

Научная статья  
УДК 159.922.8 159.923.2  
<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-6-181-192>

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ С РАЗЛИЧНЫМ ОПЫТОМ И МОТИВАЦИЕЙ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Сергей Владимирович Молчанов<sup>1</sup>, Ольга Викторовна Алмазова<sup>2</sup>,  
Наталья Николаевна Поскребышева<sup>3</sup>*

<sup>1, 2, 3</sup> *Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова, Москва, Россия*

<sup>1</sup> *s-molch2001@mail.ru*

<sup>2</sup> *almaz.arg@gmail.com*

<sup>3</sup> *pskr@inbox.ru*

### **Аннотация**

Психологическое благополучие является показателем реализации потенциала личностного развития. Оно связано с активностью субъекта и требует особого внимания к содержанию деятельности. Возрастно-психологическая специфика подросткового возраста определяется процессами самоопределения и дальнейшей самореализации, где собственная активность субъекта психического развития становится важнейшим условием. Волонтерская активность как добровольная деятельность по оказанию помощи нуждающимся представляет широкие возможности для самореализации личности. Цель данного исследования: изучить особенности психологического благополучия подростков с различным опытом и мотивацией волонтерской деятельности. В нем приняли участие 329 человек в возрасте от 14 до 18 лет, из которых 57,4 % юношей и 42,6 % девушек, учащиеся средних образовательных школ. Основной гипотезой исследования выступило предположение, что участие и особенности мотивации волонтерской деятельности подростков связаны с более высоким уровнем психологического благополучия. Были использованы три методики: опросник мотивации волонтерской деятельности Э. Клеры, шкала психологического благополучия Варвик-Эдинбург, шкала депрессии, тревоги и стресса С. Ловибонд. Полученные результаты позволили сделать следующие выводы. Различные компоненты психологического благополучия связаны с опытом и мотивацией волонтерской деятельности. Опыт волонтерской деятельности способствует более четкому осознанию мотивации волонтерства и, как следствие, более высокому уровню психологического благополучия. Были обнаружены гендерные различия в характере взаимосвязи уровня психологического благополучия и участия и мотивации волонтерской деятельности. Выраженность разнообразной мотивации волонтерства связана со снижением депрессивных настроений у девушек больше, чем у юношей.

**Ключевые слова:** *волонтерство, психологическое благополучие, подростковый возраст*

**Источник финансирования:** Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках научного проекта № 20-013-00439.

**Для цитирования:** Молчанов С. В., Алмазова О. В., Поскребышева Н. Н. Особенности психологического благополучия молодежи с различным опытом и мотивацией волонтерской деятельности // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2022. Вып. 6 (46). С. 181–192. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-6-181-192>

Original article

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN YOUTH WITH DIFFERENT EXPERIENCE AND MOTIVATION IN VOLUNTEERING ACTIVITY

*Sergey V. Molchanov<sup>1</sup>, Olga V. Almazova<sup>2</sup>, Nataliya N. Poskrebysheva<sup>3</sup>*

*<sup>1, 2, 3</sup> Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation*

*<sup>1</sup> s-molch2001@mail.ru*

*<sup>2</sup> almaz.arg@gmail.com*

*<sup>3</sup> pskr@inbox.ru*

### **Abstract**

Psychological well-being is an indicator of the realization of the potential of personal development. Psychological well-being is associated with the activity of the subject and requires special attention to the content of the activity. Age-psychological specificity of adolescence and youth is defined by self-determination and self-realization processes and personal subject's activity becomes an important factor. Volunteer activity as a voluntary activity to help those in need provides ample opportunities for self-realization of the individual. The purpose of this research is to study the characteristics of the psychological well-being of adolescents with different experience and motivation for volunteering. The study involved 329 adolescents aged 14-18, of which 57.4 % were boys and 42.6 % were girls. The main hypothesis of the study was the assumption that the participation and motivation of youth volunteering are associated with a higher level of psychological well-being. Three methods were used: E. Clary's Volunteering Motivation Questionnaire, the Warwick-Edinburgh Psychological Well-Being Scale, and the S. Lovibond Depression, Anxiety and Stress Scale. The results obtained allowed us to draw the following conclusions. Various components of psychological well-being are associated with the experience and motivation of volunteering. Gender differences were found in the nature of the relationship between the level of psychological well-being and participation and motivation for volunteering.

**Keywords:** *psychological well-being, volunteering, youth*

**For citation:** Molchanov S. V., Almazova O. V., Poskrebysheva N. N. Psychological well-being in youth with different experience and motivation in volunteering activity [Osobennosti psikhologicheskogo blagopoluchiya molodezhi s razlichnym opytom i motivatsiey volonterskoy deyatelnosti]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2022, vol. 6 (46), pp. 181–192. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-6-181-192>

Психологическое благополучие является интегративным показателем оценки личностью уровня своей самореализации в рамках существующих потенциальных возможностей, может рассматриваться как потенциал личностного развития, что отражается в различных представлениях об этом конструкте [1]. Выделяются два основных направления в понимании психологического благополучия. Первое направление связано с определением психологического благополучия как эмоционально-оценочной составляющей состояния человека, что часто связано с переживанием удовольствия [2, 3]. Второе направление – с развитием идеи значимости осмысленности жизни в рамках гуманистической и экзистенциальной традиций, что смещает фокус внимания на полноту самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах. Популяризация второго направления во многом связана с широким распространением модели К. Рифф, в которой были выделены шесть составляющих психологического благополучия: наличие цели в жизни, положительные отношения с другими, личностный рост, управление окружением, самопринятие и автономия [4]. Исследования показывают, что психологическое благополучие в ценностной составляющей выступает как система базисных убеждений личности. Сбалансированный вид психологического благополучия предполагает восприятие мира как доброжелательного и справедливого, позитивный образ Я и уверенность в контроле над жизнью [5]. Также отмечается минимизация негативных со-

стояний и переживаний при высоком уровне психологического благополучия. Люди с высоким уровнем психологического благополучия обычно являются активными субъектами деятельности [6; 7]. Можно говорить о том, что психологическое благополучие тесно связано с активной жизненной позицией человека, обеспечивающей возможность самореализации. Важным также становится учет возрастно-психологических особенностей подросткового возраста, значимых для самореализации. В периодизации психосоциального развития Э. Эриксона подростковый возраст определяется в широких возрастных рамках от 12 до 19 лет [8]. Процесс самоопределения в подростковом возрасте включает развитие эго-идентичности (Э. Эриксон), чувства взрослости (Д. Б. Эльконин), самосознания [9]. В указанных базовых психологических новообразованиях присутствует эмоциональная составляющая, связанная с оценкой собственного психологического благополучия в условиях реализуемых личных жизненных выборов. Таким образом, вопрос о поиске видов активности, способствующих самореализации и возрастанию уровня психологического благополучия личности, приобретает особую актуальность. Это соответствует традиционному пониманию подросткового возраста как периода поиска себя через деятельность с наличием моратория на принятие важных жизненных решений [10].

Определим, каким условиям должна отвечать деятельность, обеспечивающая рост уровня психологического благополучия современных российских подростков. Представляется, что можно выделить следующие критерии деятельности, которые будут положительно связаны с ростом психологического благополучия:

- добровольность участия и свобода в выборе конкретного вида деятельности в соответствии с собственными интересами;
- самостоятельное определение интенсивности вовлеченности в активность с возможностью «легкого» выхода из нее при необходимости;
- наличие фиксируемого и «видимого» результата своей деятельности;
- помогающий характер реализуемого поведения – возможность проявления заботы, фокусировки на другом человеке и его благополучии.

Названные критерии во многом связаны со спецификой иерархии ценностей, типичной для подросткового возраста. Можно говорить о приоритете в подростковом возрасте таких ценностей, как достижение, саморегуляция, благосклонность [11]. Напомним, что в модели ценностных ориентаций С. Шварца достижение связано со стремлением к личному успеху в конкретной деятельности за счет собственной компетентности в соответствии с социальными стандартами и последующим социальным одобрением; саморегуляция – с автономностью и независимостью мыслей и поведения; благосклонность – с взаимодействием со значимыми для человека людьми и заботой об их благополучии. Таким образом, указанные выше критерии соответствуют значимым ценностям российских подростков. Последний критерий, связанный с идеей помогающего поведения, представляется особенно важным. С позиции многих психотерапевтических школ и опыта психологической практики активность человека, направленная на кого-то или что-то вне его самого, является важным условием для преодоления существующих негативных психологических состояний. Уход от гиперфокусировки на себе, процессы самотрансценденции, обнаружение возможностей для самореализации через отношения с другим или действие для другого, достаточно часто выступают как стратегии психотерапевтической практики [12; 13]. Это позволяет преодолевать эгоцентрическую фиксацию на самом себе, чрезмерное фокусирование на собственном состоянии, установки эгоизма, а также создает условия для обретения нового опыта, который может стать основой роста психологического благополучия личности. Активная позиция волонтера с проявлением заботы об окружающем мире и людях тесно связана с развитием моральных принципов, изменением характера моральных суждений и общей моральной ориентации [14; 15].

Волонтерство соответствует указанным выше критериям самореализации личности и росту уровня психологического благополучия современных российских подростков. Волонтерство предполагает добровольное участие в видах активности, которые направлены на помощь другим людям, животным, природе. В современной России интенсивность волонтерской деятельности возрастает. Это касается как роста участников волонтерского движения, так и разнообразия видов добровольческой активности. Принятый в 2018 г. Федеральный закон о волонтерской деятельности легализовал и структурировал возможности добровольческой активности, способствовал значительному росту интереса к помогающему поведению в обществе, в частности в молодежной среде. В зарубежной психологии реализовано большое число исследований роли участия в добровольческой активности для соматического и психологического благополучия человека. В рамках лонгитюдного исследования было получено свидетельство того, что добровольческая активность взаимосвязана с хорошим уровнем физического здоровья [16; 17]. Выявлена взаимосвязь волонтерской активности и различных психологических характеристик. Вовлеченность в волонтерство связана с более высоким уровнем удовлетворенности жизнью и переживания счастья, позитивной самооценкой, уменьшением вероятности депрессивных расстройств, снижением дистресса, повышением уровня морального развития [18–22]. Получены результаты, свидетельствующие о кумулятивном эффекте повышения уровня физического и психического здоровья активных участников волонтерской активности [23]. Таким образом, можно говорить о том, что существуют различные данные, которые свидетельствуют о взаимосвязи уровня психологического благополучия и участия в волонтерской деятельности. Вместе с тем изучение связи между характером мотивации волонтерской деятельности подростков и уровнем их психологического благополучия еще не стало предметом специального исследования, что определило цель и новизну данной работы.

Цель: изучить особенности психологического благополучия подростков с различным опытом и мотивацией волонтерской деятельности.

Гипотеза 1: особенности мотивации волонтерской деятельности как ценности, источника компетенций и вовлеченности в социальное взаимодействие связаны с более высоким уровнем психологического благополучия.

Гипотеза 2: существуют гендерные различия в характере взаимосвязи опыта участия и мотивации волонтерской деятельности и уровня психологического благополучия: девушки с опытом волонтерской деятельности демонстрируют более высокий уровень психологического благополучия, чем юноши.

Для исследования применялся опросник мотивации волонтерской деятельности, основанный на функциональной теории мотивации, предложенной группой американских психологов во главе с Э. Клэри VFI (в русской адаптации С. В. Молчанова, О. В. Алмазовой, Н. Н. Поскребышевой [24]). Опросник включает в себя 6 шкал, описывающих различные основания мотивации волонтерской активности: волонтерство как защита, волонтерство как ценность, волонтерство как карьерная возможность, волонтерство как социальная функция вовлеченности в общение и социальное взаимодействие, волонтерство как источник приобретения компетенций, волонтерство как источник развития.

Исследование психологического благополучия основывалось на двух методиках:

1. Шкала психологического благополучия Варвик-Эдинбург [25; 26], которая охватывает широкий диапазон концептуальных представлений о психологическом благополучии, включая аффективную и когнитивную составляющие, а также оценку психологического функционирования. Методика содержит 14 вопросов, касающихся субъективного благополучия и психологического функционирования, которые сформулированы в позитивном ключе и направлены на оценку положительных аспектов психического здоровья.

2. Шкала депрессии, тревоги и стресса Ловибонд [27]. Краткая версия методики включает 21 пункт: по 7 пунктов на каждую субшкалу. Шкала депрессии оценивает дисфорию, безнадежность, девальвацию жизни, самоуничтожение, отсутствие интереса. Шкала тревожности оценивает вегетативное возбуждение, воздействие на скелетные мышцы, ситуационную тревогу и субъективное переживание тревожного аффекта. Шкала стресса чувствительна к уровням хронического неспецифического возбуждения и оценивает трудности релаксации, нервное возбуждение, легкое возбуждение, раздражительность, перегрузку и нетерпение.

В исследовании приняли участие 329 подростков 14–18 лет, из которых 57,4 % юношей и 42,6 % девушек. У 43,8 % подростков есть опыт волонтерской деятельности, а у 56,2 % такого опыта нет.

По всем шкалам всех опросников распределение проводилось по критерию Колмогорова – Смирнова, что позволяет использовать параметрические методы анализа данных.

В табл. 1 приведены средние медианы и стандартные отклонения оценок отношения к волонтерству у респондентов с опытом и без опыта участия в волонтерской деятельности и результат сравнения оценок в этих двух группах (t-критерий для независимых выборок).

Таблица 1

*Описательные статистики для оценок мотивации волонтерства у подростков, имеющих и не имеющих опыта волонтерской деятельности, различия между ними*

Шкала/группа	Есть опыт			Нет опыта			Различия	
	М	Me	SD	М	Me	SD	t	p
Защита	4,20	4,00	1,409	3,47	3,40	1,354	3,458	0,001
Ценность	6,08	6,20	0,840	5,33	5,60	1,211	4,316	<0,001
Карьерная возможность	4,16	4,30	1,574	3,82	3,80	1,414	2,004	0,049
Социальная функция	4,96	5,00	1,317	3,94	4,00	1,480	5,230	<0,001
Источник компетенции	5,88	6,00	0,978	5,13	5,20	1,242	4,720	<0,001
Источник развития	4,81	4,80	1,355	4,28	4,40	1,330	2,536	0,012

Значимые различия получены по всем шкалам опросника. При этом для оценок по всем шкалам они выше у подростков, имеющих опыт волонтерской деятельности. Опыт волонтерской деятельности позитивно связан с выраженностью различных видов мотивации волонтерства. При помощи коэффициента корреляции Пирсона было выявлено, что оценки по всем шкалам опросника связаны между собой ( $r$  – от 0,21 до 0,67 при  $p < 0,001$ ).

Анализ гендерных различий показал следующее. При помощи t-критерия для независимых выборок было выявлено, что оценки девушек «волонтерство как социальная функция» ( $t = -2,186$ ;  $p = 0,029$ ) и «волонтерство как карьерная возможность» ( $t = -4,170$ ;  $p < 0,001$ ) выше, чем оценки юношей.

Психологическое благополучие подростков оценивалось при помощи двух методик. Прежде всего были проверены связи между оценками двух методик (коэффициент корреляции Пирсона). На рис. 1 приведена соответствующая корреляционная плеяда ( $p < 0,001$ ).

Все оценки связаны между собой. Выраженность депрессии, стресса и тревожности связана друг с другом прямо, а с оценками психологического благополучия – обратно. Таким образом, подтверждаются данные зарубежных исследований о том, что высокий уровень психологического благополучия сочетается с низкой вероятностью негативных эмоциональных состояний и переживаемым стрессом. Рассмотрим особенности психологического благополучия у подростков с опытом и без опыта участия в волонтерской деятельности.

В табл. 2 приведены средние медианы и стандартные отклонения оценок психологического благополучия у респондентов с опытом и без опыта участия в волонтерской деятельности и результат сравнения оценок в этих двух группах (t-критерий для независимых выборок).

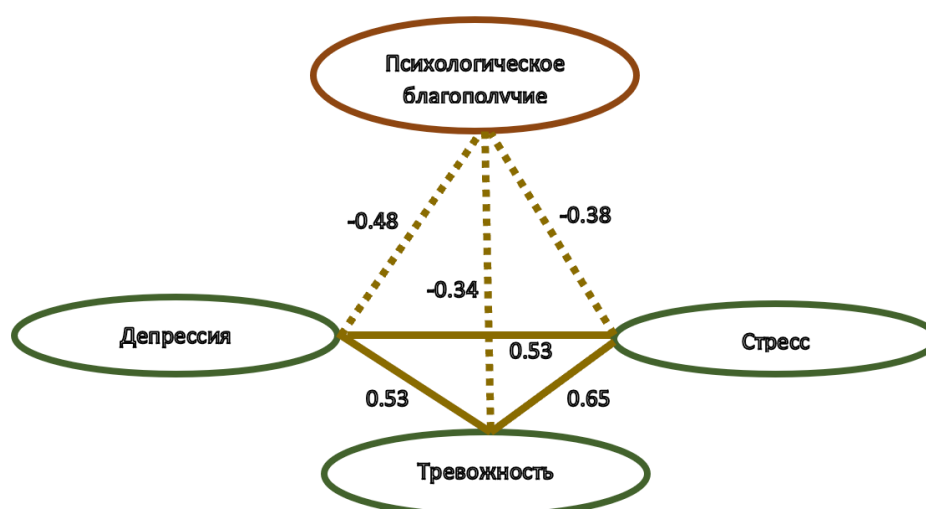


Рис. 1. Корреляционная плеяда оценок психологического благополучия, измеренного опросниками «Шкала депрессии, тревоги и стресса» и «Шкала психологического благополучия Варвик-Эдинбург»

Таблица 2

Описательные статистики для оценок психологического благополучия подростков, имеющих и не имеющих опыта волонтерской деятельности, различия между ними

Шкала/группа	Есть опыт			Нет опыта			Различия	
	М	Me	SD	М	Me	SD	t	p
Шкала психологического благополучия	60,89	61,00	6,141	58,28	58,00	7,122	3,497	0,001
Депрессия	16,60	16,00	2,907	19,01	18,00	5,341	-4,876	<0,001
Тревожность	16,71	16,00	3,575	17,87	16,00	5,007	-2,356	0,019
Стресс	21,24	20,00	5,612	22,43	22,00	6,516	-1,754	0,080

Оценки психологического благополучия выше, а выраженности депрессии и тревожности ниже у подростков, имеющих опыт волонтерской деятельности, чем у подростков, не имеющих такого опыта. Отметим, что интенсивность переживания стресса оказывается не связана с опытом волонтерской деятельности. Были получены гендерные различия в оценке психологического благополучия. При помощи t-критерия для независимых выборок было выявлено, что оценки психологического благополучия у девушек выше ( $t = -2,602$ ;  $p = 0,010$ ), чем оценки юношей.

Были проверены связи между оценками мотивации волонтерства, оценками психологического благополучия и выраженностью депрессии, тревожности и стресса (коэффициент корреляции Пирсона). Результаты приведены в виде корреляционной плеяды на рис. 2 (показаны связи, для которых  $r > 0,2$ ,  $p < 0,01$ ).

Оценки психологического благополучия связаны прямо с мотивами «волонтерство как ценность», «волонтерство как социальная функция» и «волонтерство как источник компетенции».

Для получения дополнительной информации о связи психологического благополучия и отношения к волонтерству были проверены связи отдельно для юношей и отдельно для девушек (коэффициент корреляции Пирсона). На рис. 3 и 4 приведены соответствующие корреляционные плеяды (показаны связи, для которых  $r > 0,2$ ,  $p < 0,01$ ).

Для юношей, кроме установленных для всей выборки закономерностей, выраженность стресса связана обратно с оценками «волонтерство как источник компетенции», что позволяет предположить, что возможность обретения новых компетенций как основы устойчивости в ситуации стресса становится для них значимым мотивом участия в добровольческой активности.

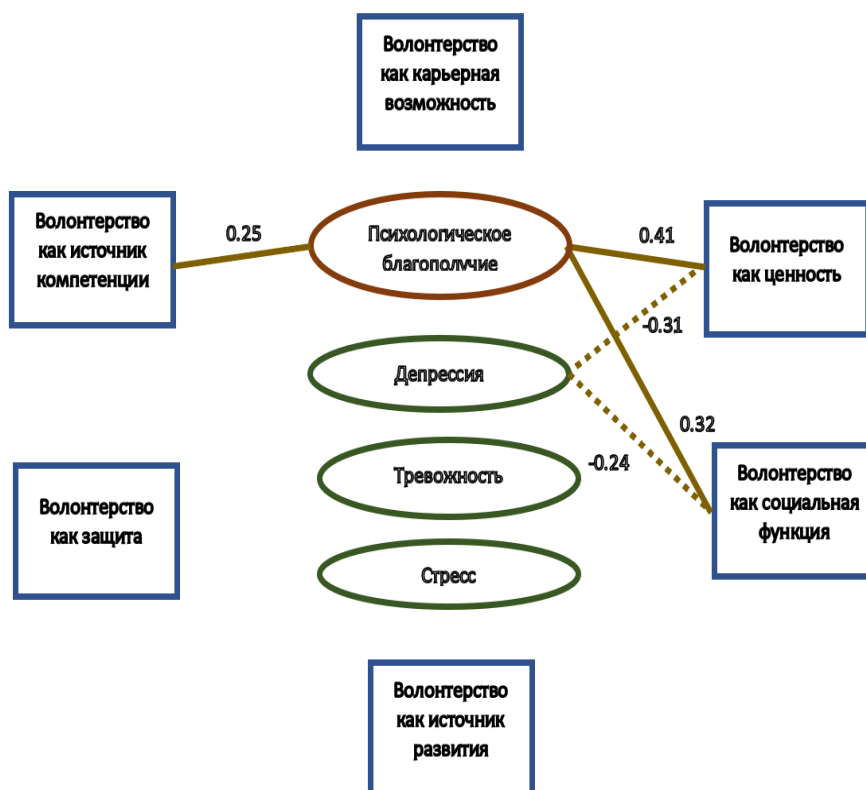


Рис. 2. Связи оценок отношения к волонтерству и психологического благополучия подростков ( $p < 0,01$ ;  $r > 0,2$ )

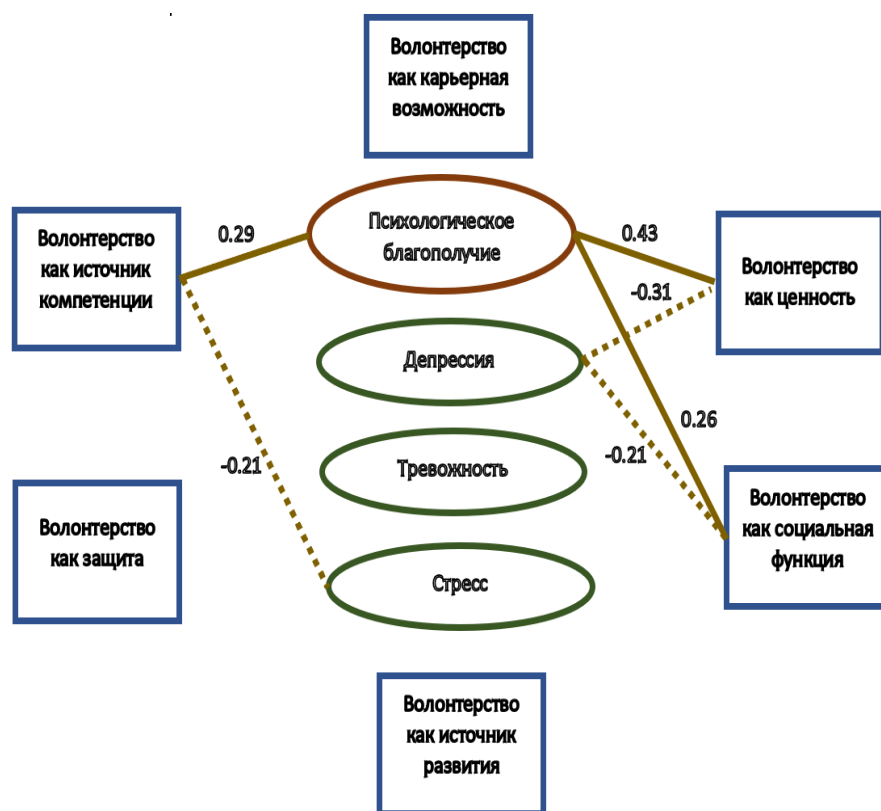


Рис. 3. Связи оценок отношения к волонтерству и психологического благополучия у юношей ( $p < 0,01$ ;  $r > 0,2$ )

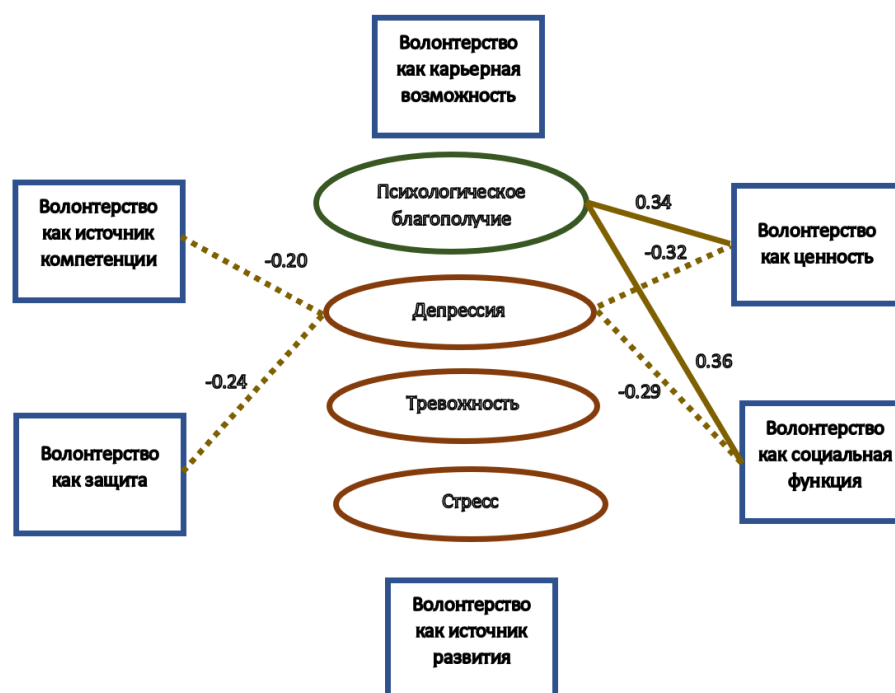


Рис. 4. Связи оценок отношения к волонтерству и психологического благополучия у девушек ( $p < 0,01$ ;  $r > 0,2$ )

Для девушек связи между оценками психологического благополучия и волонтерства как источника компетенции не выявлено при том, что такая связь зафиксирована для всей выборки. Для девушек обнаружены связи (обратные) между выраженностью депрессии и мотивацией волонтерства как источника компетенций и как способа защиты, что позволяет предположить, что участие в добровольческой активности девушек мотивировано стремлением избежать депрессии и внутриличностного конфликта.

Полученные результаты в целом подтверждают выдвинутую гипотезу о том, что такие особенности мотивации волонтерской деятельности, как ценности, источник компетенций и вовлеченности в социальное взаимодействие, связаны с более высоким уровнем психологического благополучия. Выраженность мотивов волонтерства как ценности и социальной функции, позволяющей включиться в социальное взаимодействие и общение, снижает выраженность депрессивной симптоматики. В изученной иерархии мотивов добровольческой активности мотивы волонтерства как ценности, источника обретения компетенций, вовлеченности в социальное взаимодействие занимают три первых места и могут рассматриваться как высокозначимые. Выраженность этих мотивов, как и уровень психологического благополучия, значительно выше у подростков с опытом волонтерства. Отметим также, что показатели депрессии и тревожности ниже у подростков, имеющих опыт волонтерской деятельности, чем у подростков, не имеющих опыта добровольческой активности. С учетом ограничений корреляционного анализа в вопросах направленности причинно-следственных связей отметим, что в ходе данного исследования мы получили разнообразные подтверждения гипотезы о взаимосвязи разных сторон психологического благополучия и участия в волонтерской деятельности.

Выявлены представляющие интерес гендерные особенности мотивации волонтерства и уровня психологического благополучия, свидетельствующие о подтверждении второй гипотезы. Общие параметры психологического благополучия выше у девушек, при этом характер взаимосвязи характеристик психологического благополучия и мотивации волонтерства различаются у девушек и юношей. Значение таких мотивов волонтерства, как карьерный рост и реализация социальной функции вклю-



ченности в группу и социальное взаимодействие, выше у девушек. Мотивация волонтерства у девушек чаще связана со снижением депрессивных настроений, чем у юношей, для которых мотив обретения компетенций в добровольческой активности чаще выступает как основа стрессоустойчивости. Таким образом, гипотеза о наличии гендерных различий в характере взаимосвязи мотивации волонтерской деятельности и уровня психологического благополучия также получила подтверждение.

### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Рикель А. М., Туниянц А. А., Батырова Н. Понятие субъективного благополучия в гедонистическом и эвдемонистическом подходах // Вестник Московского ун-та. Серия 14: Психология. 2017. № 2. С. 64–82. doi: 10.11621/vsp.2017.0
2. Аргайл М. Психология счастья. СПб.: Питер, 2003. 271 с.
3. Пахоль Б. Е. Субъективное и психологическое благополучие: современные и классические подходы, модели и факторы // Украинский психол. журнал. 2017. № 1. С. 80–104.
4. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 50. P. 1192–1198.
5. Митрофанова Е. Н. Активность индивидуальности, психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью студентов // Сибирский психол. журнал. 2017. № 64. С. 94–105.
6. Павленко К. В., Бочавер А. А. Субъективное благополучие школьников в ситуации самоопределения // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25, № 6. С. 51–62. doi: 10.17759/pse.2020250605
7. Молчанов С. В., Алмазова О. В., Поскребышева Н. Н. Моральные суждения подростков с разным уровнем психологического благополучия // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24, № 4. С. 22–35. doi: 10.17759/pse.2019240402
8. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
9. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.
10. Молчанов С. В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник. М.: Юрайт, 2018. 406 с.
11. Молчанов С. В. Особенности ценностных ориентаций личности в подростковом и юношеском возрастах // Психологическая наука и образование. 2005. Т. 10, № 3. С. 16–25.
12. Лукас Э. Учебник логотерапии. Представление о человеке и методы. М.: Когито-центр, 2021. 256 с.
13. Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный смысл. М.: Альпина Дигитал, 2017. 344 с.
14. Молчанов С. В. Морально-ценностные ориентации как функция социальной ситуации развития в подростковом и юношеском возрасте // Культурно-историческая психология. 2007. № 1. С. 75–79.
15. Молчанов С. В., Поскребышева Н. Н., Запуниди А. А., Маркина О. С. Развитие личностной автономии как условие формирования ориентации подростка в моральной сфере // Культурно-историческая психология. 2015. Т. 11, № 4. С. 22–29.
16. McDougale L., Handy F., Konrath S., Walk M. Health outcomes and volunteering: the moderating role of religiosity // Social Indicators Research. 2014. Vol. 117. P. 337–351. doi: 10.1007/s11205-013-0336-5
17. Piliavin J. A., Siegl E. Health benefits of volunteering in the Wisconsin longitudinal study // Journal of Health and Social Behavior. 2007. Vol. 48, Iss. 4. P. 450–464. doi: 10.1177/002214650704800408
18. Borgonovi F. Well by doing good: the relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness // Social Science and Medicine. 2008. Vol. 66, Iss. 11. P. 2321–2334. doi: 10.1016/j.socscimed.2008.01.011
19. Greenfield E. A., Marks N. F. Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being // Journal of Gerontology. Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 2004. Vol. 59B, Iss. 5. P. 258–264. doi: 10.1093/geronb/59.5.S258
20. Kim J., Pai M. Volunteering and trajectories of depression // Journal of Aging Health. 2010. Vol. 22, Iss. 1. P. 84–105. doi: 10.1177/0898264309351310
21. Musick M. A., Wilson J. Volunteering and depression: the role of psychological and social resources in different age groups // Social Science Medicine. 2003. Vol. 56, Iss. 2. P. 259–269. doi: 10.1016/S0277-9536(02)00025-4
22. Thoits P. A., Hewitt L. N. Volunteer work and well-being // Journal of Health and Social Behavior. 2001. Vol. 42, Iss. 2. P. 115–131. doi: 10.2307/3090173
23. Jerf W., Yeung K., Zhang Z., Kim T. Volunteering and health benefits in general adults: cumulative effects and forms // BMC Public Health. 2018. Vol. 18, Iss. 8. doi: 10.1186/s12889-017-4561-8 (дата обращения: 10.04.2022).

24. Молчанов С. В., Алмазова О. В., Поскребышева Н. Н. Отношение к цифровому волонтерству российской молодежи // *International Journal of Open Information Technologies*. 2021. № 12. С. 83–88.
25. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation // *Health and Quality of Life Outcomes*. 2007 Vol. 5, Iss. 63. URL: <http://www.hqlo.com/content/5/1/63> (дата обращения: 10.04.2022).
26. Шилко Р. С., Долгих А. Г., Алмазова О. В. Измерение психического здоровья в образовательном пространстве: шкала психологического благополучия Варвик-Эдинбург // *Герценовские чтения: психологические исследования в образовании: материалы I Международной научно-практ. конф. (10–11 октября 2018 г., Санкт Петербург)*. СПб., 2018. Ч. 1. С. 278–283.
27. Lovibond S. H., Lovibond P. F. *Manual for the Depression Anxiety and Stress Scales*. Psychology Foundation. Sidney, NSW, 1995. 103 p.

## References

1. Rikel' A. M., Tuniyants A. A., Batyrova N. Ponyatiye sub'ektivnogo blagopoluchiya v gedonisticheskom i evdemonisticheskom podkhodakh [Definition of subjective well-being in hedonistic and eudemistic approaches]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psikhologiya – The Moscow Univeristy Herald. Series 14: Psychology*, 2017, vol. 2, pp. 64–82 (in Russian). doi: 10.11621/vsp.2017.0
2. Argail M. *Psikhologiya schast'ya* [Psychology of happiness]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2003. 271 p. (in Russian).
3. Pakhol' B. E. Sub'ektivnoye i psikhologicheskoye blagopoluchiye: sovremennyye i klassicheskiye podkhody, modeli i faktory [Subjective and psychological well-being: modern and classic approaches, models and factors]. *Ukrainskiy psikhologicheskij zhurnal*, 2017, vol. 1, pp. 80–104 (in Russian).
4. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, vol. 50, pp. 1192–1198.
5. Mitrofanova E. N. Aktivnost' individual'nosti, psikhologicheskoye blagopoluchiye i udovletvorennost' zhizn'yu studentov [Individual activity, psychological well-being and life satisfaction of students]. *Sibirskiy psikhologicheskij zhurnal – Siberian Journal of Psychology*, 2017, no. 64, pp. 94–105 (in Russian).
6. Pavlenko K. V., Bochaver A. A. Sub'ektivnoye blagopoluchiye shkol'nikov v situatsii samoopredeleniya [Subjective well-being of pupils in self-determination situation]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye – Psychological Science and Education*, 2020, vol. 25, no. 6, pp. 51–62 (in Russian). doi:10.17759/pse.2020250605
7. Molchanov S. V., Almazova O. V., Poskrebysheva N. N. Moral'nye suzhdeniya podrostkov s raznym urovnem psikhologicheskogo blagopoluchiya [Moral judgements of adolescents with different level of psychological well-being]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye – Psychological Science and Education*, 2019, vol. 24, no. 4, pp. 22–35 (in Russian). doi:10.17759/pse.2019240402.
8. Erikson E. *Identichnost': yunost' i krizis* [Identity: youth crisis]. Moscow, Progress Publ., 1996. 344 p. (in Russian).
9. El'konin D. B. *Izbrannyye psikhologicheskkiye trudy* [Selected scientific works]. Moscow, Pedagogika Publ., 1989. 560 p. (in Russian).
10. Molchanov S. V. *Psikhologiya podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta* [Psychology of adolescence and youth]. Moscow, Yurayt Publ., 2018. 406 p. (in Russian).
11. Molchanov S. V. Osobennosti tsennostnykh oriyentatsiy lichnosti v podrostkovom i yunosheskom vozrastakh [Value orientations of personality in adolescence and youth]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye*, 2005, vol. 10, no. 3, pp. 16–25 (in Russian).
12. Lukas E. *Uchebnik logoterapii. Predstavleniye o cheloveke i metody* [Handbook of logotherapy. Presentation of man and method]. Moscow, Kogito-tsentr Publ., 2021. 256 p. (in Russian).
13. Frankl V. *Logoterapiya i ekzistentsial'nyy smysl* [Logotherapy and existential means]. Moscow, Al'pina Dizhital Publ., 2017. 344 p. (in Russian).
14. Molchanov S. V. Moral'no-tsennostnyye oriyentatsii kak funktsiya sotsial'noy situatsii razvitiya v podrostkovom i yunosheskom vozraste [Moral-value orientation as the function of social situation of development in adolescence and youth]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya – Cultural Historical Psychology*, 2007, no.1, pp. 75–79 (in Russian).

15. Molchanov S. V., Poskrebysheva N. N., Zapunidi A. A., Markina O. S. Razvitiye lichnostnoy avtonomii kak usloviye formirovaniya orientatsii podrostka v moral'noy sfere [Personal autonomy development as the condition to formate adolescent's ortientation in moral sphere]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya – Cultural Historical Psychology*, 2015, vol. 11, no. 4, pp. 22–29 (in Russian).
16. McDougale L., Handy F., Konrath S., Walk M. Health outcomes and volunteering: the moderating role of religiosity. *Social Indicators Research*, 2014, vol. 117, pp. 337–351. doi: 10.1007/s11205-013-0336-5.
17. Piliavin J. A., Siegl E., Health benefits of volunteering in the Wisconsin longitudinal study. *Journal of Health and Social Behavior*, 2007, vol. 48(4), pp. 450–464. doi: 10.1177/002214650704800408.
18. Borgonovi F. Well by doing good: the relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness. *Social Science and Medicine*, 2008, vol. 66 (11), pp. 2321–2334. doi: 10.1016/j.socscimed.2008.01.011.
19. Greenfield E. A., Marks N. F. Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being. *Journal of Gerontology. Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 2004, vol. 59B (5), pp. 258–264. doi: 10.1093/geronb/59.5.S258
20. Kim J., Pai M. Volunteering and trajectories of depression. *Journal of Aging Health*, 2010, vol. 22 (1), pp. 84–105. doi: 10.1177/0898264309351310.
21. Musick M. A., Wilson J. Volunteering and depression: the role of psychological and social resources in different age groups. *Social Science Medicine*, 2003, vol. 56 (2), pp. 259–269. doi: 10.1016/S0277-9536(02)00025-4.
22. Thoits P. A., Hewitt L. N. Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 2001, vol. 42(2), pp. 115–131. doi: 10.2307/3090173.
23. Jerf W., Yeung K., Zhang Z., Kim T. Volunteering and health benefits in general adults: cumulative effects and forms. *BMC Public Health*, 2018, vol. 18(8). doi: 10.1186/s12889-017-4561-8
24. Molchanov S. V., Almazova O. V., Poskrebysheva N. N. Otnosheniye k tsifrovomu volonterstvu rossiyskoy molodezhi [Relation to digital volunteering among Russian youth]. *International Journal of Open Information Technologies*, 2021, no. 12, pp. 83–88 (in Russian).
25. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 2007, vol. 5(63). URL: <http://www.hqlo.com/content/5/1/63> (accessed 10 April 2022).
26. Shilko R. S., Dolgikh A. G., Almazova O. V. Izmereniye psikhicheskogo zdorov'ya v obrazovatel'nom prostranstve: shkala psikhologicheskogo blagopoluchiya Varvik-Edinburg [Measurement of psychological health in educational space: the scale of psychological well-being]. *Gertsenovskiy chteniye: psikhologicheskiye issledovaniya v obrazovanii. Materialy I Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. Chast' I* [Herzen Readings: Psychological Research in Education: Proceedings of the I International Scientific and Practical. conf. (October 10–11, 2018, St. Petersburg). Part 1]. Saint Petersburg, 2018. Pp. 278–283 (in Russian).
27. Lovibond S. H., Lovibond P. F. *Manual for the Depression Anxiety and Stress Scales*. Psychology Foundation. Sidney, NSW, 1995. 103 p.

**Информация об авторах**

**Молчанов С. В.**, кандидат психологических наук, доцент, Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова (ул. Моховая, 11, Москва, Россия, 125009).  
E-mail: s-molch2001@mail.ru

**Алмазова О. В.**, кандидат психологических наук, доцент, Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова (ул. Моховая, 11, Москва, Россия, 125009).  
E-mail: almaz.arg@gmail.com

**Поскребышева Н. Н.**, кандидат психологических наук, доцент, Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова (ул. Моховая, 11, Москва, Россия, 125009).  
E-mail: pskr@inbox.ru

*Information about the authors*

**Molchanov S. V.**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Lomonosov Moscow State University (ul. Mokhovaya, 11, Moscow, Russian Federation, 125009).  
E-mail: s-molch2001@mail.ru

**Almazova O. V.**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Lomonosov Moscow State University (ul. Mokhovaya, 11, Moscow, Russian Federation, 125009).  
E-mail: almaz.arg@gmail.com

**Poskrebysheva N. N.**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Lomonosov Moscow State University (ul. Mokhovaya, 11, Moscow, Russian Federation, 125009).  
E-mail: s-molch2001@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 06.06.2022; принята к публикации 25.10.2022*

*The article was submitted 06.06.2022; accepted for publication 25.10.2022*