



Особенности соотношения духовного и психологического благополучия современного человека на разных этапах зрелости

И. А. БАКУШКИН, Р. В. ЕРШОВА

АННОТАЦИЯ

Введение. Вопрос благополучия человека, факторов, которые его обеспечивают, становится все более важным для психологов и педагогов. Наименее изученной областью остается вопрос о характере связи различных видов благополучия, в частности духовного и психологического. Исследование выявляет недостаточную изученность духовного благополучия, где духовность часто рассматривается как ценностная категория, а не как компонент психического здоровья. Это подчеркивает необходимость интеграции духовного измерения в психологические исследования и внедрение их результатов в педагогическую практику, что и определяет новизну и теоретическую значимость данного исследования.

Цель исследования: определить специфику связи духовного и психологического благополучия на разных этапах зрелости.

Материалы и методы. Исследование проводилось на русскоязычной выборке в количестве 959 респондентов (761 женщина и 198 мужчин средний возраст $(38,6 \pm 14)$ лет). Духовное благополучие изучалось с использованием «Шкалы духовного благополучия» в адаптации И.А. Бакушкина и Р.В. Ершовой, 2025, а психологическое благополучие изучалось с использованием «Шкалы психологического благополучия» С. Ryff, в адаптации Н.Н. Лепешинского, 2007, методов математико-статистической обработки данных.

Результаты исследования. В исследовании были выявлены возрастные различия в показателях духовного и психологического благополучия. Младшая группа характеризовалась умеренным уровнем духовного (74,1%) и религиозного благополучия (56,3%), с отсутствием корреляции между религиозным благополучием и субшкалами «Автономия» 0,06 [-0,08; 0,2] $r=0,413$ и «Управление окружением» 0,1 [-0,04; 0,24] $r=0,146$. Старшая группа демонстрировала высокие показатели духовного (59,6%) и религиозного благополучия (80,1%), а также более выраженное положительное отношение к другим ($p<0,001$), личностный рост ($p<0,001$) и цель в жизни ($p=0,047$). Возраст, наличие детей и наличие цели в жизни выделены как значимые предикторы духовного благополучия.

Заключение. Духовное благополучие, особенно через экзистенциальный компонент, тесно связано с психологическим благополучием через такие компоненты, как «Самопринятие», «Цель в жизни», «Положительные отношения к другим», «Управление окружением» и общий показатель психологического благополучия. Исследование подтвердило гипотезу о тесной связи духовного и психологического благополучия, оно обогащает понимание духовного благополучия как многомерного конструкта, интегрирующего религиозные и экзистенциальные аспекты, и его связи с психологическим благополучием в контексте русскоязычной выборки.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

шкала духовного благополучия, духовность, духовное благополучие, религиозность, религиозное благополучие, экзистенциальное благополучие, психологическое благополучие

Для цитирования: Бакушкин И. А., Ершова Р. В. Особенности соотношения духовного и психологического благополучия современного человека на разных этапах зрелости // Перспективы науки и образования. 2025. № 6. С. 597–611. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.6.39>

Поступила: 11.06.2025 | Одобрена: 17.08.2025 | Опубликовано: 31.12.2025



Лицензия «С указанием авторства — С сохранением условий». Позволяет перерабатывать, исправлять и развивать произведения при условии указания авторства и лицензирования производных работ на аналогичных условиях.



Peculiarities of the relationship between spiritual and psychological well-being of a modern person at different stages of maturity

I. A. BAKUSHKIN, R. V. ERSHOVA

ABSTRACT

Introduction. The issue of human well-being and the factors that ensure it is becoming increasingly important for psychologists and educators. The least studied area remains the issue of the nature of the relationship between different types of well-being, in particular spiritual and psychological. The study reveals insufficient study of spiritual well-being, where spirituality is often considered as a value category, and not as a component of mental health. This emphasizes the need to integrate the spiritual dimension into psychological research and the implementation of its results in pedagogical practice, which determines the novelty and theoretical significance of this study.

The purpose of this study is to determine the specific relationship between spiritual and psychological well-being at different stages of maturity.

Materials and methods. The study was conducted on a Russian-speaking sample of 959 respondents (761 women and 198 men, average age 38.6 ± 14 years). Spiritual well-being was studied using the «Spiritual Well-Being Scale» as adapted by I.A. Bakushkin and R.V. Ershova, 2025, and psychological well-being was studied using the «Psychological Well-Being Scale» by C. Ryff, as adapted by N.N. Lepeshinsky, 2007, methods of mathematical and statistical data processing.

Results. The study revealed age-related differences in indicators of spiritual and psychological well-being. The younger group was characterized by a moderate level of spiritual (74.1%) and religious well-being (56.3%), with no correlation between religious well-being and the subscales «Autonomy» 0.06 [-0.08; 0.2] $p=0.413$ and «Environmental management» 0.1 [-0.04; 0.24] $p=0.146$. The older group demonstrated high indicators of spiritual (59.6%) and religious well-being (80.1%), as well as a more pronounced positive attitude towards others ($p<0.001$), personal growth ($p<0.001$) and a purpose in life ($p=0.047$). Age, having children, and having a purpose in life are highlighted as significant predictors of spiritual well-being.

Conclusion. Spiritual well-being, especially through the existential component, is closely related to psychological well-being through such components as «Self-acceptance», «Purpose in life», «Positive attitudes towards others», «Environment management» and the general indicator of psychological well-being. The study confirmed the hypothesis of a close connection between spiritual and psychological well-being, it enriches the understanding of spiritual well-being as a multidimensional construct integrating religious and existential aspects, and its connection with psychological well-being in the context of the Russian-speaking sample.

KEYWORDS

spiritual well-being scale, spirituality, spiritual well-being, religiosity, religious well-being, existential well-being, psychological well-being

For Citation: Bakushkin, I. A., & Ershova, R. V. (2025). Peculiarities of the relationship between spiritual and psychological well-being of a modern person at different stages of maturity. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, (6), 597–611. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.6.39>

Received: 11 June 2025 | Approved: 17 August 2025 | Published: 31 December 2025



This is an open access article distributed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike International License (CC-BY-SA 4.0) that allows others to share the work with an acknowledgement of the work's authorship and initial publication in this journal

ВВЕДЕНИЕ

Международная инициатива ООН UN SDGs Goals 4 [1] по обеспечению всеохватывающего и справедливого качественного образования и поощрения возможности обучения на протяжении всей жизни для всех, инициатива ЮНЕСКО «Education for Health and Well-being» [2] направленная на продвижение физического, психического здоровья и благополучия обучающихся, принцип ВОЗ «не существует здоровья без психического здоровья» [3] и использование термина «благополучие» [3] для определения здоровья как состояния благополучия, а не только отсутствия болезни, подчеркивает важность изучаемой темы. Понятия духовное и психологическое благополучие составляют область состояний здоровой личности, благополучие характеризуется способностью справляться с нормальными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно учиться и работать, приносить пользу своему окружению.

Вопрос благополучия человека, факторов, которые его обеспечивают, становится все более важным для психологов. В последние десятилетия исследователи всего мира активно изучают различные аспекты эмоционального, социального, психологического, духовного, субъективного благополучия: психологическое и духовное благополучие E.E. Sembiring [4], духовное благополучие и качество жизни Y. Yu [5], экономическое, психологическое и эмоциональное благополучие K.M. Eldeirawi [6], эмоциональное благополучие A.A. Печеркина и A.A. Коваленко [7] и его детерминанты Т. Қонысбай [8], эмоциональную регуляцию и субъективное благополучие A. Serey [9], субъективное благополучие и личностные черты L.E. Alphenaar [10], функциональное состояние и социальное благополучие Т.Н. Галзанова [11] и т.д. Наименее изученной областью остается вопрос о характере связи различных видов благополучия, в частности духовного и психологического. При этом доказано, что духовное благополучие играет важную роль в общем благополучии человека R.F. Paloutzian [12], C.W. Ellison и J. Smith [13] и др. Данная работа направлена на решение этой проблемы.

Духовность, как теоретическая конструкция, рассматривается как жизнь в соответствии со своей внутренней реальностью, направленная на создание позитивных установок и взаимоотношений в жизни [14], она относится к поиску смысла и цели в жизни, и включает взаимодействие с собой, с другими и с духовным миром. Духовное благополучие является важным и основополагающим измерением здоровья и способно объединять все измерения человеческого существа [15], это опыт функционирования конкретного человека так, как человек понимает высший замысел о себе [13]. Д.А. Леонтьев приходит к рассмотрению духовности как высшего механизма саморегуляции человека, что делает центральным моментом не ценности, творчество или религиозность сами по себе, но личность, вступающую в особый род отношений с миром, собой и надындивидуальным измерением. Д.А. Леонтьев подмечает опасную для научного дискурса склонность к теоретическим рассуждениям о духовности исключительно на идеальном уровне в отрыве от действительности и обосновывает необходимость ее рассмотрения как аспекта реальной жизнедеятельности человека [16] – духовного благополучия. Согласно концепции духовного благополучия, введенной C.W. Ellison и J. Smith [13], духовное благополучие рассматривается как интегративный и систематический показатель меры здоровья и благополучия. J.A. Hungelmann [17], выделяли связанность как важнейшее условие духовного благополучия, она включает следующие аспекты: связь с самим собой (самопознание, поиск смысла жизни) [18]; связь с другими людьми (забота, со-страдание, благодарность); с природой (благоговейное, уважительное отношение к ней) [19] и Богом (убеждения и глубокие отношения за пределами человеческого уровня, например, со Вселенной, трансцендентной реальностью, высшей силой или Богом) [20].

Имеются существенные доказательства того, что оценки духовного благополучия положительно связаны с различными показателями психического здоровья, включая субъективное благополучие и личностные измерения: духовные ориентации и уровень психологического благополучия Ö.Ş. Altun [21], духовный интеллект и психологическое благополучие S. Anwar [22], духовное здоровье и благополучие J.W. Fisher [15], духовность и психологическое благополучие T. Koburtay [23], психологическое и духовное благополучие E.E. Sembiring [4], религиозное/духовное благополучие и психическое здоровье H.F. Unterrainer [24] и др.). Доказано, что оно играет важную роль в процессе выздоровления от психического заболевания, а также обеспечивает защитную функцию от аддиктивного или суицидального поведения H.F. Unterrainer [24]. Однако необходимы дальнейшие исследования механизмов, посредством которых духовное благополучие оказывает влияние на состояния, связанные со здоровьем.

Понятие «психологическое благополучие» (psychological well-being), обозначает набор личностных характеристик, предсказывающих счастье [25]. Его исследования прошли путь от изучения позитивных эмоций до определения психологических детерминант, приносящих человеку удовлетворение жизнью как процессом [26].

Согласно С.Д. Ryff, психологическое благополучие — это не эмоциональное переживание, а объективная оснащенность необходимыми психологическими особенностями, позволяющими субъекту функционировать во всех отношениях более успешно, чем при их отсутствии [27].

Психологическое благополучие как субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования [28; 29] определяется как состояние, при котором человек имеет внутренний потенциал процветать со всеми своими способностями и слабостями, справляться с жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать [30], как позитивное функционирование и гармоничную связь с собой и окружающими [25], а не гедонистическое благополучие, выраженное в субъективном удовольствии от собственной жизни, исследуемое, например, Е. Diener [31], R.F. Inglehart [32].

Разные авторы включают в него позитивные мысли и чувства, которые люди используют для положительной оценки своей жизни [33]. Психологическое благополучие охватывает различные аспекты личности: позитивные мысли и чувства, которые люди используют для положительной оценки своей жизни [33], оптимизм, благодарность, ощущение цели, устойчивость, позитивное влияние и счастье, а психологическое неблагополучие предполагает хронический стресс, депрессию, беспокойство, гнев, пессимизм и общую неудовлетворенность жизнью [30]. Ryff включает в конструкт психологического благополучия самопринятие, позитивные отношения с другими, независимость, управление окружающей средой, жизненные цели и личностный рост [34]. Считается, что оно в значительной степени зависит от последовательного взаимодействия структур личного смысла и способностей решать проблемы [35].

Психологическое благополучие приводит к лучшим социальным и экономическим результатам [36], устойчивым академическим способностям [37].

D. Van Dierendonck предпринималась попытка дополнить «Шкалу психологического благополучия» С. Ryff частью вопросов субшкалы религиозного благополучия «Шкалы духовного благополучия», автором сделаны выводы, что использование большего количества внутренних ресурсов помогает функционировать в соответствии с своими убеждениями [38]. Если зарубежные исследователи изучают связь психологического и духовного благополучия [39] и их влияние на различные аспекты: качество жизни у больных Е. Е. Sembiring [4], Y. Yu [5], связь духовного благополучия с симптомами психологических расстройств (депрессией, тревогой и стрессом) С.Н. Leung [40], духовное благополучие и психическое здоровье во время пандемии I. Coppola [41], духовное благополучие и психологическую устойчивость у пациентов с раком F. Kavak [42] и т.д., то в русскоязычном научном сегменте данные исследования остаются единичными, а опросник духовного благополучия, разработанный R.F. Paloutzian и C.W. Ellison в 1982 году [43], переведен и адаптирован на русскоязычной выборке только в 2025 году [44].

Таким образом, специфика связи духовного и психологического благополучия, на русскоязычной выборке, остается неизученной областью, что определяет новизну и теоретическую значимость данного исследования, цель которого – определение специфики связи духовного и психологического благополучия на русскоязычной выборке. Гипотеза исследования заключается в том, что характеристики духовного благополучия тесно связаны с определенными показателями психологического благополучия человека.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследование особенностей взаимосвязи духовного и психологического благополучия проводилось в 2024 году в онлайн формате, приглашение принять участие в исследовании распространялось на страницах групп студентов, православных верующих, групп по интересам в социальных сетях ВКонтакте и Telegram. Добровольное участие в исследовании приняло 959 респондентов: 761 женщин (79,4% от опрошенных) и 198 мужчин (20,6% от опрошенных); большая часть эмпирической выборки христиане 839 человек (87,5%); мусульман 4 человека (0,4%);

родноверцев 2 человека (0,2%); 41 атеист (4,3%); 58 человек заявили, что верят в Бога, но не относят себя к какой-либо религии (6%); другое 15 человек (1,6%).

Духовное благополучие изучалось с использованием «Шкалы духовного благополучия» (Spiritual Well-Being Scale, SWBS, R.F. Paloutzian & C.W. Ellison), в адаптации И.А. Бакушкина и Р.В. Ершовой, 2025 (α Кронбаха – 0.906) [44]. Шкала состоит из 20 пунктов, которые оцениваются по 6-балльной шкале Лайкерта (от 1 – «полностью согласен» до 6 – «полностью не согласен»). Она включает две субшкалы: шкалу религиозного благополучия (максимальная оценка 60 баллов) как показатель благополучия, связанного с Богом (трансцендентное измерение религиозного благополучия) и шкалу экзистенциального благополучия (максимальная оценка 60 баллов), измеряющую имманентное благополучие, которое связано с удовлетворенностью жизнью и целью без опоры на высшую силу.

Психологическое благополучие изучалось с использованием «Шкалы психологического благополучия» С.Д. Ryff, в адаптации Н.Н. Лепешинского, 2007 (α Кронбаха – 0.932) [45]. Опросник состоит из 84 пунктов и включает общий показатель и шесть основных компонентов: положительное отношение к другим, автономия, управление окружением, личностный рост, цель в жизни, самопринятие. Каждая из шести шкал состоит из 14 утверждений, которые оцениваются по 6-балльной шкале Лайкерта (от 1 – «полностью не согласен» до 6 – «полностью согласен»).

Для более глубокой качественной интерпретации полученных результатов все респонденты были разделены на две группы: подростки и юноши (14-21 год N=197) и взрослые (22 года и старше N=762).

Полученные результаты были подвергнуты статистической обработке с использованием среды для статистических вычислений R 4.4.0 (R Foundation for Statistical Computing, Вена, Австрия). Описательные статистики представлены в виде абсолютной и относительной частот для качественных переменных, среднего ($\pm$ стандартное отклонение) и медианы (1-ый и 3-ий квартили) – для количественных переменных. Для сравнения двух групп в отношении количественных и порядковых показателей использовался тест Манна-Уитни. При выборе процедуры тестирования мы исходили из того, что в случае нормальности процесса генерации данных, асимптотическая эффективность теста Манна-Уитни по сравнению с t-тестом составляет ≈ 0.95 (то есть мощность ранговой процедуры тестирования снижается не более чем на 5% относительно мощности при использовании t-теста). Для сравнения групп в отношении категориальных показателей использовались тест χ^2 -Пирсона и точный тест Фишера (при минимальном ожидаемом количестве наблюдений в ячейках таблицы сопряженности > 5). Различия между группами и ассоциацию считали статистически значимыми при $p < 0,05$. Многофакторный регрессионный анализ проводился с использованием L1-регуляризации (LASSO-регрессия), отобранные предикторы включались в многофакторную линейную регрессионную модель без взаимодействий. В качестве метрики качества модели оценивался коэффициент детерминации R^2 , для контроля мультиколлинеарности производилась оценка фактора инфляции дисперсии (VIF).

РЕЗУЛЬТАТЫ

В исследовании приняли участие 959 человек, 197 человек в возрасте 14-21 год ($17,8 \pm 1,5$ $p < 0,001$) и 762 в возрасте 22 года и старше ($44 \pm 10,2$ $p < 0,001$).

Проведенный с использованием теста Манна-Уитни количественный анализ позволил обнаружить статистически значимые различия в выраженности показателей духовного благополучия в выделенных группах (см. табл. 1, 2).

Участники из обеих групп характеризовались умеренным уровнем удовлетворенности жизнью и наличием цели в жизни – показатель субшкалы экзистенциального благополучия. Общее духовное благополучие у участников в возрасте 14-21 год соответствовало умеренному показателю духовного благополучия, у старшей группы участников высокому уровню духовного благополучия, такие же результаты были получены по субшкале религиозного благополучия умеренное чувство религиозного благополучия у младшей группы и позитивный взгляд на свои отношения с Богом у участников в возрасте 22 лет и старше см. табл. 1.

Таблица 1

Возрастные различия в тестовых баллах по основным показателям
«Шкалы духовного благополучия»

Характеристика	Все респонденты	Возрастная группа		p
		14-21 лет	≥22 лет	
Общее духовное благополучие*	96,8 (±16,7) 100 (89–109)	81,6 (±20,5) 79 (66–99)	100,8 (±13) 103 (95–110)	<0,001
Религиозное благополучие**	49,8 (±11,9) 54 (47–58)	35,9 (±15,2) 36 (23–48)	53,4 (±7,5) 55 (51–59)	<0,001
Экзистенциальное благополучие***	47 (±8,1) 48 (42–53)	45,7 (±9,3) 46 (38–54)	47,3 (±7,7) 48 (43–53)	<0,001

Примечание: Значения общего духовного благополучия, религиозного благополучия и экзистенциального благополучия отражают среднее ($\pm$ стандартное отклонение) и медиану (1-ый и 3-ий квартили). Значения уровней выраженности отражают число респондентов и их процентный показатель.

* Оценка в диапазоне: 20 – 40 отражает ощущение низкого общего духовного благополучия; 41 – 99 отражает ощущение умеренного духовного благополучия; 100 – 120 отражает ощущение высокого духовного благополучия.

** Оценка в диапазоне: 10 – 20 отражает ощущение неудовлетворенности в отношениях с Богом; 21 – 49 отражает умеренное чувство религиозного благополучия; 50 – 60 отражает позитивный взгляд на свои отношения с Богом.

*** Оценка в диапазоне: 10 – 20 говорит о низкой удовлетворенности жизнью и возможном отсутствии ясности в отношении своей цели в жизни; 21 – 49 предполагает умеренный уровень удовлетворенности жизнью и наличии цели в жизни; 50 – 60 говорит о высоком уровне удовлетворенности своей жизнью и наличии четкой цели в жизни.

В группе участников исследования в возрасте 14-21 год большинство имели умеренный показатель духовного благополучия (146 (74,1%) $p < 0,001$), умеренное чувство религиозного благополучия (111 (56,3%) $p < 0,001$) и умеренный уровень экзистенциального благополучия (114 (57,9%) $p < 0,001$).

В группе участников исследования в возрасте 22 лет и старше, и по сравнению с респондентами подросткового и юношеского возраста, большинство респондентов характеризовались статистически значимо более высоким уровнем духовного благополучия (454 (59,6%) $p < 0,001$) и позитивным взглядом на свои отношения с Богом (610 (80,1%) $p < 0,001$), а также экзистенциального благополучия (332 (43,6%) $p < 0,001$), но большинство, как и респонденты в возрасте 14-21 года, имели умеренный уровень удовлетворенности жизнью (427 (56%) $p < 0,001$) см. табл. 2.

Таблица 2

Возрастные различия по отдельным показателям «Шкалы духовного благополучия»

Характеристика	Количество респондентов в общей выборке	Количество респондентов в возрастных группах		p
		14-21 лет	≥22 лет	
Общее духовное благополучие	959 (100%)	197 (100%)	762 (100%)	
низкое	3 (0,3%)	2 (1%)	1 (0,1%)	<0,001
умеренное	453 (47,2%)	146 (74,1%)	307 (40,3%)	<0,001
высокое	503 (52,5%)	49 (24,9%)	454 (59,6%)	<0,001
Религиозное благополучие	959 (100%)	197 (100%)	762 (100%)	
неудовлетворительные отношения с Богом	46 (4,8%)	38 (19,3%)	8 (1%)	<0,001
умеренное чувство религиозного благополучия	255 (26,6%)	111 (56,3%)	144 (18,9%)	<0,001

позитивный взгляд на свои отношения с Богом	658 (68,6%)	48 (24,4%)	610 (80,1%)	<0,001
Экзистенциальное благополучие	959 (100%)	197 (100%)	762 (100%)	
низкий уровень удовлетворенности жизнью	5 (0,5%)	2 (1%)	3 (0,4%)	<0,001
умеренный уровень удовлетворенности жизнью	541 (56,4%)	114 (57,9%)	427 (56%)	<0,001
высокий уровень удовлетворенности жизнью	413 (43,1%)	81 (41,1%)	332 (43,6%)	<0,001

В таблице 3 представлены результаты оценки возрастных различий в уровне психологического благополучия.

Таблица 3

Возрастные различия в показателях психологического благополучия

Характеристика	Все респонденты	Возрастная группа		p
		14-21 лет	≥22 лет	
Положительное отношение к другим	58,7 (±11,1) 59 (51–66)	56,6 (±11,2) 54 (49–63)	59,3 (±11) 59 (52–67)	<0,001
Автономия	53,5 (±9,3) 53 (48–59,5)	53,6 (±8,6) 51 (49–59)	53,4 (±9,5) 53 (47–60)	0,741
Управление окружением	53,9 (±11,1) 53 (47–60)	55 (±11,7) 51 (48–62)	53,6 (±10,9) 54 (46–60)	0,773
Личностный рост	60,8 (±10,2) 61 (54–68)	58,7 (±11,3) 56 (49–68)	61,4 (±9,9) 61 (55–68)	<0,001
Цель в жизни	57,5 (±10,7) 56 (50–65)	56,8 (±11,1) 53 (49–64)	57,6 (±10,6) 57 (50–65)	0,047
Самопринятие	54 (±12,4) 54 (47–62)	55,4 (±12) 52 (48–63)	53,6 (±12,5) 54 (46–62)	0,548
Общий балл по опроснику	338,4 (±50,6) 336 (300–370)	336,1 (±58,1) 311 (293–379)	338,9 (±48,6) 340 (305,3–369)	0,027

Респонденты старшего возраста имели статистически значимо более высокие оценки по субшкалам «Положительное отношение к другим» ($p < 0,001$) характеризующее наличие доверительных отношений с окружающими, «Личностный рост» ($p < 0,001$) как открытость новому, самореализация и чувство непрекращающегося развития, «Цель в жизни» ($p = 0,047$) как наличие цели, намерения в жизни, перспектив и убеждений, определяющих смысл жизни, а также статистически значимо более высокий общий балл по опроснику ($p = 0,027$), статистически значимой ассоциации оценок по субшкалам «Автономия», «Управление окружением» и «Самопринятие» с возрастом установлено не было.

Связь духовного и психологического благополучия

В таблице 4 представлены результаты корреляционного анализа компонентов опросника «Шкала духовного благополучия» с компонентами опросников «Шкала психологического благополучия» C.D. Ryff в возрастных группах респондентов до 21 года и 22 лет и старше.

Специфической характеристикой подростков является отсутствие связи между субшкалами «Автономия» 0,06 [-0,08; 0,2] $r = 0,413$ и «Управление окружением» 0,1 [-0,04; 0,24] $r = 0,146$ с субшкалой религиозного благополучия. Результаты по субшкале «Автономия», указывают на возможность думать и действовать самостоятельно и независимо, по субшкале «Управление окружением» на возможность контролировать свою деятельность в соответствии с возможностями и обстоятельствами для достижения целей, а субшкале религиозного благополучия как показатель благополучия, связанного с Богом или высшей силой. Отсутствие корреляционной связи может говорить о независимости данных переменных друг от друга или о том, что отношение с Богом и высшей силой отличается в данной возрастной группе от представлений о независимости и управления окружением.

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа компонентов опросников
«Шкала духовного благополучия» и «Шкала психологического благополучия» С.Д. Ryff
в возрастных группах респондентов

Шкала психологического благополучия Рифф	Респонденты в возрасте 14-21 год			Респонденты в возрасте 22 года и старше		
	Религиозное благополучие (RWB)	Экзистенциальное благополучие (EWB)	Духовное благополучие (SWB)	Религиозное благополучие (RWB)	Экзистенциальное благополучие (EWB)	Духовное благополучие (SWB)
Положительное отношение к другим	0,23 [0,09; 0,36]p=0,001	0,39 [0,26; 0,5] p<0,001	0,33 [0,2; 0,45] p<0,001	0,16 [0,09; 0,22]p<0,001	0,39 [0,32; 0,44]p<0,001	0,31 [0,24; 0,37]p<0,001
Автономия	0,06 [-0,08; 0,2]p=0,413	0,32 [0,19; 0,44]p<0,001	0,18 [0,04; 0,31]p=0,014	0,13 [0,05; 0,19]p<0,001	0,2 [0,13; 0,27] p<0,001	0,17 [0,1; 0,24] p<0,001
Управление окружением	0,1 [-0,04; 0,24]p=0,146	0,44 [0,32; 0,54]p<0,001	0,26 [0,13; 0,39]p<0,001	0,16 [0,09; 0,22]p<0,001	0,46 [0,4; 0,51] p<0,001	0,35 [0,28; 0,41]p<0,001
Личностный рост	0,23 [0,09; 0,35]p=0,001	0,33 [0,19; 0,44]p<0,001	0,3 [0,17; 0,42] p<0,001	0,19 [0,12; 0,25]p<0,001	0,33 [0,26; 0,39]p<0,001	0,29 [0,22; 0,35]p<0,001
Цель в жизни	0,25 [0,11; 0,38]p<0,001	0,46 [0,34; 0,56]p<0,001	0,38 [0,26; 0,5] p<0,001	0,22 [0,15; 0,29]p<0,001	0,48 [0,42; 0,53]p<0,001	0,4 [0,34; 0,46] p<0,001
Самопринятие	0,14 [0; 0,28] p=0,045	0,51 [0,4; 0,61] p<0,001	0,32 [0,19; 0,44]p<0,001	0,14 [0,07; 0,21]p<0,001	0,51 [0,45; 0,56]p<0,001	0,38 [0,32; 0,44]p<0,001
Общий балл по опроснику	0,21 [0,08; 0,34]p=0,003	0,48 [0,36; 0,58]p<0,001	0,36 [0,23; 0,47]p<0,001	0,22 [0,15; 0,29]p<0,001	0,53 [0,48; 0,58]p<0,001	0,43 [0,37; 0,48]p<0,001

Остальные результаты по субшкалам религиозного и экзистенциального благополучия, а также суммарная оценка по шкале духовного благополучия положительно коррелировали со всеми компонентами «Шкалы психологического благополучия» С.Д. Ryff в обеих группах респондентов, что свидетельствует о тесной связи этих конструктов в структуре общего благополучия личности.

В таблице 5 представлены результаты регрессионного анализа с использованием L1-регуляризации (LASSO-регрессии), позволяющие определить предикторы духовного благополучия ($R^2=0,55$). Как следует из модели, статистически значимыми предикторами более высоких оценок по «Шкале духовного благополучия» оказались возраст респондента, наличие детей, и показатели субшкалы «Цель в жизни» опросника «Шкала психологического благополучия» С.Д. Ryff. Среди включенных в модель предикторов не было выявлено коллинеарных ковариат.

Таблица 5

Коэффициенты в многофакторной модели суммарной оценки
по «Шкале духовного благополучия»

Предиктор	β	SE	95% ДИ	p	VIF
Свободный член	34,2	4,2	—	—	—
Возраст (лет)	0,084	0,04	0,006; 0,163	0,034	2,37
Наличие детей	2,35	1,03	0,33; 4,37	0,023	1,95
Цель в жизни	0,231	0,041	0,151; 0,312	<0,001	1,46

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Проведенное исследование позволило обнаружить как общие механизмы. Так и возрастную специфику связи показателей духовного и психологического благополучия.

У взрослых (≥ 22 лет) наблюдается более высокий уровень духовного и психологического благополучия, что подтверждает теорию психосоциального развития Е.Н. Erikson [46], связывающую зрелость с поиском смысла и идентичности. Причем, основной вклад в различия показателей двух групп вносят субшкала религиозного благополучия и общий балл духовного благополучия: взрослые в отличие от подростков имеют более позитивный взгляд на свои отношения с Богом или трансцендентным, выше оценивают качество своей духовной жизни. А высокие оценки респондентов этой группы по субшкалам «Положительное отношение к другим», «Личностный рост», «Цель в жизни» и более высокий показатель общего психологического благополучия поддерживают данные исследования Р. Wink и М. Dillon [47], которое утверждает, что во взрослом возрасте связь религиозности с психологическим благополучием усиливается благодаря позитивным отношениям с другими, участию в социальных и общественных задачах и генеративности. Данные результаты согласуются с выводами К.М. Sheldon, о том, что зрелость и возраст положительно связаны с психологическим благополучием [48].

Исследование подтверждает, что духовное благополучие (включая религиозное и экзистенциальное измерения) тесно связано с психологическим благополучием, особенно через такие компоненты, как «цель в жизни», «положительное отношение к другим» и «личностный рост». Это согласуется с теорией психологического благополучия С.Д. Ryff [27; 28], теорией психосоциального развития Е.Н. Erikson [46] и исследованием М.Ф. Steger [49] подчеркивающими важность смысла и идентичности для психосоциального развития.

Важно отметить, что экзистенциальное благополучие (удовлетворенность жизнью и наличие цели без опоры на высшую силу) демонстрирует более сильные корреляции с психологическим благополучием, чем религиозное, что уточняет роль духовности как многомерного конструкта.

Экзистенциальное благополучие тесно связано с самопринятием, целью в жизни и управлением окружением, что подчеркивает его центральную роль в структуре психологического благополучия и согласуется с концепцией эвдемонического благополучия Ryff [50]. Данный результат согласуется с тем, что наличие смысла и направления, достижение позитивных отношений с другими и самореализация являются ключевыми компонентами благополучия и экзистенциальной удовлетворенности [27], как следует из исследований, наличие цели в жизни снижает риск множества заболеваний [50].

Религиозное благополучие, хотя и менее значимо, чем экзистенциальное, играет важную роль в старшей возрастной группе, особенно в формировании позитивных отношений с другими. Это подтверждает исследования Р. Wink [47] и Е.А. Greenfield [51] о социальной функции религиозности.

Специфической характеристикой подростков является отсутствие связи между субшкалами «Автономия» и «Управление окружением» с субшкалой религиозного благополучия. Отсутствие корреляционной связи у подростков и слабая связь у респондентов в возрасте 22 лет и старше согласовывается с исследованием Е.А. Greenfield [51], показавшим связь религиозности с меньшей автономией, что говорит о том, что религиозное благополучие не играет ключевой роли в формировании независимости и самоопределения. Van Dierendonck D. [38] по результатам своего исследования высказывает мнение, что самоопределение (субшкала «Автономии») не является гарантией личного самовыражения или самоактуализации, тогда как ощущение большего количества внутренних психологических ресурсов помогает жить в гармонии с собой.

Регрессионный анализ показал, что возраст, наличие детей и цели в жизни выступают как значимые предикторы духовного благополучия.

Проведенное исследование позволяет сделать и важные практические выводы: а) учет уровня духовного благополучия в психологической практике (включение вопросов о смысле жизни, целях и духовных убеждениях в консультирование) может повысить эффективность работы с клиентами, особенно в старшей возрастной группе, где религиозное благополучие играет значимую роль в структуре общего благополучия человека; б) при работе с подростками акцент следует делать на развитие экзистенциального благополучия (поиск смысла и цели), так как религиозное благополучие менее связано с их автономией и управлением окружением.

Полученные результаты согласуются с рядом исследований, указывающих на то, что духовность улучшает психологическое благополучие S. Dawood [52], A. Basileyo [53], A. Ramirez [39], а экзистенциальное благополучие предсказывает психологическое благополучие М.Т. Tsuang [54].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование подтвердило гипотезу о тесной связи духовного и психологического благополучия, оно обогащает понимание духовного благополучия как многомерного конструкта, интегрирующего религиозные и экзистенциальные аспекты, и его связи с психологическим благополучием в контексте русскоязычной выборки. Выявленные возрастные различия в восприятии духовности подчеркивают необходимость дальнейших исследований с учетом культурных, возрастных и половых особенностей, чтобы углубить понимание механизмов взаимосвязи духовного и психологического благополучия. Несмотря на количественные различия выделенных возрастных групп, полученный результат согласован с результатами других авторов, что позволяет говорить о его надежности.

Анализ механизмов, лежащих в основе корреляций между духовным и психологическим благополучием, может способствовать разработке более точных моделей психологической помощи. Развития программ, направленных на формирование целей в жизни и положительных отношений с другими как ключевых компонентов благополучия может быть особенно актуально в образовательных учреждениях для подростков, а использования духовных практик (религиозных или нерелигиозных) в профилактических программах, для развития духовного благополучия, может играть важную роль в процессе выздоровления от психического заболевания и обеспечивает защитную функцию от аддитивного и суицидального поведения H.F. Unterrainer [24].

Дальнейшие исследования в этой области могут быть связаны с более детализованным анализом существующей возрастной и полоролевой специфики связи компонентов духовного благополучия и их влияния на психологическое благополучие и защиту от факторов психологического неблагополучия, кроме того, поскольку религиозность является сложным конструктом K.I. Pargament [55], поэтому проведение дальнейших исследований возможно в изучении влияния форм религиозности на духовное благополучие конкретных людей.

Ограничения

Следует отметить, что проведенное исследование обладает некоторыми ограничениями, связанными с количественными различиями выделенных возрастных групп и неравной представленностью мужчин и женщин в совокупной выборке и сравниваемых группах, поэтому некоторые данные следует интерпретировать с осторожностью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Цели 4: Обеспечение всеохватного и справедливого качественного образования и поощрение возможностей обучения на протяжении всей жизни для всех. URL: <https://sdgs.un.org/ru/topics/education> (дата обращения: 01.07.25).
2. UNESCO strategy on Education for Health and Well-being: Contributing to the sustainable development goals, 2016. URL: <https://gcedclearinghouse.org/sites/default/files/resources/246453e.pdf> (дата обращения: 01.07.25).
3. Комплексный план действий в области психического здоровья на 2013–2030 гг. Всемирная организация здравоохранения, 2022. 40 с. URL: <https://www.who.int/ru/publications/i/item/9789240031029> (дата обращения: 01.07.25).
4. Sembiring E. E., dan Ahmad M. Psychological and Spiritual Well Being Serta Kualitas Tidur Pasien kanker yang Menjalani Kemoterapi // Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan. 2023. Т. 11. № 3. С. 306–314. doi: 10.20527/dk.v11i3.559
5. Yu Y., Liao Y., Zhang S., Wei L., Mi N., Li W. Spiritual Well-being and Quality of Life for Patients Undergoing Chemotherapy for Pancreatic Cancer: Correlates and Influencing Factors // Alternative therapies in health and medicine. 2023. Т. 29. № 7. С. 404–411.
6. Eldeirawi K. M., Persky V. W., Zielke C., Goldstein E., Bimbi O., Saenz J., Mustafa Z., Jumah T. A., Ramirez X. R., Aldirawi A., Quinn, L., Hernandez R. Economic, Psychological, and Emotional Well-Being of Pregnant Women During the COVID-19 Pandemic // Journal of Midwifery & Women's Health. 2024. Т. 70. № 1. С. 111–123. doi: 10.1111/jmwh.13659
7. Печеркина А. А., Коваленко А. А. Особенности эмоционального благополучия учителя // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2024. № 1. С. 34–47. doi: 10.18384/2949-5105-2024-1-34-47

8. Қонысбай Т., Аймаганбетова О., Хазратова Н. Феноменологическое исследование детерминант эмоционального благополучия студентов в кросс-культурных контекстах // Вестник КазНПУ имени Абая. Серия: Психология. 2025. Т. 82. №1. С. 93–104. doi: 10.51889/2959-5967.2025.82.1.008
9. Serey A., Martínez L. J., Barahona-Fuentes, G. D. F. Emotional Regulation and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review // *Mental Health Global Challenges Journal*. 2025. Т. 8. № 1. С. 14–26. doi: 10.56508/mhgj.v8i1.240
10. Alphenaar L. E., Shiner R. L., Arana C. C., Prinzie P. Social Media and Subjective Well-Being: The Moderating Role of Personality Traits // *Journal of Happiness Studies*. 2025. Т. 26. № 4. doi: 10.1007/s10902-025-00898-0
11. Галзанова Т. Н., Егорова М. А., Шмелева Н. В. Связь функционального состояния замещающей семьи и социального благополучия приемного подростка // *Социальные науки и детство*. 2025. Т. 6. №1. С. 35–54. doi: 10.17759/ssc.2025060102
12. Paloutzian R.F., Bufford R.K., Wildman A.J. Spiritual Well-Being Scale: mental and physical health relationships // *Oxford Textbook of Spirituality in Healthcare*. 2012. С. 353-358. doi: 10.1093/med/9780199571390.003.0048
13. Ellison C. W., Smith J. Toward An Integrative Measure of Health and Well-Being // *Journal of Psychology and Theology*. 1991. Т. 19. № 1. С. 35–45. doi: 10.1177/009164719101900104
14. Hawley J. Reawaking the spirit in work: the power of dharmic management // San Francisco: Berret-Koehler Publishers. 1993.
15. Fisher J. W. Assessing adolescent spiritual health and well-being // *SSM – population health*. 2016. Т. 2. С. 304–305. doi: 10.1016/j.ssmph.2016.04.002
16. Леонтьев Д. А. Духовность, саморегуляция и ценности // *Известия Южного федерального университета. Технические науки*. 2005. Т. 51. № 7. С. 16–21.
17. Hungelmann J. A., Kenkel-Rossi E., Klassen L. Spiritual well-being in older adults: Harmonious interconnectedness // *Journal of Religion and Health*. 1985. Т. 24. № 2. С. 147–153. doi: 10.1007/BF01532258
18. Elkins D. N., Hedstrom L. J., Hughes L. L., Leaf J. A., Saunders C. Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement // *Journal of Humanistic Psychology*. 1988. Т. 28. № 4. С. 5–18. doi: 10.1177/0022167888284002
19. Bethelmy L. C., Corraliza J. A. Transcendence and Sublime Experience in Nature: Awe and In-spiring Energy // *Frontiers in Psychology*. 2019. Т. 10. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00509.
20. Gomez R., Watson S. A. Reevaluation of the Factor Structure, Reliability, and Validity of the Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ) // *Journal of Religion and Health*. 2023. Т. 62. №3. С. 2112–2130. doi: 10.1007/s10943-022-01619-0.
21. Altun Ö. Ş., Özer D., Şahin M. F. Investigation of the Relationship Between the Spiritual Orientation and Psychological Well-Being Levels of Inpatients with a Diagnosis of COVID-19 In Turkey: A Cross-Sectional Study // *Journal of Religion and Health*. 2022. Т. 61. № 5. С. 4189–4204. doi:10.1007/s10943-022-01602-9.
22. Anwar S., Rana H. Spiritual intelligence and psychological wellbeing of Pakistani University students // *Current Psychology*. 2023. doi: 10.1007/s12144-023-04717-8.
23. Koburtay T., Alzoubi A. The linkages between person-organization spirituality fit and workers' psychological well-being // *The Journal of Social Psychology*. 2021. Т. 161. № 1. С. 103–118. doi: 10.1080/00224545.2020.1778618.
24. Unterrainer H. F., Lewis A. J., Fink A. Religious/Spiritual Well-Being, Personality and Mental Health: A Review of Results and Conceptual Issues // *Journal of Religion and Health*. 2014. Т. 53. № 2. С. 382–392. doi: 10.1007/s10943-012-9642-5.
25. Seligman M. Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being // New York: Simon & Schuster. 2011.
26. Kennon M. Lyubomirsky S., Lyubomirsky S. Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? // *The Journal of Positive Psychology*. 2019. doi: 10.1080/17439760.2019.1689421.
27. Ryff C. D. Happiness is Everything, Or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Т. 57. № 6. С. 1069–1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
28. Ryff C. D., Keyes C. L. The structure of psychological well-being revisited // *Journal of personality and social psychology*. 1995. Т. 69. №4. С. 719–727. doi: 10.1037//0022-3514.69.4.719.
29. Ryff C. D., Magee W. J., Kling K. C., Wing E. H. Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being // *The Self and Society in Aging Processes*. 1999. С. 247–278.
30. Rachmawardany D. W., Mustikawati I. F., Septianawati P., Immanuel G. Analysing the Spiritual Effects of Emotional Freedom Technology (SEFT) in Building Psychological Well-being: Systematic Literature Review // *Jurnal Health Sains*. 2024. Т. 5. № 4. С. 293–298. doi: 10.46799/jhs.v5i4.1260.
31. Diener E., Wirtz D., Tov W. et al. New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings // *Social Indicators Research*. 2010. Т. 97. №2. С. 143–156. doi: 10.1007/s11205-009-9493-y.
32. Inglehart R. F. World Values Survey. URL: <https://www.worldvaluessurvey.org/> (дата обращения: 01.07.25).

33. Boehm J. K., Kubzansky L. D. The heart's content: the association between positive psychological well-being and cardiovascular health // *Psychological bulletin*. 2012. T. 138. № 4. С. 655– 691. doi: 10.1037/a0027448
34. Calestina N. The Ryff Scales of Psychological Wellbeing: your How-to Guide. URL: <https://positivepsychology.com/ryff-scale-psychological-wellbeing/> (дата обращения: 01.07.25).
35. Krok D., Telka E., Zarzycka B. Modeling psychological well-being among abdominal and pelvic cancer patients: The roles of total pain, meaning in life, and coping // *Psycho-oncology*. 2022. T. 31. № 11. С. 1852–1859. doi: 10.1002/pon.6043
36. Vivolo M., Owen J., Fisher P. Building resilience in the Improving Access to Psychological Therapy (IAPT) Psychological Wellbeing Practitioner (PWP) role: a qualitative grounded theory study // *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 2023. T. 52. № 2. С. 135–148. doi: 10.1017/S1352465823000334
37. Li Z. S., Hasson F. Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review // *Nurse education today*. 2020. T. 90. doi: 10.1016/j.nedt.2020.104440
38. Van Dierendonck D. The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being // *Personality and Individual Differences*. 2004. T. 36. № 3. С. 629–643. doi: 10.1016/s0191-8869(03)00122-3
39. Ramirez A., Lumadue C. A., Wooten H. R. Spiritual Well-Being and Psychological Well-Being in Mexican-American Catholics // *Journal of Professional Counseling: Practice, Theory & Research*. 2007. T. 35. № 2. С. 46–61. doi: 10.1080/15566382.2007.12033837
40. Leung C. H., Pong H. K. Cross-sectional study of the relationship between the spiritual wellbeing and psychological health among university Students // *PloS one*. 2021. T. 16. № 4. doi: 10.1371/journal.pone.0249702
41. Coppola I., Rania N., Parisi R., Lagomarsino F. Spiritual Well-Being and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Italy // *Frontiers in psychiatry*. 2021. T. 12. doi: 10.3389/fpsy.2021.626944
42. Kavak F., Özdemir A., Dural G. The Relation between spiritual wellbeing and psychological resilience among patients diagnosed with advanced gastrointestinal cancer // *Current Psychology*. 2019. T. 40. С. 1788–1794. doi: 10.1007/s12144-018-0116-0
43. Paloutzian R. F., Ellison C. W. Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life // *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. 1982. С. 224–237.
44. Бакушкин И. А., Ершова Р. В. Русскоязычная адаптация опросника «Шкала духовного благополучия» (Spiritual Well-Being Scale) // *Перспективы науки и образования*. 2025. № 2. С. 393–409. doi: 10.32744/pse.2025.2.25
45. Лепешинский Н. Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф // *Психологический журнал*. 2007. Т. 28. № 3. С. 24–37.
46. Erikson E. H. Identity: Youth and crisis // W. W. Norton & Company. 1968.
47. Wink P., Dillon M. Religiousness, spirituality, and psychosocial functioning in late adulthood: findings from a longitudinal study // *Psychology and aging*. 2003. T. 18. № 4. С. 916–924. doi: 10.1037/0882-7974.18.4.916
48. Sheldon K. M., Kasser T. Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span // *Developmental psychology*. 2001. T. 37. № 4. С. 491–501.
49. Steger M. F., Kashdan T. B., Oishi S. Being good by doing good: Daily eudaimonic activity and well-being // *Journal of Research in Personality*. 2008. T. 42. № 1. С. 22–42. doi: 10.1016/j.jrp.2007.03.004
50. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia // *Psychotherapy and psychosomatics*. 2014. T. 83. № 1. С. 10–28. doi: 10.1159/000353263
51. Greenfield E. A., Vaillant G. E., Marks N. F. Do formal religious participation and spiritual perceptions have independent linkages with diverse dimensions of psychological well-being? // *Journal of health and social behavior*. 2009. T. 50. № 2. С. 196–212. doi: 10.1177/002214650905000206
52. Dawood S., Yousaf H. Spiritual Well-Being and Coping Styles in relation to Psychological Well-being of Adolescents // *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*. 2015. T. 13. № 2. С. 48–52.
53. Basileyo A. Spirituality and Psychological Well-being: The Mediating Role of Pessimism // *LPU-Laguna Journal of Multidisciplinary Research*. 2019. T. 3. № 3. С. 26–41.
54. Tsuang M. T., Simpson J. C., Koenen K. C., Kremen W. S., Lyons M. J. Spiritual well-being and health // *The Journal of nervous and mental disease*. 2007. T. 195. № 8. С. 673–680. doi: 10.1097/NMD.0b013e31811f4062
55. Pargament K. I. TARGET ARTICLE: The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness // *Psychological Inquiry*. 2002. T. 13. № 3. С. 168–181. doi: 10.1207/S15327965PLI1303_02

REFERENCES

1. Goals 4: Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://sdgs.un.org/goals/goal4> (accessed 01 July 2025).
2. UNESCO strategy on Education for Health and Well-being: Contributing to the sustainable development goals, 2016. Available at: <https://gcedclearinghouse.org/sites/default/files/resources/246453e.pdf> (accessed 01 July 2025).

3. Comprehensive Mental Health Action Plan 2013-2030. World Health Organization, 2022. 40 p. Available at: <https://www.who.int/ru/publications/i/item/9789240031029> (accessed 01 July 2025).
4. Sembiring E. E., dan Ahmad M. Psychological and Spiritual Well Being Serta Kualitas Tidur Pasien kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 2023, vol. 11, no. 3, pp. 306-314. DOI: 10.20527/dk.v11i3.559
5. Yu Y., Liao Y., Zhang S., Wei L., Mi N., Li W. Spiritual Well-being and Quality of Life for Patients Undergoing Chemotherapy for Pancreatic Cancer: Correlates and Influencing Factors. *Alternative therapies in health and medicine*, 2023, vol. 29, no. 7, pp. 404-411.
6. Eldeirawi K. M., Persky V. W., Zielke C., Goldstein E., Bimbi O., Saenz J., Mustafa Z., Jumah T. A., Ramirez X. R., Aldirawi A., Quinn, L., Hernandez R. Economic, Psychological, and Emotional Well-Being of Pregnant Women During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 2024, vol. 70, no. 1, pp. 111-123. DOI: 10.1111/jmwh.13659
7. Pecherkina A. A., Kovalenko A. A. Features of a teacher's emotional well-being. *Bulletin of State University of Education*, 2024, no. 1, pp. 34-47. DOI: 10.18384/2949-5105-2024-1-34-47 (in Russ.)
8. Konyasbay T., Ajmaganbetova O., Hazratova N. Phenomenological study of the determinants of students' emotional well-being in cross-cultural contexts. *Bulletin of KazNPU named after Abai*, 2025, vol. 82, no. 1, pp. 93-104. DOI: 10.51889/2959-5967.2025.82.1.008
9. Serey A., Martínez L. J., Barahona-Fuentes, G. D. F. Emotional Regulation and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review. *Mental Health Global Challenges Journal*, 2025, vol. 8, no. 1, pp. 14-26. DOI: 10.56508/mhgcj.v8i1.240
10. Alphenaar L. E., Shiner R. L., Arana C. C., Prinzie P. Social Media and Subjective Well-Being: The Moderating Role of Personality Traits. *Journal of Happiness Studies*, 2025, vol. 26, no. 4. DOI: 10.1007/s10902-025-00898-0
11. Galzanova T. N., Egorova M. A., Shmeleva N. V. The relationship between the functional state of the foster family and the social well-being of the foster teenager. *Social Sciences and Childhood*, 2025, vol. 6, no. 1, pp. 35-54. DOI: 10.17759/ssc.2025060102 (in Russ.)
12. Paloutzian R.F., Bufford R.K., Wildman A.J. Spiritual Well-Being Scale: mental and physical health relationships. *Oxford Textbook of Spirituality in Healthcare*, 2012, pp. 353-358. DOI: 10.1093/med/9780199571390.003.0048
13. Ellison C. W., Smith J. Toward An Integrative Measure of Health and Well-Being. *Journal of Psychology and Theology*, 1991, vol. 19, no. 1, pp. 35-45. DOI: 10.1177/009164719101900104
14. Hawley J. Reawaking the spirit in work: the power of dharmic management. San Francisco, Berret-Koehler Publishers, 1993.
15. Fisher J. W. Assessing adolescent spiritual health and well-being. *SSM - population health*, 2016, vol. 2, pp. 304-305. DOI: 10.1016/j.ssmph.2016.04.002
16. Leont'ev, D. A. Duxovnost', samoregulyaciya i cennosti. *Izvestiya Yuzhnogo federal'nogo universiteta*, 2005, vol. 51, no. 7, pp. 16-21. (in Russ.)
17. Hungelmann J. A., Kenkel-Rossi E., Klassen L. Spiritual well-being in older adults: Harmonious interconnectedness. *Journal of Religion and Health*, 1985, vol. 24, no. 2, pp. 147-153. DOI: 10.1007/BF01532258
18. Elkins D. N., Hedstrom L. J., Hughes L. L., Leaf J. A., Saunders C. Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 1988, vol. 28, no. 4, pp. 5-18. DOI: 10.1177/0022167888284002
19. Bethelmy L. C., Corraliza J. A. Transcendence and Sublime Experience in Nature: Awe and In-spiring Energy. *Frontiers in Psychology*, 2019, vol. 10. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.00509
20. Gomez R., Watson S. A. Reevaluation of the Factor Structure, Reliability, and Validity of the Spiritual Well-Being Questionnaire (SWBQ). *Journal of Religion and Health*, 2023, vol. 62, no. 3, pp. 2112-2130. DOI: 10.1007/s10943-022-01619-0
21. Altun Ö. Ş., Özer D., Şahin M. F. Investigation of the Relationship Between the Spiritual Orientation and Psychological Well-Being Levels of Inpatients with a Diagnosis of COVID-19 In Turkey: A Cross-Sectional Study. *Journal of Religion and Health*, 2022, vol. 61, no. 5, pp. 4189-4204. DOI: 10.1007/s10943-022-01602-9
22. Anwar S., Rana H. Spiritual intelligence and psychological wellbeing of Pakistani University students. *Current Psychology*, 2023. DOI: 10.1007/s12144-023-04717-8
23. Koburtay T., Alzoubi A. The linkages between person-organization spirituality fit and workers' psychological well-being. *The Journal of Social Psychology*, 2021, vol. 161, no. 1, pp. 103-118. DOI: 10.1080/00224545.2020.1778618
24. Unterrainer H. F., Lewis A. J., Fink A. Religious/Spiritual Well-Being, Personality and Mental Health: A Review of Results and Conceptual Issues. *Journal of Religion and Health*, 2014, vol. 53, no. 2, pp. 382-392. DOI: 10.1007/s10943-012-9642-5
25. Seligman M. Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being. New York, Simon & Schuster Publ., 2011.
26. Kennon M. Lyubomirsky S., Lyubomirsky S. Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? *The Journal of Positive Psychology*, 2019. DOI:

- 10.1080/17439760.2019.1689421
27. Ryff C. D. Happiness is Everything, Or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, vol. 57, no. 6, pp. 1069–1081. DOI: 10.1037/0022-3514.57.6.1069
 28. Ryff C. D., Keyes C. L. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 1995, vol. 69, no. 4, pp. 719–727. DOI: 10.1037//0022-3514.69.4.719
 29. Ryff C. D., Magee W. J., Kling K. C., Wing E. H. Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being. *The Self and Society in Aging Processes*, 1999, pp. 247–278.
 30. Rachmawardany D. W., Mustikawati I. F., Septianawati P., Immanuel G. Analysing the Spiritual Effects of Emotional Freedom Technology (SEFT) in Building Psychological Well-being: Systematic Literature Review. *Jurnal Health Sains*, 2024, vol. 5, no. 4, pp. 293–298. DOI: 10.46799/jhs.v5i4.1260.
 31. Diener E., Wirtz D., Tov W. et al. New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 2010, vol. 97, no. 2, pp. 143–156. DOI: 10.1007/s11205-009-9493-y.
 32. Inglehart R. F. World Values Survey. Available at: <https://www.worldvaluessurvey.org/> (accessed 01 July 2025).
 33. Boehm J. K., Kubzansky L. D. The heart's content: the association between positive psychological well-being and cardiovascular health. *Psychological bulletin*, 2012, vol. 138, no. 4, pp. 655–691. DOI: 10.1037/a0027448
 34. Calestina N. The Ryff Scales of Psychological Wellbeing: your How-to Guide. Available at: <https://positivepsychology.com/ryff-scale-psychological-wellbeing/> (accessed 01 July 2025).
 35. Krok D., Telka E., Zarzycka B. Modeling psychological well-being among abdominal and pelvic cancer patients: The roles of total pain, meaning in life, and coping. *Psycho-oncology*, 2022, vol. 31, no. 11, pp. 1852–1859. DOI: 10.1002/pon.6043
 36. Vivolo M., Owen J., Fisher P. Building resilience in the Improving Access to Psychological Therapy (IAPT) Psychological Wellbeing Practitioner (PWP) role: a qualitative grounded theory study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 2023, vol. 52, no. 2, pp. 135–148. DOI: 10.1017/S1352465823000334
 37. Li Z. S., Hasson F. Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse education today*, 2020, vol. 90. DOI: 10.1016/j.nedt.2020.104440
 38. Van Dierendonck D. The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 2004, vol. 36, no. 3, pp. 629–643. DOI: 10.1016/s0191-8869(03)00122-3
 39. Ramirez A., Lumadue C. A., Wooten H. R. Spiritual Well-Being and Psychological Well-Being in Mexican-American Catholics. *Journal of Professional Counseling: Practice, Theory & Research*, 2007, vol. 35, no. 2, pp. 46–61. DOI: 10.1080/15566382.2007.12033837
 40. Leung C. H., Pong H. K. Cross-sectional study of the relationship between the spiritual wellbeing and psychological health among university Students. *PloS one*, 2021, vol. 16, no. 4. DOI: 10.1371/journal.pone.0249702
 41. Coppola I., Rania N., Parisi R., Lagomarsino F. Spiritual Well-Being and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Italy. *Frontiers in psychiatry*, 2021, vol. 12. DOI: 10.3389/fpsy.2021.626944
 42. Kavak F., Özdemir A., Dural G. The Relation between spiritual wellbeing and psychological resilience among patients diagnosed with advanced gastrointestinal cancer. *Current Psychology*, 2019, vol. 40, pp. 1788–1794. DOI: 10.1007/s12144-018-0116-0
 43. Paloutzian R. F., Ellison C. W. Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, 1982, pp. 224–237.
 44. Bakushkin I. A., Ershova R. V. Russian-language adaptation of the questionnaire «Scale of spiritual Well-Being» (Spiritual Well-Being Scale). *Perspectives of Science and Education*, 2025, no. 2, pp. 393–409. DOI: 10.32744/pse.2025.2.25 (in Russ.)
 45. Lepeshinskij N. N. Adaptation of the questionnaire «Scale of Psychological Well-Being» by K. Riff. *Psychological journal*, 2007, vol. 28, no. 3, pp. 24–37. (in Russ.)
 46. Erikson E. H. Identity: Youth and crisis. W. W. Norton & Company, 1968.
 47. Wink P., Dillon M. Religiousness, spirituality, and psychosocial functioning in late adulthood: findings from a longitudinal study. *Psychology and aging*, 2003, vol. 18, no. 4, pp. 916–924. DOI: 10.1037/0882-7974.18.4.916.
 48. Sheldon K. M., Kasser T. Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span. *Developmental psychology*, 2001, vol. 37, no. 4, pp. 491–501.
 49. Steger M. F., Kashdan T. B., Oishi S. Being good by doing good: Daily eudaimonic activity and well-being. *Journal of Research in Personality*, 2008, vol. 42, no. 1, pp. 22–42. DOI: 10.1016/j.jrp.2007.03.004
 50. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 2014, vol. 83, no. 1, pp. 10–28. DOI: 10.1159/000353263
 51. Greenfield E. A., Vaillant G. E., Marks N. F. Do formal religious participation and spiritual perceptions have independent linkages with diverse dimensions of psychological well-being? *Journal of health and social behavior*, 2009, vol. 50, no. 2, pp. 196–212. DOI: 10.1177/002214650905000206
 52. Dawood S., Yousaf H. Spiritual Well-Being and Coping Styles in relation to Psychological Well-being of

- Adolescents. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 2015, vol. 13, no. 2, pp. 48–52.
53. Basileyo A. Spirituality and Psychological Well-being: The Mediating Role of Pessimism. *LPU-Laguna Journal of Multidisciplinary Research*, 2019, vol. 3, no. 3, pp. 26–41.
54. Tsuang M. T., Simpson J. C., Koenen K. C., Kremen W. S., Lyons M. J. Spiritual well-being and health. *The Journal of nervous and mental disease*, 2007, vol. 195, no. 8, pp. 673–680. DOI: 10.1097/NMD.0b013e31811f4062
55. Pargament K. I. TARGET ARTICLE: The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness. *Psychological Inquiry*, 2002, vol. 13, no. 3, pp. 168–181. DOI: 10.1207/S15327965PLI1303_02

Авторы	Author's
Бакушкин Иван Анатольевич (Россия, Коломна) Председатель Отдел по миссионерской работе и делам молодёжи Коломенская епархия E-mail: ioann_85@mail.ru ORCID ID: 0000-0003-1485-5512 Scopus Author ID: 59904229500	Ivan A. Bakushkin (Russia, Kolomna) Chairman Department for Missionary Work and Youth Affairs, Kolomna Diocese Email: ioann_85@mail.ru ORCID ID: 0000-0003-1485-5512 Scopus Author ID: 59904229500
Ершова Регина Вячеславовна (Россия, Коломна) Профессор, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии и педагогики филологического факультета Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы E-mail: erchovareg@mail.ru ORCID ID: 0000-0002-5054-1177 Scopus Author ID: 57205234611	Regina V. Ershova (Russia, Kolomna) Professor, Dr. Sci. (Psychology), Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Faculty of Philology Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba E-mail: erchovareg@mail.ru ORCID ID: 0000-0002-5054-1177 Scopus Author ID: 57205234611

Вклад авторов	Author's contribution
Бакушкин И. А.: верификация данных, проведение исследования, создание рукописи и ее редактирование, визуализация Ершова Р. В.: концептуализация, методология, руководство исследованием	Ivan A. Bakushkin: Validation, Investigation, Writing - Review & Editing, Visualization Regina V. Ershova: Conceptualization, Methodology, Supervision

© Бакушкин И. А., Ершова Р. В., 2025
 Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

© Ivan A. Bakushkin, Regina V. Ershova, 2025
 The author's declared no conflicts of interest