

ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И РЕФЛЕКСИИ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Элла М. Чепрасова

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия

E-mail: emchep@yandex.ru

В статье приведены результаты исследования взаимосвязи субъективного благополучия и рефлексивности подростков и старшекласников 13–18 лет. В выборку вошли 134 школьника г. Ростова-на-Дону Ростовской области.

Новизна исследования состоит в изучении особенностей связи рефлексии и субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте. Выраженность у респондентов рефлексии была оценена по общему показателю и по показателям ее различных типов и видов: интроспекция («самокопание»), квазирефлексия, системная, ретроспективная, ситуативная, проспективная и рефлексия общения.

Выявлена отрицательная статистически значимая связь между уровнем субъективного благополучия и рефлексией – интроспекцией («самокопанием»).

Таким образом, более высокий уровень субъективного благополучия наблюдается у подростков, которые меньше склонны к сосредоточению на собственных переживаниях и состояниях.

Ключевые слова

субъективное благополучие, рефлексия, рефлексивность, подростки, подростковый возраст, юношеский возраст

Для цитирования: Чепрасова Э. М. Взаимосвязь субъективного благополучия и рефлексии в подростковом и юношеском возрасте // Северо-Кавказский психологический вестник. 2018. № 16/2. С. 13–21.

RELATIONSHIPS BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND REFLECTION IN ADOLESCENCE AND YOUTH

Ella M. Cheprasova

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

E-mail: emchep@yandex.ru

Results of the research of relations among subjective well-being and reflexivity of teenagers and youth pupils of 13–18 years are given in the article. The sample of the research included 134 schoolchildren of Rostov-on-Don, Rostov region, Russia.

Novelty is in the study of the features of reflection and subjective well-being in adolescence and youth.

The intensity of the respondents' reflection was evaluated by the general indicator and by the indicators of its various types: system reflection, introspection, quasi-reflection, prospective reflection, reflection of the present activity, interaction with other people.

An inverse relationship between indicators of introspection and subjective well-being was established.

It was revealed that higher level of subjective well-being is observed in adolescents who are not inclined to introspection and fixing on their own experiences and conditions.

Keywords

subjective well-being, reflection, reflexivity, adolescents, adolescence, youth

For citation: Cheprasova E. M. Relationships between subjective well-being and reflection in adolescence and youth. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik – North-Caucasian Psychological Bulletin*, 2018, no. 16/2, pp. 13–21 (in Russian).

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире придается большое значение росту благосостояния и благополучия населения. Однако экономическая стабильность государства не гарантирует повышения удовлетворенности граждан своей жизнью. Так, было установлено, что рост доходов граждан только до определенного момента влияет на уровень их субъективного благополучия [1], соответственно, объективные экономические и социальные параметры не дают полной картины благополучия граждан. Исследования показывают, что на субъективное благополучие влияют не только внешние, объективные, факторы. То, насколько благополучной человек будет воспринимать свою жизнь, зависит также от внутренних, личностных детерминант [2, 3, 4, 5]. Даже при наличии жизненных трудностей некоторые люди имеют высокие показатели субъективного благополучия. Учитывая факт влияния как объективных, так и субъективных факторов, в некоторых странах критерий субъективного благополучия ввели в число показателей благосостояния граждан [6, 7].

Исследования счастья и субъективного благополучия, проведенные зарубежными психологами Н. Брэдберн и Э. Динер, положили начало направлению, которое пытается понять психологические и социальные основы индивидуальных и коллективных представлений людей о жизненной удовлетворенности, счастье. Н. Брэдберн исследовал психологическое благополучие, рассматривая его как субъективное эмоциональное состояние, выражающееся в аффективном балансе – разнице между положительными и негативными эмоциями [8]. Э. Динер в 80-х гг. XX в. стал изучать то, что делает людей счастливыми, ввел понятие «субъективное благополучие» (subjective well-being – SWB), его заинтересовали возможности определения и измерения этого конструкта [3, 9]. В первую очередь он исследовал когнитивную составляющую – удовлетворенность жизнью – и создал для этого вместе с коллегами методику ее исследования – шкалу удовлетворенности жизнью (SWBL) [9]. Данная методика предназначена для оценки респондентами общей, глобальной удовлетворенности своей жизнью (в отличие от удовлетворенности в разрезе сфер жизнедеятельности).

Эти исследования, а также ряд других, которые начали осуществляться с середины XX в. в русле гуманистической парадигмы, означили новый поворот в психологии и психотерапии от невротического проблемного клиента к здоровой личности, стремящейся к гармонии, совершенствованию, счастью.

Сосредоточив изначально свои усилия, главным образом, на взрослых людях, позитивная психология вскоре затронула и проблемы позитивного развития детей и подростков. В последнее время наблюдается растущий интерес к вопросам формирования субъективного благополучия в период детства и подростничества в целях содействия позитивному развитию подрастающего поколения [10, 11, 12].

Многие исследователи опираются на внутренние детерминанты переживания благополучия. Установлено, что существенную роль в достижении субъективного благополучия у подростков играют осмысленность жизни, активность в части действий, направленных на преобразование внешней среды [13].

С. Любомирски и К. Дж. Бао утверждают, что счастье порождает успех. Будучи счастливым, человек имеет больше шансов реализовать себя и достигнуть более высоких результатов во всех важных областях жизни (работа, взаимоотношения, здоровье и др.) [14]. А ключом, основным механизмом порождения успеха, они считают положительные эмоции. Это происходит, по их мнению, благодаря положительному настрою, когда человек с радостью подходит к людям и ситуациям, что помогает ему формировать свои интеллектуальные, социальные, физические, психологические ресурсы и навыки.

В современном мире важно быть успешным. Особенно это актуально для молодых людей, вступающих во взрослую жизнь, поэтому одной из задач педагогического и психологического сообществ является формирование самостоятельной успешно развивающейся личности.

Г. С. Пьянкова считает, что для решения этой задачи в учебном заведении для подростков и юношей необходимо организовать рефлексивную образовательную среду, т. к. в этом возрасте активно развиваются все аспекты рефлексивного сознания [15].

Процесс взросления сопровождается активным развитием рефлексии и формированием

самосознания. Особенно актуальным становится использование способности к рефлексии в критические периоды жизни, когда, оценивая свою насущную жизнь как неблагополучную, субъект начинает искать пути выхода из кризиса к преобразованию собственной жизни на новом качественном уровне. Одним из таких периодов является подростковый кризис. В это время происходит становление личностной, социальной, ценностной (морально-нравственной) рефлексии.

С. Л. Рубинштейн связывает рефлексю с осмыслением человеком своей жизни и, как следствие, с выработкой суждения о ней [16]. Выявленное общее отношение к своей жизни, т. е. представление о собственном благополучии, приводит либо к «нравственному скептицизму», либо к сознательному построению своей жизни.

Таким образом, можно говорить о важной роли рефлексии в формировании субъективного благополучия подростка, особенно в переходный период. Насколько благополучным выйдет подросток из возрастного кризиса, зависит его дальнейшее развитие как личности.

Субъективное благополучие личности – многогранный конструкт. Иностранные психологи-исследователи включают в него три компонента: один когнитивный (оценка удовлетворенности жизнью) и два эмоциональных (положительные и негативные эмоции как независимые переменные, не имеющие между собой значимых корреляций) [2, 3, 8]. Мы поддерживаем точку зрения отечественных авторов, выделяющих следующие три компонента: когнитивный (оценка удовлетворенности жизнью), эмоциональный (аффективные переживания по поводу своей жизни), поведенческий или конативный (способность и готовность действовать, поведенческие стратегии) [17, 18, 19 и др.].

МЕТОДЫ

На основании проведенного анализа теоретических и эмпирических исследований был разработан опросник субъективного благополучия в подростковом и юношеском возрасте. Опросник составлен как компактная шкала, позволяющая выявить структурные компоненты субъективного благополучия и в то же время учесть степень удовлетворенности жизнью как в целом, так и в разрезе сфер жи-

зней (Я сам, Я и семья, Я и Другие, Я и жизнь). Опросник был проверен на надежность и валидность. Проверка показала высокую внутреннюю согласованность и ретестовую надежность (повторное тестирование), а также конвергентную и дискриминантную валидность, что позволяет его использовать в исследовательских целях.

Нами было проведено исследование, и поставлена **цель** – выявить и проанализировать взаимосвязи между уровнем субъективного благополучия и рефлексивностью подростков.

Предметом исследования являются субъективное благополучие, рефлексия, рефлексивность и их взаимосвязь у лиц подросткового возраста.

Эмпирический объект: 134 школьника 13–18 лет (63 мальчика и 71 девочка), проживающие в городе Ростове-на-Дону, Ростовской области.

Гипотеза исследования: рефлексивность подростков, вероятно, будет связана с уровнем их субъективного благополучия.

Методы исследования: психологическое тестирование и анкетирование, метод математической статистики.

В целях изучения субъективного благополучия подростков был использован авторский опросник «Субъективное благополучие подростков», состоящий из 16-ти вопросов. Были выделены 3 составляющие – когнитивный, эмоциональный и поведенческий (конативный) компоненты. Каждый из компонентов включает в себя 4 шкалы, характеризующие наиболее значимые для подросткового и старшего школьного возраста сферы: Я сам, Я и Другие, Я и семья, Я и жизнь.

В целях изучения рефлексивности подростков были использованы соответствующие методики:

1. Методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева) [20]. Методика позволяет получить общий балл рефлексивности и баллы по видам: рефлексия прошлой деятельности (ретроспективная), рефлексия настоящей деятельности (ситуативная), рефлексия будущей деятельности (перспективная), рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми (коммуникативная).

2. Дифференциальный тест рефлексивности (Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин) [21], имеет 3 шкалы – разновидности рефлексии: системная рефлексия, интроспекция, квазирефлексия. Системная рефлексия считается продуктивным типом; она заключается в способности иметь объективный взгляд на себя, Другого и ситуацию путем отстранения, самодистанцирования. Два других вида рефлексии – непродуктивные. Квазирефлексия направлена вовне, на внешний объект, на то, что могло бы произойти в прошлом или будущем, не имеет отношения к настоящему моменту, связана с отрывом от действительности, с уходом в фантазии. При интроспекции (самокопании) сознание сосредоточено на себе, на собственных переживаниях.

Для обработки данных были использованы методы математической статистики, в частности, применялся коэффициент ранговой корреляции R Спирмена (статистическая программа «Statistica 10»). При анализе данных использовались результаты, полученные при уровне достоверной значимости $p \leq 0,05$.

Новизна исследования заключается в том, что были проанализированы особенности связей между различными типами и видами рефлексивности и субъективным благополучием школьников 13–18 лет.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате анализа полученных данных были выявлены статистически значимые слабые связи между полом респондентов и некоторыми показателями субъективного благополучия (табл. 1).

Таблица 1

Связь между полом и показателями субъективного благополучия

Показатели	R Spearman	p-value
Пол 1-ж 2-м и сфера «Я и Другие»	0,226	0,008753
Пол 1-ж 2-м и когнитивный компонент	0,182	0,035816

Взаимосвязи между принадлежностью к полу и компонентами субъективного благополучия показали, что респонденты мужского пола более удовлетворены сферой отношений с другими людьми ($r = 0,226$, $p < 0,01$). Мальчики немного более позитивно, чем девочки, оценивают свое благополучие ($r = 0,181$, $p < 0,05$). Полученные результаты согласуются с исследованиями F. Casas, M. González, которые выявили тесную связь показателей удовлетворенности мальчиков своими отношениями с одноклассниками и общей удовлетворенностью, тогда как в оценках девочек статистически значимая связь отсутствует [22].

Анализ взаимосвязей между возрастом, полом и показателями рефлексии выявил следующие статистически значимые связи (табл. 2).

Таблица 2

Взаимосвязь между возрастом, полом и рефлексией

Показатели	R Spearman	p-value
Возраст и системная рефлексия	0,227666	0,008655
Пол 1-ж 2-м и ретроспективная рефлексия	-0,17333	0,045194
Пол 1-ж 2-м и интроспекция	-0,29015	0,000705
Пол 1-ж 2-м и квазирефлексия	-0,31665	0,000205

Данные таблицы позволяют говорить о наличии слабых статистически значимых связей ($r = 0,228$ при $p \leq 0,01$). С возрастом более развитой становится системная рефлексия. Для девочек больше, чем для мальчиков, характерны такие виды рефлексии, как квазирефлексия, интроспекция, ретроспективная рефлексия.

Нами был проведен анализ взаимосвязей между показателями субъективного благополучия и рефлексии. Выраженность у респондентов рефлексии была оценена по общему показателю и по показателям различных типов и видов рефлексии: ретроспективная, ситуативная, проспективная, коммуникативная, системная рефлексия, интроспекция (самокопание), квазирефлексия.

Были выявлены статистически значимые положительные и отрицательные связи ($r = 0,46$ при $p \leq 0,01$) между компонентами субъективного благополучия (СБ) и показателями рефлексии (табл. 3).

Таблица 3

Связь компонентов субъективного благополучия и рефлексии

Показатели субъективного благополучия	R Spearman	p-value
Системная рефлексия и интегральный показатель СБ	0,204	0,018844
Системная рефлексия и когнитивный компонент	0,216	0,012800
Системная рефлексия и когнитивный компонент	0,181	0,038009
Интрореплексия и интегральный показатель СБ	-0,422	0,000000
Интрореплексия и когнитивный компонент	-0,453	0,000000
Интрореплексия и эмоциональный компонент	-0,417	0,000001
Интрореплексия и когнитивный компонент	-0,279	0,001150
Когнитивный компонент и квазирефлексия	-0,229	0,008115
Ситуативная рефлексия и эмоциональный компонент	-0,186	0,031159

Показатели субъективного благополучия	R Spearman	p-value
Ситуативная рефлексия и когнитивный компонент	-0,177	0,041162
Системная рефлексия и «Я и жизнь»	0,231	0,007570
Квазирефлексия и «Я сам»	-0,194	0,025077
Квазирефлексия и «Я и Другие»	-0,259	0,002633
Ситуативная рефлексия и «Я и жизнь»	-0,179	0,038583
Ситуативная рефлексия и «Я сам»	-0,208	0,015843
Интрореплексия и «Я сам»	-0,428	0,000000
Интрореплексия и «Я и Другие»	-0,426	0,000000
Интрореплексия и «Я и жизнь»	-0,366	0,000015
Интрореплексия и «Я и семья»	-0,219	0,011402
Ретроспективная рефлексия и «Я сам»	-0,218	0,011263

Как видно из данных, приведенных в таблице, системная рефлексия, хоть и слабо, но статистически значимо коррелирует с интегральным показателем и со всеми компонентами субъективного благополучия, кроме эмоционального. Это объяснимо, т. к. для проведения системного анализа ситуации необходимо занимать эмоционально нейтральную позицию, а эмоции мешают рационально мыслить и действовать. Исследователи полагают [21], что для успешной жизнедеятельности человека наиболее продуктивной является системная рефлексия.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Анализ выявленных взаимосвязей показал, что «самокопание» (интроспекция) показывает достоверно значимую отрицательную связь со всеми компонентами и сферами субъективного благополучия. Так, например, выявлены умеренные отрицательные связи интроспекции с поведенческим ($r = -0,279$, $p \leq 0,01$), эмоциональным ($r = -0,417$, $p \leq 0,01$) и когнитивным ($r = -0,453$, $p = 0,00$) компонентами. Данные, приведенные в таблице, показывают, что считают себя благополучными те респонденты, которые меньше занимаются «самокопанием». Исходя из полученных данных, можно предположить, что углубление в процесс самокопания приводит подростка к занижению оценки личного благополучия на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровне.

Другие виды рефлексии также имеют статистически значимые слабые отрицательные связи с показателями субъективного благополучия ($-0,279 \leq r \leq -0,177$). К ним относятся рефлексия настоящей и прошлой деятельности, квазирефлексия. С рефлексией будущей деятельности статистически значимых связей не выявлено.

Следовательно, чтобы подростку позитивно думать, чувствовать себя эмоционально благополучным и на поведенческом уровне действовать соответствующим образом, ему не следует слишком много времени уделять рефлексии и особенно «самокопанию». Исключение составляет развитие системной рефлексии, поддерживающей благополучие.

Таким образом, гипотеза о связи в подростковом и юношеском возрасте субъективного благополучия и рефлексивности подтверждена.

Заключение

Сама по себе развитая рефлексия однозначно не влечет за собой продуктивность и успешность деятельности. Противоречивый характер этого психического процесса ставит много вопросов для исследователей, особенно учитывая его особенности в разных возрастных периодах. Рефлексия развивается в течение всей жизни, и наиболее активно развитие личного самосознания идет в юности [23]. В подростковом возрасте системный, наиболее продуктивный, тип рефлексии еще не проявлен в достаточной степени. Фокус вни-

мания подростка сосредоточен на себе: «Кто я?», «Какой я?». Исследуя стороны своей личности, подросток сравнивает себя с Другими, и это сравнение не всегда происходит в его пользу. И здесь взрослеющая личность может направить свой ум в сторону «самокопания», а может использовать имеющийся опыт для самодетерминации, формирования объективного взгляда на себя, Других, жизнь в целом.

Таким образом, результаты исследования показали, что в подростковом (13–14 лет) и юношеском (15–18 лет) возрасте более высокий уровень субъективного благополучия имеют респонденты с таким менее развитым типом рефлексии, как интроспекция («самокопание»).

Практически это может означать, что педагогам и психологам следует сосредоточить свои усилия на создании условий для смещения фокуса сознания подростка с собственных внутренних, особенно негативных, переживаний и состояний на умение самодистанцироваться, смотреть на себя со стороны.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Easterlin R. A.* Life cycle happiness and its sources. Intersections of psychology, economics, and demography // *Journal of Economic Psychology*. 2006. Vol. 27. P. 463–482. DOI: [10.1016/j.joep.2006.05.002](https://doi.org/10.1016/j.joep.2006.05.002)
2. *Аргайл М.* Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с.
3. *Diener E., Sapyta J. J., Suh E.* Subjective well-being is essential to well-being // *Psychological Inquiry*. 1998. № 9. P. 33–37.
4. *Гриценко В. В.* Исследование субъективного благополучия русских и хакасов в условиях общественно-экономических перемен // *Проблемы социальной психологии личности*. Саратов: Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, 2004. С. 132–147.
5. *Шамионов Р. М., Бескова Т. В.* Методика диагностики субъективного благополучия личности // *Психологические исследования*. 2018. Т. 11, № 60. С. 8.
6. *Diener E.* Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being // *Journal of Happiness Studies*. 2006. № 7. P. 397–404.
7. *Krueger A. B., Stone A. A.* Progress in measuring subjective well-being // *Science*. 2014.

- Vol. 346, № 6205. P. 42–43. DOI: [10.1126/science.1256392](https://doi.org/10.1126/science.1256392)
8. Bradburn N. The Structure of Psychological Weil-Being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. 320 p.
 9. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., & Griffin S. The Satisfaction with Life Scale // Journal of Personality Assessment. 1985. № 49. P. 1–5.
 10. Lampropoulou A. Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being // Journal of Adolescence. 2018. Vol. 67. P. 12–21. DOI: [10.1016/j.adolescence.2018.05.013](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.05.013)
 11. Rodríguez-Fernández A., Ramos-Díaz E., Fernández-Zabala A., Goñi E., Esnaola I., Goñi A. Contextual and psychological variables in a descriptive model of subjective well-being and school engagement // International Journal of Clinical and Health Psychology. 2016. Vol. 16, Issue 2. P. 166–174. DOI: [10.1016/j.ijchp.2016.01.003](https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.01.003)
 12. Dinisman T., Ben-Arieh A. The characteristics of children's subjective well-being // Social Indicators Research. 2016. Vol. 126, Issue 2. P. 555–569. DOI: [10.1007/s11205-015-0921-x](https://doi.org/10.1007/s11205-015-0921-x)
 13. Елисеева О. А. Субъективное благополучие подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2011. 124 с.
 14. Lyubomirsky S., Lepper H. S. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation // Social Indicators Research. 1999. № 46 (2). P. 137–155.
 15. Пьянкова Г. С. Развитие профессиональной рефлексии: учебное пособие для вузов. Красноярск: Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева, 2009. 244 с.
 16. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание, человек и мир. СПб.: Питер Принт, 2003. 508 с.
 17. Бочарова Е. Е. Взаимосвязь ценностных ориентаций, стратегий поведения и субъективного благополучия личности: дисс. ... канд. психол. наук. Саратов, 2005. 160 с.
 18. Свередюк Е. В. Ментальные репрезентации счастья студентов-психологов // Современные научные исследования и инновации. 2011. № 1. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2011/05/543> (дата обращения 16.07.2017).
 19. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Сарат. гос. университет, 2004. 179 с.
 20. Карпов А. В., Пономарева В. В. Психология рефлексивных механизмов управления М.: Институт психологии РАН, 2000. 283 с.
 21. Леонтьев Д. А., Осин Е. Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология: журн. Высш. шк. экономики. 2014. Т. 11, № 4. С. 110–135.
 22. Casas F., González M. School: One world or two worlds? Children's perspectives // Children and Youth Services Review. 2017. Vol. 80. P. 157–170. DOI: [10.1016/j.childyouth.2017.06.054](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.06.054)
 23. Абакумова И. В., Бабианц К. А. Развитие рефлексивности как профилактика экстремизма у студентов вуза // Казанский педагогический журнал. 2015. Т. 3, № 6–3 (113). С. 111–114.

REFERENCES

1. Easterlin R. A. Life cycle happiness and its sources. Intersections of psychology, economics, and demography. *Journal of Economic Psychology*, 2006, V. 27, pp. 463–482. DOI: [10.1016/j.joep.2006.05.002](https://doi.org/10.1016/j.joep.2006.05.002)
2. Argail M. *Psikhologiya schast'ya* [Psychology of happiness]. St. Petersburg, Piter Publ., 2003. 271 p.
3. Diener E., Sapyta J. J., Suh E. Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 1998, no. 9, pp. 33–37.
4. Gritsenko V. V. Research of subjective well-being of Russians and Khakas in the conditions of social and economic changes. In: *Problemy sotsial'noi psikhologii lichnosti* [Problems of social psychology of personality]. Saratov, National Research Saratov State University Publ., 2004, pp. 132–147.
5. Shamionov R. M., Beskova T. V. Technique for diagnosing subjective well-being of the individual. *Psikhologicheskie issledovaniya*, 2018, V. 11, no. 60, p. 8 (in Russian).
6. Diener E. Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 2006, no. 7, pp. 397–404.
7. Krueger A. B., Stone A. A. Progress in measuring subjective well-being. *Science*, 2014, V. 346, no. 6205, pp. 42–43. DOI: [10.1126/science.1256392](https://doi.org/10.1126/science.1256392)

8. Bradburn N. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. 320 p.
9. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., & Griffin S. The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 1985, no. 49, pp. 1–5.
10. Lampropoulou A. Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being. *Journal of Adolescence*, 2018, V. 67, pp. 12–21. DOI: [10.1016/j.adolescence.2018.05.013](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.05.013)
11. Rodríguez-Fernández A., Ramos-Díaz E., Fernández-Zabala A., Goñi E., Esnaola I., Goñi A. Contextual and psychological variables in a descriptive model of subjective well-being and school engagement. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2016, V. 16, Issue 2, pp. 166–174. DOI: [10.1016/j.ijchp.2016.01.003](https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.01.003)
12. Dinisman T., Ben-Arieh A. The characteristics of children's subjective well-being. *Social Indicators Research*, 2016, V. 126, Issue 2, pp. 555–569. DOI: [10.1007/s11205-015-0921-x](https://doi.org/10.1007/s11205-015-0921-x)
13. Eliseeva O. A. *Sub"ektivnoe blagopoluchie podrostkov v obrazovatel'nykh sredakh s raznym urovnem psikhologicheskoi bezopasnosti* [Subjective well-being of adolescents in educational environments with various levels of psychological safety]. Diss. Cand. Sci. (Psych.). Moscow, 2011. 124 p.
14. Lyubomirsky S., Lepper H. S. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 1999, no. 46 (2), pp. 137–155.
15. P'yankova G. S. *Razvitie professional'noi refleksii: uchebnoe posobie dlya vuzov* [Development of professional reflection]. Krasnoyarsk: Krasnoyarsk State Pedagogical University Publ., 2009. 244 p.
16. Rubinshtein S. L. *Bytie i soznanie, chelovek i mir* [Being and consciousness, a man and the world]. St. Petersburg, Piter Publ., 2003. 508 p.
17. Bocharova E. E. *Vzaimosvyaz' tsennostnykh orientatsii, strategii povedeniya i sub"ektivnogo blagopoluchiya lichnosti* [Associations between value orientations, behavior strategies, and subjective well-being in individuals]. Diss. Cand. Sci. (Psych.). Saratov, 2005. 160 p.
18. Sveredyuk E. V. Mental representations of happiness in psychology students. *Modern scientific researches and innovations*, 2011, no. 1. Available at: <http://web.snauka.ru/issues/2011/05/543> (Accessed 16 July 2017).
19. Shamionov R. M. *Psikhologiya sub"ektivnogo blagopoluchiya lichnosti* [Psychology of subjective well-being of the individual]. Saratov, Saratov State University Publ., 2004. 179 p.
20. Karpov A. V., Ponomareva V. V. *Psikhologiya refleksivnykh mekhanizmov upravleniya* [Psychology of reflexive mechanisms of management]. Moscow, Institute of Psychology, RAS Publ., 2000. 283 p.
21. Leont'ev D. A., Osin E. N. 'Good' and 'bad' reflection: From an explanatory model to differential assessment. *Psikhologiya: zhurn. Vyssh. shk. ekonomiki – Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2014, V. 11, no. 4, pp. 110–135 (in Russian).
22. Casas F., González M. School: One world or two worlds? Children's perspectives. *Children and Youth Services Review*, 2017, V. 80, pp. 157–170. DOI: [10.1016/j.childyouth.2017.06.054](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.06.054)
23. Abakumova I. V., Babiyants K. A. Reflexivity as the preventive measures of extremism among university students. *Kazanskii pedagogicheskii zhurnal – Kazan Pedagogical Journal*, 2015, V. 3, no. 6–3 (113), pp. 111–114 (in Russian).