 9,980                | $\leq 0,000$                |
| Психологическое благополучие             | 78,302  | 5,457    | 56,844   | 8,662    | 13,829               | $\leq 0,000$                |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Семья»   | 25,767  | 5,154    | 18,311   | 6,037    | 6,218                | $\leq 0,000$                |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 21,814  | 3,989    | 14,533   | 4,722    | 7,795                | $\leq 0,000$                |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | 23,046  | 4,864    | 17,022   | 5,237    | 5,584                | $\leq 0,000$                |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 27,279  | 2,538    | 17,288   | 4,485    | 12,778               | $\leq 0,000$                |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | 28,744  | 2,161    | 21,844   | 6,182    | 6,923                | $\leq 0,000$                |
| Удовлетворенность жизнью (ШУДЖИ)         | 126,651   | 14,008   | 89,000   | 14,774   | 12,256               | $\leq 0,000$                |
| Удовлетворенность жизнью (Е. Динер)      | 28,093  | 4,162    | 18,200   | 5,833    | 9,121                | $\leq 0,000$                |

*Составлено авторами эмпирического исследования*

Для выявления роли психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в социально-психологической адаптации подростков был проведен регрессионный анализ. Исходя из трудностей выявления предикторов и зависимых переменных при определении взаимодействия социально-психологической адаптации с психологическим благополучием и удовлетворенности жизнью, были использованы различные варианты моделей регрессионного анализа, в которых каждая из переменных играла роль то предиктора, то зависимой переменной.

В первом варианте в качестве зависимых переменных выступали показатели социально-психологической адаптации, в качестве независимых — удовлетворенность жизнью и психологическое благополучие (табл. 5).

Анализ регрессионной модели показал, что предикторами социально-психологической адаптации выступают удовлетворенность взаимоотношениями с друзьями ( $p \leq 0,009$ ), учителями ( $p \leq 0,006$ ), в школе ( $p \leq 0,000$ ), с собой ( $p \leq 0,000$ ) и удовлетворенность жизнью (Е. Динер) ( $p \leq 0,040$ ).

Предикторами показателя социально-психологической адаптации «Самопринятие» выступают удовлетворенность взаимоотношениями в школе ( $p \leq 0,003$ ), с собой ( $p \leq 0,000$ ), негативными предикторами выступают удовлетворенность взаимоотношениями с учителями ( $p \leq 0,032$ ) и удовлетворенность жизнью ( $p \leq 0,061$ ). Предикторами «Принятия других» выступают удовлетворенность взаимоотношениями с друзьями ( $p \leq 0,000$ ) и с собой ( $p \leq 0,000$ ). Предикторами «Эмоционального комфорта» выступают удовлетворенность взаимоотношениями

в школе ( $p \leq 0,000$ ) и с собой ( $p \leq 0,002$ ). Предикторами «Интернальности» выступают удовлетворенность взаимоотношениями в школе ( $p \leq 0,000$ ) и с друзьями ( $p \leq 0,097$ ), негативным предиктором выступает удовлетворенность взаимоотношениями с учителями ( $p \leq 0,000$ ). Предикторами «Стремления к доминированию» выступают удовлетворенность взаимоотношениями в школе ( $p \leq 0,010$ ) и с друзьями ( $p \leq 0,001$ ), негативными предикторами выступают удовлетворенность взаимоотношениями с семьей ( $p \leq 0,071$ ), учителями ( $p \leq 0,041$ ) и удовлетворенность жизнью (Е. Динер) ( $p \leq 0,000$ ).

Таблица 5

**Регрессионная модель взаимосвязей  
удовлетворенности жизнью и социально-психологической адаптации**

| Зависимая переменная                  | Предикторы                               | $\beta$ | B(SE)          | p     |
|---------------------------------------|--|---------|----------------|-------|
| Социально-психологическая адаптация   | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,277   | 4,227 (0,891)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | -0,141  | -2,090 (0,748) | 0,006 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 0,220   | 3,578 (0,954)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | 0,126   | 2,202 (0,832)  | 0,009 |
|                                       | Удовлетворенность жизнью (Е. Динер)      | -0,105  | -1,363 (0,660) | 0,040 |
| Адаптация                             | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,215   | 0,556 (0,155)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 0,190   | 0,523 (0,166)  | 0,002 |
| Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,226   | 0,698 (0,233)  | 0,003 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | -0,141  | -0,423 (0,196) | 0,032 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 0,298   | 0,982 (0,250)  | 0,000 |
|                                       | Удовлетворенность жизнью (Е. Динер)      | -0,124  | -0,325 (0,173) | 0,061 |
| Принятие других                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 0,264   | 0,716 (0,200)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | 0,161   | 0,467 (0,174)  | 0,008 |
| Эмоциональный комфорт                 | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,269   | 0,916 (0,237)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | 0,215   | 0,779 (0,254)  | 0,002 |
| Интернальность                        | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,338   | 1,145 (0,250)  | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | -0,255  | -0,835 (0,210) | 0,000 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | 0,100   | 0,388 (0,234)  | 0,097 |
| Стремление к доминированию            | Сфера удовлетворенности жизнью «Семья»   | -0,098  | -0,317 (0,175) | 0,071 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | 0,192   | 0,691 (0,268)  | 0,010 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | -0,133  | -0,462 (0,225) | 0,041 |
|                                       | Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | 0,202   | 0,832 (0,250)  | 0,001 |
|                                       | Удовлетворенность жизнью (Е. Динер)      | -0,258  | -0,786 (0,198) | 0,000 |

Составлено авторами эмпирического исследования

Рассмотрим сферы удовлетворенности жизнью наиболее подробно. Сфера удовлетворенности жизнью «Школа» выступает позитивным предиктором практически всех показателей социально-психологической адаптации (адаптация, самопринятие, эмоциональный комфорт, интернальность, стремление к доминированию, общий уровень социально-психологической адаптации). Таким образом, удовлетворенность взаимодействием в учебном заведении способствует переживанию эмоционального комфорта, принятию подростом себя, внутренней локализации контроля, стремлению к лидерской позиции.

Удовлетворенность жизнью в сфере «Друзья» выступает предиктором социально-психологической адаптации, принятия других, интернальности и стремления к доминированию. Так, подростки, высоко оценивающие удовлетворенность взаимодействием в кругу друзей, проявляют более высокие показатели социально-психологической адаптации, позитивное отношение к окружающим, стремление к лидерской позиции и способны принимать на себя ответственность за события, происходящие в жизни.

Удовлетворенность жизнью в сфере «Я сам» является позитивным предиктором адаптации, самопринятия, принятия других, эмоционального комфорта и общего показателя социально-психологической адаптации. Таким образом, подросток, переживающий



удовлетворенность взаимодействием с собой, проявляет готовность к принятию себя и других людей, испытывает состояние эмоционального комфорта и характеризуется более высокой адаптацией.

При этом, сфера удовлетворенности жизнью в сфере «Учителя» выступает негативным предиктором таких показателей социально-психологической адаптации, как самопринятие, интернальность, стремление к доминированию. Удовлетворенность в Сфере взаимодействия «Семья» является негативным предиктором стремления к доминированию подростков, т. е. подростки, удовлетворенные взаимодействием в семье, не испытывают потребности в доминировании и сепарации от родительской семьи, что предотвращает нарастание конфликтов с миром взрослых, характерное для этого возраста [13]. В то же время причиной неудовлетворенности отношениями с учителями могут быть высокий уровень самопринятия подростка, внутренняя локализация контроля, стремление отстаивать свою точку зрения, что не всегда поддерживают учителя.

В уравнении регрессии, в котором предиктором выступали показатели психологического благополучия, а зависимыми переменными социально-психологическая адаптация не обнаружено значимых взаимосвязей.

Рассмотрим второй вариант регрессионного анализа, в котором выявлялась роль социально-психологической адаптации в психологическом благополучии и удовлетворенности жизнью подростков, и в качестве зависимых переменных выступали показатели психологического благополучия (табл. 6) и удовлетворенности жизнью (табл. 7).

Таблица 6

**Регрессионная модель предикторов психологического благополучия**

| Зависимая переменная         | Предикторы                            | $\beta$ | B(SE)          | p     |
|------------------------------|---------------------------------------|---------|----------------|-------|
| Психологическое благополучие | Адаптация                             | 0,392   | 0,274 (0,130)  | 0,036 |
|                              | Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | -0,207  | -0,121 (0,045) | 0,008 |
|                              | Социально-психологическая адаптация   | 0,706   | 0,083 (0,038)  | 0,028 |
| Автономность                 | Стремление к доминированию            | 0,411   | 0,048 (0,013)  | 0,000 |
| Компетентность               | Принятие других                       | -0,346  | -0,062 (0,015) | 0,000 |
| Личностный рост              | Принятие других                       | -0,178  | -0,030 (0,016) | 0,066 |
|                              | Социально-психологическая адаптация   | 0,857   | 0,024 (0,013)  | 0,063 |
| Позитивные отношения         | Адаптация                             | 0,452   | 0,076 (0,038)  | 0,047 |
|                              | Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | -0,218  | -0,031 (0,013) | 0,021 |
|                              | Принятие других                       | 0,200   | 0,034 (0,014)  | 0,016 |
|                              | Интернальность                        | -0,329  | -0,042 (0,014) | 0,002 |
| Жизненные цели               | Принятие других                       | -0,167  | -0,029 (0,016) | 0,070 |
| Самопринятие (К. Рифф)       | Адаптация                             | 0,474   | 0,089 (0,043)  | 0,040 |
|                              | Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | -0,468  | -0,074 (0,015) | 0,000 |

Составлено авторами эмпирического исследования

Анализ регрессионной модели показал, что предикторами психологического благополучия выступают адаптация ( $p \leq 0,036$ ), самопринятие ( $p \leq 0,008$ ), и общий показатель социально-психологической адаптации ( $p \leq 0,028$ ).

Предиктором «Автономности» выступает показатель социально-психологической адаптации «Стремление к доминированию» ( $p \leq 0,000$ ). «Принятие других» выступает негативным предиктором «Компетентности» ( $p \leq 0,000$ ) и «Жизненных целей» ( $p \leq 0,070$ ). Предикторами личностного роста выступают социально-психологическая адаптация ( $p \leq 0,063$ ) и принятие других (негативный предиктор,  $p \leq 0,066$ ). Предикторами «Позитивных отношений» выступают адаптация ( $p \leq 0,047$ ) и принятие других ( $p \leq 0,016$ ), негативными предикторами являются самопринятие ( $p \leq 0,021$ ) и интернальность ( $p \leq 0,002$ ). Предикторами

самопринятия (К. Рифф) выступает адаптация ( $p \leq 0,040$ ) и показатель методики К. Роджерса и Р. Даймонда «Самопринятие» ( $p \leq 0,000$ ).

Таким образом, «Принятие других» выступает предиктором «Позитивных отношений», что может говорить о том, что направленность на общение с другими, доверие к людям, положительное отношение к ним являются непременным условием позитивных отношений с ними. При этом, «Принятие других» выступает негативным предиктором «Компетентности», «Личностного роста», «Жизненных целей». Это может свидетельствовать о том, что подростки, не испытывающие потребности во взаимодействии с другими людьми, нацелены на реализацию личностного потенциала и собственных потребностей, проявляют стремление к получению нового опыта, осуществлению разнообразных видов деятельности и самореализации через деятельность.

Стоит обратить внимание на показатель социально-психологической адаптации «Самопринятие», который выступает негативным предиктором психологического благополучия, позитивных отношений и показателя «Самопринятие» методики К. Рифф. Полученные результаты могут свидетельствовать о действии механизмов, защищающих самооценку.

Таблица 7

**Регрессионная модель предикторов удовлетворенности жизнью**

| Зависимая переменная                     | Предикторы                            | $\beta$ | B(SE)          | p     |
|--|---------------------------------------|---------|----------------|-------|
| Удовлетворенность жизнью (ШУДЖИ)         | Социально-психологическая адаптация   | 1,826   | 0,433 (0,087)  | 0,000 |
|  | Интернальность                        | -0,438  | -0,469 (0,107) | 0,000 |
|  | Стремление к доминированию            | -0,348  | -0,351 (0,093) | 0,000 |
| Удовлетворенность жизнью (Е. Динер)      | Социально-психологическая адаптация   | 1,664   | 0,128 (0,033)  | 0,000 |
|  | Самопринятие (К. Роджерс, Р. Даймонд) | -0,321  | -0,123 (0,039) | 0,002 |
|  | Интернальность                        | -0,301  | -0,105 (0,040) | 0,010 |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Семья»   | Социально-психологическая адаптация   | 0,857   | 0,063 (0,033)  | 0,059 |
|  | Стремление к доминированию            | -0,351  | -0,109 (0,035) | 0,002 |
|  | Интернальность                        | -0,283  | -0,093 (0,041) | 0,022 |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Школа»   | Социально-психологическая адаптация   | 1,923   | 0,126 (0,028)  | 0,000 |
|  | Адаптация                             | -0,629  | -0,243 (0,098) | 0,013 |
|  | Принятие других                       | -0,308  | -0,121 (0,036) | 0,001 |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Учителя» | Стремление к доминированию            | -0,446  | -0,124 (0,030) | 0,000 |
|  | Социально-психологическая адаптация   | 1,474   | 0,100 (0,031)  | 0,002 |
|  | Интернальность                        | -,417   | -0,127 (0,039) | 0,001 |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Я сам»   | Стремление к доминированию            | -,325   | -0,093 (0,034) | 0,006 |
|  | Социально-психологическая адаптация   | 1,491   | 0,092 (0,022)  | 0,000 |
|  | Интернальность                        | -0,458  | -0,127 (0,027) | 0,000 |
| Сфера удовлетворенности жизнью «Друзья»  | Стремление к доминированию            | -0,162  | -0,042 (0,023) | 0,073 |
|  | Социально-психологическая адаптация   | 0,934   | 0,054 (0,024)  | 0,030 |
|  | Принятие других                       | 0,229   | 0,079 (0,031)  | 0,011 |
|  | Интернальность                        | -0,274  | -0,071 (0,030) | 0,019 |

Составлено авторами эмпирического исследования

Предикторами общей удовлетворенности жизнью (ШУДЖИ) выступают социально-психологическая адаптация ( $p \leq 0,000$ ), интернальность ( $p \leq 0,000$ ) и стремление к доминированию ( $p \leq 0,000$ ). Предикторами удовлетворенности жизнью (Е. Динер) выступают социально-психологическая адаптация ( $p \leq 0,000$ ), самопринятие ( $p \leq 0,002$ ), интернальность ( $p \leq 0,010$ ) и стремление к доминированию ( $p \leq 0,000$ ).

Социально-психологическая адаптация выступает предиктором во всех сферах удовлетворенности жизнью: «Семья» ( $p \leq 0,059$ ), «Школа» ( $p \leq 0,000$ ), «Учителя» ( $p \leq 0,002$ ), «Я сам» ( $p \leq 0,000$ ), «Друзья» ( $p \leq 0,030$ ).

Негативными предикторами удовлетворенностью жизнью в сфере «Семья» выступают стремление к доминированию ( $p \leq 0,002$ ) и интернальность ( $p \leq 0,022$ ). Негативными предикторами удовлетворенностью жизнью в сфере «Школа» выступают адаптация ( $p \leq 0,013$ ), принятие других ( $p \leq 0,001$ ), стремление к доминированию ( $p \leq 0,000$ ). Негативными предикторами удовлетворенностью жизнью в сфере взаимодействия «Учителя» выступают интернальность ( $p \leq 0,001$ ), стремление к доминированию ( $p \leq 0,006$ ). Негативными предикторами удовлетворенностью жизнью в сфере «Я сам» выступают интернальность ( $p \leq 0,000$ ), стремление к доминированию ( $p \leq 0,073$ ). Предиктором удовлетворенностью жизнью в сфере взаимодействия «Друзья» выступает принятие других ( $p \leq 0,011$ ), негативным предиктором является интернальность ( $p \leq 0,019$ ).

Как видно из таблицы 7, стремление к доминированию выступает негативным предиктором удовлетворенности жизнью в целом и удовлетворенности в сферах взаимодействия в семье, школе, с учителями, с собой. Так, подростки, склонные проявлять доминирующую позицию, стремиться к лидерству, испытывают неудовлетворенность собственной жизнью, взаимоотношениями с собой, взаимодействием со взрослыми (в школе и семье).

Интернальность выступает негативным предиктором удовлетворенности жизнью и взаимоотношениями в семье, с учителями, друзьями и с собой. Таким образом, подростки с внутренней локализацией контроля испытывают неудовлетворенность взаимодействием с учителями, семьей, друзьями и с собой, что может быть связано с тем, что такой подросток склонен отстаивать свою точку зрения, свой взгляд на проблемы, что не всегда одобряется окружающими.

Выявленные взаимосвязи психологического благополучия и удовлетворенности жизнью подтверждаются исследованиями, в которых отмечена подобная взаимосвязь [4]. Роль психологического благополучия в социально-психологической адаптации также отмечалась в исследованиях, проведенных на выборках студентов [14] и курсантов, в которых психологическое благополучие рассматривалось в качестве условия успешной адаптации [15].

Исследователи отмечают, что подростки с высокими показателями психологического благополучия склонны использовать адаптивные стратегии поведения [16]. В ряде исследований отмечается роль взаимодействия в семье [17], с социумом (в том числе удовлетворенность социальной поддержкой) в удовлетворенности жизнью [18] и адаптации подростков [19]. В проведенном нами исследовании получены двусторонние взаимосвязи удовлетворенности жизнью и социально-психологической адаптации, при этом обобщенный показатель удовлетворенности жизнью повышается при повышении уровня социально-психологической адаптации, но снижается при повышении самопринятия, стремления к доминированию и интернальности. Это позволяет заключить, что хорошо адаптированные подростки удовлетворены жизнью в целом, в то же время факторами, осложняющими процесс адаптации, являются стремление к доминированию, ориентация только на себя при принятии решений и повышенный уровень самопринятия. Повышение интернальности сопряжено с неудовлетворенностью во многих сферах жизни. Вместе с тем, развитие должно идти по пути усиления ответственности, повышения интернальности, что требует создания специальных условий для ее проявления, предоставление большей самостоятельности подростку, уважение к его личности. Это подтверждается результатами настоящего исследования, указывающими на значимость удовлетворенности отношениями в семье, с учителями с друзьями для социально-психологической адаптации. Роль психологического благополучия подтвердилась наличием корреляционных связей, и тем, что интегральный показатель социально-психологической адаптации, и его подструктуры: принятие других, самопринятие, интернальность выступают предикторами психологического благополучия.

### Выводы

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Психологическое благополучие в целом и его показатели «Компетентность», «Личностный рост», «Позитивные отношения», «Самопринятие», «Жизненные цели» имеют взаимосвязи со всеми параметрами удовлетворенности жизнью. «Автономность» имеет взаимосвязи с удовлетворенностью жизнью в сферах взаимоотношений «Я сам», «Друзья», и общим уровнем Удовлетворенности жизнью.
2. У подростков с высокими значениями социально-психологической адаптации достоверно выше показатели психологического благополучия и удовлетворенности жизнью.
3. Психологическое благополучие по результатам регрессионного анализа сопряжено с повышением уровня социально-психологической адаптации, принятия других, но снижением интернальности и самопринятия.
4. Удовлетворенность жизнью имеет двусторонние связи с показателями социально-психологической адаптации, т. е. выступает как в качестве фактора, способствующего социально-психологической адаптации, так и находящегося под ее влиянием.
5. Ведущую роль в адаптации подростков играют сниженные параметры интернальности, самопринятия, но повышенная направленность на принятие других, и удовлетворенность отношениями с учителями, в семье и с друзьями.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Кучина Т.И. Психологическое благополучие молодых людей в изменяющемся мире // Общество: социология, психология, педагогика. — 2022. — № 3(95). — С. 72–80. — URL: <https://doi.org/10.24158/spp.2022.3.10>.
2. Фомина О.О. Факторы и возможные типы психологического благополучия личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. — 2016. — Т. 5, № 2. — С. 168–173. — URL: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2016-5-2-168-173>.
3. Павлоцкая Я.И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности: монография. — Волгоград: Изд-во Волгоградского института управления — филиала РАНХиГС, 2016. — 168 с.
4. Савенышева С.С., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие и удовлетворенность браком в период взрослости // Мир науки. Педагогика и психология. — 2017. — № 1. — URL: <http://mir-nauki.com/PDF/01PSMN117.pdf>.
5. Kim, E.S., Delaney, S.W., Tay, L., Chen, Y., Diener, E.D., Vanderweele, T.J. Life Satisfaction and Subsequent Physical, Behavioral, and Psychosocial Health in Older Adults // *Milbank Q.* — 2021. — Vol. 99(1). — P. 209–239. — URL: <https://doi.org/10.1111/1468-0009.12497>.
6. Абульханова-Славская К.А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности // Психология личности в социалистическом обществе: Активность и развитие личности. — М.: Наука, 1989. — С. 110–133.

7. Корина, О.С., Souslova, Е.А., Zaikin, Е. V. Stress level in Moscow population in 1986–1992 // Materials of the 3rd International Congress of Behavioral Medicine. Amsterdam, 1994. — P. 162.
8. Головей Л.А., Галашева О.С. Повседневный стресс и удовлетворенность жизнью девушек подросткового возраста // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. — 2022. — Т 12, № 4. — С. 431–448. — URL: <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.403>.
9. Головей Л.А., Данилова М.В., Данилова Ю.Ю. Самоотношение и отношения со значимыми взрослыми как факторы удовлетворенности жизнью у подростков // Социальная психология и общество. — 2017. — Т. 8, № 1. — С. 108–125. — URL: <https://doi.org/10.17759/sps.2017080107>.
10. Психоэмоциональное благополучие: интегративный подход / под ред. Л.А. Головей. — СПб.: Нестор-История, 2020. — 360 с.
11. Сычев О.А., Гордеева Т.О., Лункина М.В., Осин Е.Н., Сиднева А.Н. Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников // Психологическая наука и образование. — 2018. — № 6. — С. 5–15. — URL: <https://doi.org/10.17759/pse.2018230601>.
12. 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(155). — С. 117–142. — URL: <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.
13. Дубицкая Е.А., Москаленко М.С. Исследование влияния семейных конфликтов на эмоционально-волевое развитие подростков // Преподаватель XXI век. — 2011. — № 4. — С. 164–169.
14. Тарасова Л.Е. Психологическое благополучие студентов на этапе адаптации к образовательной среде вуза // Изв. Саратов. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. — 2014. — № 4(12). — С. 358–362.
15. Пашкин С.Б., Головачёв А.В., Савинская А.С. Психологическое благополучие как условие успешной адаптации курсантов к повседневной деятельности // Военный инженер. — 2020. — № 1(15). — С. 43–45.
16. Páez-Gallego, J., Gallardo-López, J.A., López-Noguero, F., Rodrigo-Moriche, M.P. Analysis of the Relationship Between Psychological Well-Being and Decision Making in Adolescent Students // Front Psychol. — 2020. — Vol. 11. — URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01195>.
17. Bi, X., Wang, S. Linkages Between Parenting Practices and Adolescents' Life Satisfaction: The Mediating Role of Resilience // Psychol Res Behav Manag. — 2023. — Vol. 16. — P. 19–27. — URL: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S391867>.
18. Povedano-Diaz, A., Muñoz-Rivas, M., Vera-Perea, M. Adolescents' life satisfaction: The role of classroom, family, self-concept and gender // International Journal of Environmental Research and Public Health. — 2019. — Vol. 17(1). — P. 19. — URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph17010019>.
19. Zhou, M., Lin, W. Adaptability and Life Satisfaction: The Moderating Role of Social Support // Front Psychol. — 2016. — Vol. 7. — URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01134>.

**Galasheva Olga Sergeevna**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
E-mail: [oly.g.996@gmail.com](mailto:oly.g.996@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3163-0569>

RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=1068916](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1068916)

WoS: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/IQU-2604-2023>

**Golovey Larisa Arsen'evna**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
E-mail: [lgolovey@yandex.ru](mailto:lgolovey@yandex.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9252-0980>

RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=105087](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=105087)

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=22950486300>

## **Psychological well-being and life satisfaction in connection with the socio-psychological adaptation of adolescents**

**Abstract.** The article discusses the role of psychological support and life satisfaction in connection with the socio-psychological adaptation of adolescents. Studying the problems of analysis of Latin American and domestic research. The relevance of the study is due to the high dynamics of the modern world, in which adolescents find the need for constancy and growth rate to new conditions and requirements. We hypothesized that psychological well-being and life satisfaction can be successful both as factors contributing to socio-psychological adaptation, and themselves change when using the level of adaptation. The following methods were used: a multidimensional scale of life satisfaction based on the E.S. Hubner (O.A. Sycheva and others), E. Diener's life satisfaction scale, K. Ryff scale of psychological well-being (modified by L.V. Zhukovskaya, E.G. Troshikhina), K. Rogers and R. Diamond. The study involved 299 adolescents (155 girls and 144 boys), who were subsequently divided into groups depending on the level of socio-psychological adaptation. During mathematical and statistical processing, we used the analysis of primary statistics, calculated the indicators of differences using the Student's t-test, and applied correlation and regression analysis. Significant differences were found between adolescents with high and low rates of socio-psychological adaptation: adolescents with high values of socio-psychological adaptation have significantly higher rates of psychological well-being and life satisfaction; interrelations of indicators of socio-psychological adaptation with indicators of psychological well-being and life satisfaction were revealed. It was revealed that psychological well-being and life satisfaction also have a relationship, which is consistent with the results of other studies. The conducted research allows us to speak about the importance of psychological well-being and life satisfaction when considering the socio-psychological adaptation of adolescents. They had reduced parameters of internality and self-acceptance, but increased focus on accepting others, as well as satisfaction with relationships with teachers, family and friends.

**Keywords:** psychological well-being; life satisfaction; socio-psychological adaptation; adaptation; adolescents