

Психологическое благополучие в проекции цифровой социализации

Н. Е. Рубцова^{✉1,2}, С. Л. Леньков³

¹ Российский новый университет, 105005, г. Москва, ул. Радио, д. 22

² Управление координации научных исследований РАО, 119121, г. Москва, ул. Погодинская, д. 8

³ Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 105062, г. Москва, ул. Макаренко, д. 5/16

Сведения об авторах

Надежда Евгеньевна Рубцова,
SPIN-код: 5496-5341,
ORCID: 0000-0001-7232-4539,
e-mail: hope432810@yandex.ru

Сергей Леонидович Леньков, SPIN-код: 6618-2383, ORCID: 0000-0001-6934-3229, e-mail: new_psy@mail.ru

Для цитирования:

Рубцова, Н. Е., Леньков, С. Л. (2020) Психологическое благополучие в проекции цифровой социализации. *Психология человека в образовании*, т. 2, № 2, с. 143–149. DOI: 10.33910/2686-9527-2020-2-2-143-149

Получена 18 мая 2020; прошла рецензирование 23 мая 2020; принята 23 мая 2020.

Финансирование:

работа С. Л. Ленькова выполнена в рамках государственного задания № 073-00032-20-00 на 2020 г. ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования» по проекту «Разработка современной концепции комплексной профилактики агрессивного поведения в образовательной среде и ее научно-методическое обеспечение, организация деятельности психологической службы, включая апробацию и подготовку к внедрению».

Права: © Авторы (2020). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY-NC 4.0.

Аннотация. Цель представленного исследования состояла в выявлении взаимосвязей между показателями психологического благополучия и уровнем цифровых социальных взаимодействий, особенно актуальных для новых, подрастающих поколений. Для психодиагностических измерений использовались русскоязычные адаптации методик «Шкала психологического благополучия» К. Д. Рифф, «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера и др., «Шкала воспринимаемого стресса» С. Коэна и Г. М. Уильямсона, а также авторский «Опросник вовлеченности в киберсоциализацию». Вовлеченность в киберсоциализацию понимается как целостный психологический конструкт, в структуру которого входят два относительно автономных фактора: позитивная и негативная вовлеченность, при этом первый фактор дополнительно интегрирует три более частных фактора (мотивации, личностной позиции и компетентности).

Выборка включила 268 человек в возрасте от 17 до 30 лет, работающих в различных организациях, а также студентов вузов и колледжей. С помощью дисперсионного и регрессионного анализа установлено, что конструктивная вовлеченность в киберсоциализацию повышает показатели психологического благополучия и удовлетворенности жизнью, а также снижает показатели воспринимаемого стресса, в то время как деструктивная вовлеченность в киберсоциализацию оказывает на многие из данных показателей обратное, негативное, влияние, причем значительно более сильное по сравнению с конструктивной вовлеченностью. Полученные результаты подтверждают амбивалентный характер взаимосвязей психологического благополучия с уровнем цифровых социальных взаимодействий, что определяет перспективу изучения процессов цифровой социализации, а также феномена психологического благополучия личности в развивающемся информационном обществе современной цивилизации.

Ключевые слова: психологическое благополучие, удовлетворенность жизнью, цифровая социализация, воспринимаемый стресс, вовлеченность в киберсоциализацию.

The impact of digital socialization on psychological well-being

N. E. Rubtsova^{✉1,2}, S. L. Lenkov³

¹ Autonomous non-profit organization of higher education Russian New University,
22 Radio Str., Moscow 105005, Russia

² Office for the Coordination of Scientific Research of the Russian Academy of Education,
8 Pogodinskaya Str., Moscow 119121, Russia

³ Institute of Study of Childhood, Family and Education of the Russian Academy of Education,
5/16 Makarenko Str., Moscow 105062, Russia

Authors

Nadezhda E. Rubtsova, SPIN: 5496-5341, ORCID: [0000-0001-7232-4539](https://orcid.org/0000-0001-7232-4539), e-mail: hope432810@yandex.ru

Sergey L. Lenkov, SPIN: 6618-2383, ORCID: [0000-0001-6934-3229](https://orcid.org/0000-0001-6934-3229), e-mail: new_psy@mail.ru

For citation: Rubtsova, N. E., Lenkov, S. L. (2020) The impact of digital socialization on psychological well-being. *Psychology in Education*, vol. 2, no. 2, pp. 143–149. DOI: [10.33910/2686-9527-2020-2-2-143-149](https://doi.org/10.33910/2686-9527-2020-2-2-143-149)

Received 18 May 2020; reviewed 23 May 2020; accepted 23 May 2020.

Funding: The study of S. L. Lenkov has been conducted under government assignment No. 073-00032-20-00 for 2020 for the Federal State Budget Scientific Institution Institute of Study of Childhood, Family and Education of the Russian Academy of Education within the project titled "Developing a modern concept for comprehensive efforts to prevent violent behaviour in the education environment, as well as the scientific and methodological support for such a concept, organising school counselling and testing and preparing project launch".

Copyright: © The Authors (2020). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY-NC License 4.0.

Abstract. The purpose of this study was to identify the relationship between indicators of psychological well-being and the prevalence of digital social interactions, which are especially relevant for younger individuals. Psychological assessment was conducted using Russian-language adaptations of the Psychological Wellbeing Scale by Carol D. Ryff, the Satisfaction with Life Scale by Diener et al., the Perceived Stress Scale by Sheldon Cohen and Gail M. Williamson, as well as the author's Cyber Socialization Involvement Questionnaire. Involvement in cyber socialization is understood as a comprehensive psychological construct, which includes two relatively autonomous factors: positive and negative involvement, where the former is further divided into three specific factors (motivation, personal position and competence). The sample included 268 people aged 17 to 30 working in various organizations or studying at universities and secondary vocational schools. Dispersion and regression analysis demonstrated that constructive involvement in cyber socialization increases indicators of psychological well-being and life satisfaction and reduces indicators of perceived stress, while destructive involvement in cyber socialization has a negative effect on many of these indicators that is much stronger compared to the effect of constructive engagement. The results obtained confirm the ambivalent nature of the relationship of psychological well-being with the degree of digital social interactions. This indicates the potential for studying the processes of digital socialization, as well as the phenomenon of psychological well-being of an individual in the developing information society of modernity.

Keywords: psychological well-being, life satisfaction, digital socialization, perceived stress, involvement in cyber socialization.

Введение

Психологическое благополучие личности можно рассматривать как результат ее позитивного развития в связи с близостью концепции позитивного развития к феномену благополучия личности.

Психологическое благополучие широко изучается на протяжении полувека, включая концептуальные основания (Deci, Ryan 2008), возможности операционализации (Ryff, Keyes 1995), разнообразные эмпирические проявления и взаимосвязи (Harding, Lopez, Klainin-Yobas 2019; McDool, Powell, Roberts, Taylor 2020; Orben,

Przybylski 2019). Однако сущность данного феномена и структура соответствующего психологического конструкта остаются дискуссионными (Anglim, Horwood, Smillie et al. 2020; Sohler, Van Ootegem, Verhofstadt 2020).

Важным фактором формирования личности как социального субъекта является создание и поддержание благоприятных условий для психологического благополучия как неотъемлемого компонента эффективности процесса социально-культурного воспроизводства.

В современных условиях появляются новые факторы, способные оказывать воздействие на психологическое благополучие человека.

К их числу относятся факторы цифровых социальных взаимодействий, включая вовлеченность в киберсоциализацию, особенно актуальную для новых, подрастающих поколений. Изучению различных аспектов киберсоциализации молодежи — как позитивных, так и негативных — в последние годы уделяется значительное внимание (обзоры имеются, например, в Len'kov, Rubtsova 2019; Whillans, Chen 2018). Широко исследовались также отношения между психологическим благополучием и различными показателями киберсоциализации, в первую очередь связанными со спецификой использования интернета (Harding, Lopez, Klainin-Yobas 2019; McDool, Powell, Roberts, Taylor 2020; Orben, Przybylski 2019).

Цель исследования состояла в выявлении взаимосвязей между показателями психологического благополучия и уровнем цифровых социальных взаимодействий.

Методы исследования

Концептуальные рамки работы образует авторский подход к пониманию вовлеченности в киберсоциализацию как многомерного психологического конструкта, имеющего амбивалентный характер по отношению к нормативному, социально желательному развитию человека. Киберсоциализация — это специфическая атрибутивная составляющая общего современного процесса социализации, объединяющая множество разнородных социализирующих процессов, которые осуществляются с помощью информационных технологий в неразрывной связи с характерными для них отношениями и взаимодействиями. Вовлеченность в киберсоциализацию может быть позитивной, способствующей личностному росту, адекватной социализации, или негативной, приводящей к девиантному поведению, стагнации развития, личностным кризисам и деструкциям (Len'kov, Rubtsova, Efremova 2019). Вовлеченность человека в процессы киберсоциализации имеет не только непосредственные поведенческие проявления (деятельностные, действенные, «поступковые»), но и проявления в виде субъективного отношения к таким процессам, интегрирующего аффективные, когнитивные, потребностно-мотивационные, ценностные, смысловые и иные компоненты. Для характеристики той роли, которую процессы киберсоциализации играют в общей структуре социализации человека, мы предпочли использовать термин «engagement» (вовлеченность), более точно передающий искомые смысловые оттенки, чем другие его семантические

аналоги-конкуренты, поскольку такие понятия, как «involvement», «inclusion» (включенность) или «participation» (участие) имеют иные акценты: во-первых, действенный, связанный с актуальным поведением, во-вторых, сознательный, в то время как вовлеченность в киберсоциализацию имеет существенную бессознательную составляющую (аналогично установке, отношению, аттитюду, равно как и человеческой личности в целом).

В итоге вовлеченность в киберсоциализацию рассматривается нами как сложное, интегративное психологическое свойство личности, а также субъекта различных форм активности в сфере цифровых социальных взаимодействий (Len'kov, Rubtsova, Efremova 2019).

Для операционализации данного свойства нами построена и применена теоретическая модель, согласно которой психологическая структура вовлеченности в киберсоциализацию может быть представлена следующим образом.

Во-первых, основные оси психологического пространства вовлеченности в киберсоциализацию могут быть представлены как «мотивация» и «компетентность»; при этом каждая такая ось расположена в континууме с полюсами «деструктивная — конструктивная».

Во-вторых, в этих осях вовлеченность в киберсоциализацию представляет собой функциональную интеграцию двух основных подсистем — соответственно, конструктивной и деструктивной вовлеченности. При этом конструктивная вовлеченность еще не означает отсутствия каких бы то ни было проблем социализации: например, для студентов и выпускников вузов она еще не обеспечивает убедительных преимуществ в вопросах адекватного выбора профессии или места работы (Len'kov, Rubtsova 2019).

В-третьих, подсистема конструктивной вовлеченности содержит три компонента. Первый из них условно назван «Мотивация и опыт» и объединяет релевантные разнородные когнитивные, аффективные и интенциональные проявления, обеспечивающие вовлеченность личности в процессы киберсоциализации: собственно мотивационные детерминанты — направленности на социальную активность, потребности, интересы, склонности и т. п., а также личный (субъективный) опыт отношения и переживания, связанный с участием в сфере цифровых социальных взаимодействий (Len'kov, Rubtsova 2017).

Второй компонент «Личностная позиция» объединяет релевантные диспозиционные проявления, относящиеся к ценностям, смыслам, убеждениям, установкам, личностной и субъектной позиции, а также к аксиологической

и смысловой части соответствующего личного (субъективного) опыта.

Третий компонент «Компетентность» объединяет релевантные разнородные когнитивные, регулятивные, психомоторные и иные исполнительские проявления компетентности, характеризующие знания, умения, навыки, а также накопленный опыт осуществления соответствующих видов деятельности и взаимодействий.

Данные компоненты не являются абсолютно независимыми: между ними существуют атрибутивные связи, обуславливающие совместную детерминацию конструктивной вовлеченности в процессы киберсоциализации.

В отличие от конструктивной, подсистема деструктивной вовлеченности обладает значительно большей аморфностью и синкретичностью, поэтому выделять в ее составе аналогичные компоненты оказалось нецелесообразно.

Построенная модель является двухфакторной, включая факторы конструктивной и деструктивной вовлеченности; при этом первый фактор дополнительно интегрирует три более частных фактора (мотивации, личностной позиции и компетентности).

В научных дискуссиях по поводу психологического благополучия особенно важен аспект имеющихся здесь разногласий, связанный с соотношением понятий психологического благополучия и удовлетворенности жизнью. В рамках «гедонистического» подхода (Н. Брэдберн, Э. Динер, Д. Канеман, Н. Шварц и др.) акцент делается на том, что человеческой природе свойственны поиск удовольствий и избегание страданий, а психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью рассматриваются как очень близкие и взаимообусловленные феномены (Deci, Ryan 2008).

В альтернативном, «эвдемонистическом» подходе (Дж. Гриффин, К. Д. Рифф, М. Селигман и др.) акцент делается на имманентном стремлении человека к самореализации, отмеченном еще в работах К. Юнга (Deci, Ryan 2008, 4). Сторонники данного подхода хотя и признают взаимосвязь психологического благополучия и удовлетворенности жизнью, но принципиально увеличивают дистанцию между этими конструктами, которые в результате становятся относительно самостоятельными. В рамках исследования мы в целом будем опираться на данный подход, разделяя точку зрения, согласно которой для концептуализации психологического благополучия, помимо удовлетворенности жизнью, необходим еще конструкт наподобие свободы воли (Sohier, Van Ootegem, Verhofstadt 2020). Для измерения психологиче-

ского благополучия использовалась 18-пунктовая версия опросника «Шкала психологического благополучия» (Ryff, Keyes 1995) в русскоязычной адаптации (Zhukovskaya, Troshikhina 2011).

В свою очередь, в контексте исследования удовлетворенность жизнью мы рассматривали как одну из составляющих психологического благополучия, а с другой стороны — как определенный, достаточно автономный предиктор последнего. Для измерения удовлетворенности жизнью использовался 5-пунктовый опросник «Шкала удовлетворенности жизнью» (Diener, Emmons, Larsen, Griffin 1985) в русскоязычной адаптации (Elshanskij, Anufriev, Kamaletdinova et al. 2015).

Таким образом, психологическое благополучие понимается нами как конструкт многомерный, имеющий множество структурных составляющих и проекций в разнообразные социальные взаимодействия, формы и виды деятельности. В силу своего фундаментального характера он тесно связан со многими другими психологическими понятиями, из которых в рамках исследования мы отобрали лишь некоторые потенциально возможные предикторы психологического благополучия: вовлеченность в киберсоциализацию, удовлетворенность жизнью и воспринимаемый стресс.

В контексте исследования мы рассматривали воспринимаемый стресс в качестве отрицательного индикатора психологического благополучия. Для измерений использовали 10-пунктовый опросник «Шкала воспринимаемого стресса» (Cohen, Williamson 1988) в русскоязычной адаптации (Ababkov, Baryshnikova, Vorontsova-Venger et al. 2016).

Выборку ($N = 268$) составили молодые люди в возрасте от 17 до 30 лет ($M = 21,3$; $SD = 2,75$), 125 человек женского пола и 143 мужского, 131 работающих в различных организациях и 137 студентов дневных отделений вузов и колледжей.

Значение альфы Кронбаха на выборке исследования ($N = 268$) составило:

- для шкал конструктивной и деструктивной вовлеченности в киберсоциализацию 0,808 и 0,764 соответственно, а для субшкал конструктивной вовлеченности «Мотивация», «Личностная позиция» и «Компетентность» 0,747; 0,768; 0,715 соответственно;
- для шкалы удовлетворенности жизнью 0,837;
- для шкалы психологического благополучия 0,934, а для ее субшкал (автономности, компетентности, личностного роста, позитивных отношений, жизненных целей, самопринятия) 0,575; 0,570; 0,666; 0,695; 0,711; 0,701 соответственно;

- для шкалы воспринимаемого стресса 0,808, а для ее субшкал (перенапряжения и сопротивления стрессу) 0,806 и 0,637 соответственно.

Из-за невысокой надежности первых четырех субшкал психологического благополучия и второй субшкалы воспринимаемого стресса при дальнейшем анализе ограничимся только шкалами всех измеряемых конструктов.

В качестве основной зависимой переменной использовалось значение психологического благополучия (*PWB*). При этом показатель удовлетворенности жизнью (*SWL*) рассматривался как близкий, но все же относительно автономный конструкт, способный выступать одним из предикторов психологического благополучия. В качестве аналогичного предиктора, только отрицательного, рассматривался показатель воспринимаемого стресса (*PS*). Кроме того, в роли возможных предикторов психологического благополучия тестировались показатели конструктивной (*CON*) и деструктивной (*DES*) вовлеченности в киберсоциализацию.

Автономное влияние на психологическое благополучие каждого из указанных предикторов

проверялось с помощью однофакторного дисперсионного анализа, а их совместное влияние — с помощью многофакторной линейной регрессионной модели (IBM SPSS Statistics 24 Algorithms 2016), реализованной средствами статистического пакета IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0 (IBM Corporation, Armonk, N.Y., USA).

Результаты и их обсуждение

Как видно из таблицы 1, психологическое благополучие имеет высокие коэффициенты линейной корреляции: положительный — с удовлетворенностью жизнью, отрицательные — с воспринимаемым стрессом и деструктивной вовлеченностью в киберсоциализацию.

С помощью однофакторного дисперсионного анализа установлено, что конструктивная вовлеченность в киберсоциализацию положительно влияет на психологическое благополучие, но ее влияние является значительно более слабым, чем положительное влияние удовлетворенности жизнью и отрицательные влияния деструктивной вовлеченности и воспринимаемого стресса (табл. 2).

Табл. 1. Средние значения и корреляции Пирсона ($N = 268$)

Шкала	<i>PWB</i>	<i>SWL</i>	<i>PS</i>	<i>CON</i>	<i>DES</i>
Психологическое благополучие (<i>PWB</i>)	$M = 63,96$ $SD = 14,618$,885**	–,818**	,331**	–,836**
Удовлетворенность жизнью (<i>SWL</i>)		$M = 25,96$ $SD = 4,585$	–,603**	,457**	–,796**
Воспринимаемый стресс (<i>PS</i>)			$M = 16,38$ $SD = 5,274$	–,231**	,526**
Конструктивная вовлеченность (<i>CON</i>)				$M = 53,01$ $SD = 8,822$	–,126*
Деструктивная вовлеченность (<i>DES</i>)					$M = 6,83$ $SD = 4,425$

* $p < 0.05$ level (2-tailed). ** $p < 0.01$ level (2-tailed).

Табл. 2. Автономные влияния и размеры эффектов ($N = 268$)

Шкала	Влияние на психологическое благополучие (<i>PWB</i>)			Влияние психологического благополучия (<i>PWB</i>)		
	<i>F</i>	<i>p</i>	η^2	<i>F</i>	<i>p</i>	η^2
Удовлетворенность жизнью (<i>SWL</i>)	305,293	,000	,697	233,057	,000	,638
Деструктивная вовлеченность (<i>DES</i>)	199,494	,000	,601*	161,783	,000	,550*
Воспринимаемый стресс (<i>PS</i>)	163,497	,000	,552*	170,241	,000	,562*
Конструктивная вовлеченность (<i>CON</i>)	11,819	,000	,082	14,246	,000	,097

Note. Использовался one-way ANOVA. η^2 — partial eta squared.

* Отрицательное влияние.

Табл. 3. Совместное влияние на психологическое благополучие ($N = 268$)

Source	<i>df</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	η^2
Воспринимаемый стресс (<i>PSS</i>)	2	63.577	.000	.368*
Деструктивная вовлеченность (<i>DES</i>)	2	32.574	.000	.230*
Удовлетворенность жизнью (<i>SWL</i>)	2	32.450	.000	.229
Конструктивная вовлеченность (<i>CON</i>)	2	6.844	.001	.059
<i>SWL * PS</i>	4	2.370	.054	.042
Corrected model with intercept	49	46.433	.000	.913

Примечание. Использовалась линейная модель множественной регрессии, предусматривающая одну зависимую переменную (*PWB*), 4 предиктора (*PS*, *DES*, *SWL*, *CON*) и свободный член; adjusted R squared равен 0,893. η^2 — partial eta squared. Показаны только наиболее сильные влияния: для других взаимодействий факторов η^2 не превышает 0,016. * отрицательное влияние.

При совместном влиянии на психологическое благополучие наибольший вклад (отрицательный) вносит воспринимаемый стресс; при этом существенное влияние (объясняющее более 20% дисперсии) оказывают также удовлетворенность жизнью (положительное) и деструктивная вовлеченность в киберсоциализацию (отрицательное) (табл. 3). Конструктивная вовлеченность, а также всевозможные взаимодействия факторов оказывают значительно меньшее влияние. Данный результат представляется весьма важным: несимметричное влияние альтернативных сторон вовлеченности в киберсоциализацию показывает, что вредные последствия деструктивной вовлеченности вовсе не нивелируются позитивными достижениями конструктивной вовлеченности.

Заключение

Результаты исследования выявили существенную взаимообусловленность вовлеченности в сферу цифровых социальных взаимодействий (и конструктивной, и деструктивной) с показателями и индикаторами психологического благополучия — прямыми (такими, как

собственно психологическое благополучие или удовлетворенность жизнью) и обратными (такими, как воспринимаемый стресс). Заметим, что обусловленность психологического благополучия удовлетворенностью жизнью и воспринимаемым стрессом была показана во многих предыдущих исследованиях (Anglim, Horwood, Smillie et al. 2020; Harding, Lopez, Klainin-Yobas 2019). Вместе с тем новизну исследования обеспечивает тот факт, что в качестве предикторов психологического благополучия выявлены показатели конструктивной и деструктивной вовлеченности в киберсоциализацию.

К ограничениям исследования, определяющим перспективы его продолжения, можно отнести его преимущественно эксплораторный характер, обусловленный новизной используемой операционализации конструкта вовлеченности в киберсоциализацию. Так, не удалось рассмотреть более детальное взаимовлияние рассматриваемых показателей вовлеченности в киберсоциализацию и психологического благополучия на уровне не только шкал, но и субшкал, что составит основу для разработки дизайна будущего исследования.

References

- Ababkov, V. A., Baryshnikova, K., Vorontsova-Venger, O. V. et al. (2016) Validizatsiya russkoyazychnoj versii oprosnika "Shkala vosprinimaemogo stressa-10" [Validation of the Russian version of the questionnaire "Scale of Perceived Stress-10"]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 16. Psikhologiya. Pedagogika — Vestnik of St Petersburg University. Series 16. Psychology. Education*, no. 2, pp. 6–15. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2016.202 (In Russian)
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D. et al. (2020) Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, vol. 146, no. 4, pp. 279–323. DOI: 10.1037/bul0000226 (In English)

- Cohen, S., Williamson, G. M. (1988) Perceived stress in a probability sample of the United States. In: S. Spacapan, S. Oskamp (eds.). *The social psychology of health: Claremont symposium on applied social psychology*. Newbury Park, CA: Sage, pp. 31–67. (In English)
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (2008) Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, vol. 9, no. 1, pp. 1–11. DOI: 10.1007/s10902-006-9018-1 (In English)
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985) The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, vol. 49, no. 1, pp. 71–75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13 (In English)
- Elshanskij, S. P., Anufriev, A. F., Kamaletdinova, Z. F. et al. (2015) Psikhometricheskie pokazateli russkoyazychnoy versii shkaly udovletvorennosti zhizn'yu [Psychometric indicators of the Russian version of the life satisfaction scale]. *Russian Journal of Education and Psychology*, no. 9, pp. 444–458. DOI: 10.12731/2218-7405-2015-9-33 (In Russian)
- Harding, T., Lopez, V., Klainin-Yobas, P. (2019) Predictors of psychological well-being among higher education students. *Psychology*, vol. 10, no. 4, pp. 578–594. DOI: 10.4236/psych.2019.104037 (In English)
- IBM SPSS Statistics 24 Algorithms (2016) *IBM.com*. [Online]. Available at: ftp://public.dhe.ibm.com/software/analytics/spss/documentation/statistics/24.0/en/client/Manuals/IBM_SPSS_Statistics_Algorithms.pdf (accessed 06.05.2020). (In English)
- Len'kov, S. L., Rubtsova, N. E. (2017) Motivatsionnye determinanty dinamiki lichnostnykh chert Bol'shoj pyaterki za vremya obucheniya v vuze [Motivational determinants of the dynamics of personality traits of the Big Five during their studies at the university]. *Izvestiya Rossijskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta imeni A. I. Gertsena — Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, no. 186, pp. 39–55. (In Russian)
- Len'kov, S. L., Rubtsova, N. E. (2019) Cyber socialization of Russian youth: Risks of professional self-determination. In: W. Strielkowski, J. Cheng (eds.). *Proceedings of the II International Scientific-Practical Conference "Psychology of Extreme Professions" (ISPCPEP 2019)*. S. l.: Atlantis Press, pp. 116–122. DOI: 10.2991/ispcpep-19.2019.28 (Advances in Social Science, Education and Humanities Research. Vol. 321). (In English)
- Len'kov, S. L., Rubtsova, N. E., Efremova, G. I. (2019) Oprosnik вовлеченности v kibersotsializatsiyu [The cyber socialization engagement questionnaire]. *Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik — Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, vol. 6, no. 111, pp. 109–119. (In Russian)
- McDool, E., Powell, P., Roberts, J., Taylor, K. (2020) The internet and children's psychological wellbeing. *Journal of Health Economics*, no. 69, article 102274. DOI: 10.1016/j.jhealeco.2019.102274 (In English)
- Orben, A., Przybylski, A. K. (2019) Screens, teens, and psychological well-being: Evidence from three time-use diary studies. *Psychological Science*, vol. 30, no. 5, pp. 682–696. DOI: 10.1177/0956797619830329 (In English)
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. (1995) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, no. 4, pp. 719–727. DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719 (In English)
- Sohier, L., Van Ootegem, L., Verhofstadt, E. (2020) Well-being during the transition from work to retirement. *Journal of Happiness Studies*. DOI: 10.1007/s10902-020-00228-6 (In English)
- Whillans, A. V., Chen, F. S. (2018) Facebook undermines the social belonging of first year students. *Personality and Individual Differences*, vol. 133, pp. 13–16. DOI: 10.1016/J.PAID.2017.03.043 (In English)
- Zhukovskaya, L. V., Troshikhina, E. G. (2011) Shkala psikhologicheskogo blagopoluchiya K. Riff [The scale of psychological well-being K. Riff]. *Psikhologicheskii zhurnal*, vol. 32, no. 2, pp. 82–93. (In Russian)