

Волкова, Е.Н., Волкова, И.В. (2025). Опросник EPOCH для изучения психологического благополучия российских подростков: психометрические характеристики и возможности использования. *Психологическая наука и образование*, 30(4), 109–119. <https://doi.org/10.17759/pse.2025300408>

Volkova, E.N., Volkova, I.V. (2025). EPOCH questionnaire for the study of psychological well-being of Russian adolescents: psychometric characteristics and possibilities for use. *Psychological Science and Education*, 30(4), 109–119. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/pse.2025300408>

**Приложение А. Описательная статистика**  
**Appendix A. Descriptive statistics**

Таблица 1 / Table 1

**Описательная статистика**  
**Descriptive statistics**

Параметры / Parameters	Девочки / Girls						Мальчики / Boys						Общее / Total					
	n	mean	sd	med	skew	kurt	n	mean	sd	med	skew	kurt	n	mean	sd	med	skew	kurt
Вовлеченность / Engagement	147	3,69	0,80	3,75	-0,60	0,31	83	3,72	0,81	3,75	-0,66	0,91	230	3,70	0,80	3,75	-0,62	0,55
Упорство / Perseverance	147	3,62	0,81	3,75	-0,33	-0,21	83	3,60	0,71	3,75	0,02	-0,69	230	3,62	0,77	3,75	-0,24	-0,28
Оптимизм / Optimism	147	4,04	0,78	4,00	-0,73	0,09	83	4,02	0,70	4,00	-0,77	1,24	230	4,03	0,75	4,00	-0,74	0,45
Взаимосвязь / Connectedness	147	4,33	0,84	4,75	-1,67	2,95	83	4,22	0,80	4,50	-1,36	2,23	230	4,29	0,83	4,50	-1,56	2,69
Счастье / Happiness	147	4,09	0,77	4,25	-0,95	1,13	83	4,16	0,77	4,25	-1,09	2,03	230	4,11	0,77	4,25	-1,01	1,48
Благополучие / Well-being	147	3,95	0,64	4,00	-0,89	1,51	83	3,94	0,62	4,05	-1,01	2,26	230	3,95	0,63	4,05	-0,93	1,81

Примечание: n — количество респондентов, mean — среднее значение, sd — стандартное отклонение, med — медиана, skew — асимметрия, kurt — эксцесс

Note: n — number of respondents, mean — average value, sd — standard deviation, med — median, skew — skewness, kurt — kurtosis

Параметры / Parameters	Русскоязычная выборка (Россия) / Russian-language sample (Russia)						Англоязычная выборка (США) / English-language sample (USA)					
	n	mean	sd	med	skew	kurt	n	mean	sd	med	skew	kurt
Вовлеченность / Engagement	230	3,70	0,80	3,75	-0,62	0,55	2882	3,30	0,85	3,25	-0,07	-0,39
Упорство / Perseverance	230	3,62	0,77	3,75	-0,24	-0,28	2882	3,56	0,84	3,50	-0,37	-0,26
Оптимизм / Optimism	230	4,03	0,75	4,00	-0,74	0,45	2882	3,52	0,90	3,50	-0,50	-0,16
Взаимосвязь / Connectedness	230	4,29	0,83	4,50	-1,56	2,69	2882	4,01	0,90	4,25	-0,87	0,12
Счастье / Happiness	230	4,11	0,77	4,25	-1,01	1,48	2882	3,07	0,97	3,75	-0,58	-0,41
Благополучие / Well-being	230	3,95	0,63	4,05	-0,93	1,81	2882	3,63	0,70	3,72	-0,59	0,22

Примечание: n — количество респондентов, mean — среднее значение, sd — стандартное отклонение, med — медиана, skew — асимметрия, kurt — эксцесс

Note: n — number of respondents, mean — average value, sd — standard deviation, med — median, skew — skewness, kurt — kurtosis

Таблица 2 / Table 2

**Корреляции между пунктами опросника EPOCH**  
**Correlations between EPOCH points**

	E1	E2	E3	E4	P1	P2	P3	P4	O1	O2	O3	O4	C1	C2	C3	C4	H1	H2	H3	H4
E1		0,53	0,29	0,46	0,31	0,15	0,20	0,17	0,29	0,25	0,27	0,26	0,34	0,32	0,32	0,46	0,36	0,42	0,30	0,36
E2	0,57		0,30	0,40	0,45	0,33	0,35	0,38	0,43	0,32	0,43	0,45	0,32	0,35	0,35	0,34	0,43	0,39	0,40	0,43
E3	0,30	0,30		0,43	0,16	0,15	0,10	0,22	0,22	0,14	0,09	0,20	0,07	0,12	0,08	0,10	0,17	0,17	0,17	0,09
E4	0,49	0,41	0,47		0,26	0,34	0,12	0,24	0,27	0,19	0,19	0,27	0,16	0,17	0,14	0,20	0,25	0,28	0,18	0,24
P1	0,34	0,42	0,17	0,25		0,33	0,34	0,42	0,49	0,30	0,32	0,37	0,35	0,27	0,22	0,30	0,44	0,33	0,37	0,31
P2	0,14	0,30	0,18	0,33	0,32		0,20	0,25	0,30	0,22	0,12	0,19	-0,02	0,15	0,08	0,08	0,25	0,15	0,11	0,16
P3	0,23	0,36	0,11	0,13	0,31	0,16		0,43	0,38	0,39	0,39	0,45	0,19	0,30	0,26	0,32	0,30	0,28	0,34	0,37
P4	0,18	0,34	0,22	0,22	0,39	0,21	0,42		0,27	0,33	0,39	0,46	0,17	0,26	0,27	0,26	0,32	0,27	0,30	0,40
O1	0,29	0,46	0,23	0,28	0,43	0,30	0,35	0,22		0,42	0,49	0,45	0,35	0,40	0,30	0,32	0,55	0,42	0,53	0,53
O2	0,30	0,32	0,21	0,20	0,33	0,23	0,37	0,30	0,38		0,48	0,42	0,29	0,40	0,40	0,40	0,33	0,34	0,43	0,46
O3	0,34	0,48	0,14	0,24	0,29	0,09	0,39	0,37	0,47	0,44		0,54	0,40	0,50	0,56	0,49	0,45	0,43	0,52	0,57
O4	0,31	0,48	0,23	0,28	0,38	0,18	0,38	0,40	0,46	0,43	0,56		0,35	0,42	0,39	0,37	0,41	0,38	0,44	0,45
C1	0,39	0,39	0,13	0,23	0,38	0,01	0,20	0,17	0,38	0,26	0,38	0,40		0,55	0,55	0,55	0,42	0,35	0,46	0,43
C2	0,37	0,40	0,18	0,26	0,25	0,12	0,32	0,21	0,38	0,40	0,53	0,44	0,56		0,56	0,55	0,46	0,37	0,50	0,49
C3	0,40	0,42	0,16	0,21	0,21	0,04	0,31	0,27	0,32	0,38	0,53	0,45	0,55	0,51		0,63	0,43	0,32	0,52	0,57
C4	0,50	0,41	0,15	0,23	0,33	0,10	0,28	0,24	0,37	0,42	0,51	0,43	0,59	0,55	0,62		0,44	0,42	0,48	0,52
H1	0,37	0,44	0,23	0,25	0,41	0,24	0,33	0,31	0,50	0,33	0,43	0,41	0,45	0,41	0,43	0,46		0,47	0,55	0,55
H2	0,44	0,40	0,23	0,34	0,31	0,16	0,32	0,28	0,37	0,35	0,50	0,41	0,39	0,41	0,34	0,40	0,48		0,47	0,56
H3	0,33	0,41	0,23	0,19	0,39	0,09	0,34	0,24	0,49	0,43	0,50	0,49	0,45	0,48	0,55	0,49	0,56	0,47		0,64
H4	0,46	0,52	0,12	0,33	0,29	0,17	0,41	0,39	0,52	0,42	0,58	0,48	0,51	0,52	0,62	0,57	0,55	0,58	0,59	

*Примечание:* Выше диагонали приводятся значения коэффициента корреляции по Спирмену, ниже — коэффициенты корреляции по Пирсону.

*Note:* Above the diagonal are the values of the Spearman correlation coefficient, below are the Pearson correlation coefficients.

Таблица 3 / Table 3

**Стандартизированные факторные нагрузки по моделям CFA**  
**Standardized factor loads for CFA models**

	ML			DWLS		
	1 фактор / 1 factor	5 факторов / 5 factors	5+1 общий фактор / total factor	1 фактор / 1 factor	5 факторов / 5 factors	5+1 общий фактор / total factor
<b>Вовлеченность / Engagement</b>						
5. Когда я чем-то занят, я так сильно увлекаюсь, что теряю счет времени / When I do an activity, I enjoy it so much that I lose track of time	0,58	0,74	0,74	0,63	0,78	0,78
7. Я полностью погружаюсь в то, что делаю / I get completely absorbed in what I am doing	0,67	0,79	0,79	0,72	0,90	0,90
11. Я так погружаюсь в деятельность, что забываю обо всем остальном / I get so involved in activities that I forget about everything else	0,30	0,43	0,43	0,36	0,46	0,45
12. Когда я учусь чем-то новому, я забываю, сколько прошло времени / When I am learning something new, I lose track of how much time has passed	0,42	0,59	0,59	0,49	0,61	0,61
<b>Упорство / Perseverance</b>						
2. Я довожу до конца то, что начал / I finish whatever I begin	0,51	0,62	0,63	0,59	0,70	0,70
9. Я выполняю свои домашние задания от начала до конца и не прерываюсь, пока их не закончу / I keep at my schoolwork until I am done with it	0,25	0,38	0,35	0,34	0,40	0,40
17. Если я планирую что-нибудь сделать, я буду придерживаться этого плана / Once I make a plan to get something done, I stick to it	0,50	0,60	0,61	0,57	0,67	0,68
19. Я трудолюбивый человек / I am a hard worker	0,45	0,61	0,61	0,54	0,64	0,64
<b>Оптимизм / Optimism</b>						
3. Я с оптимизмом смотрю в будущее / I am optimistic about my future	0,63	0,66	0,66	0,70	0,73	0,73
13. В сомнительные времена я надеюсь на хорошее / In uncertain times, I expect the best	0,56	0,60	0,59	0,63	0,66	0,66
15. Я думаю, что со мной произойдет что-нибудь хорошее / I think good things are going to happen to me	0,72	0,74	0,75	0,77	0,81	0,81
18. Я верю, что все образуется, как бы сложно ни было / I believe that things will work out, no matter how difficult they seem	0,67	0,71	0,71	0,72	0,75	0,75
<b>Взаимосвязь / Correlation</b>						
1. Когда со мной происходит что-то хорошее, мне есть с кем поделиться хорошими новостями / When something good happens to me, I have people who I like to share the good news with	0,64	0,73	0,73	0,72	0,78	0,78

	ML			DWLS		
	1 фактор / 1 factor	5 факторов / 5 factors	5+1 общий фактор / total factor	1 фактор / 1 factor	5 факторов / 5 factors	5+1 общий фактор / total factor
10. Когда у меня проблемы, мне есть, к кому обратиться / When I have a problem, I have someone who will be there for me	0,67	0,72	0,72	0,74	0,80	0,80
14. В моей жизни есть люди, которые искренне беспокоятся обо мне / There are people in my life who really care about me	0,69	0,76	0,76	0,78	0,84	0,84
16. У меня есть друзья, которые мне правда очень дороги / I have friends that I really care about	0,71	0,79	0,80	0,81	0,87	0,88
<b>Счастье / Happiness</b>						
4. Я счастлив / I feel happy	0,67	0,70	0,70	0,73	0,77	0,77
6. Мне часто бывает весело / I have a lot of fun	0,64	0,66	0,67	0,69	0,72	0,72
8. Я люблю жизнь / I love life	0,71	0,74	0,74	0,79	0,82	0,82
20. Я веселый человек / I am a cheerful person	0,80	0,83	0,82	0,83	0,87	0,87
<b>Ковариации между шкалами /Covariances between scales</b>						
Вовлеченность ~~ Упорство / Engagement~~ Perseverance		0,68		0,69		
Вовлеченность ~~ Оптимизм / Engagement~~ Optimism		0,71		0,68		
Вовлеченность ~~ Взаимосвязь / Engagement~~ Connectedness		0,67		0,64		
Вовлеченность ~~ Счастье / Engagement~~ Happiness		0,73		0,70		
Упорство ~~ Оптимизм / Perseverance ~~ Optimism		0,83		0,88		
Упорство ~~ Взаимосвязь / Perseverance ~~ Connectedness		0,54		0,58		
Упорство ~~ Счастье / Perseverance ~~ Happiness		0,72		0,74		
Оптимизм ~~ Взаимосвязь / Optimism ~~ Connectedness		0,82		0,84		
Оптимизм ~~ Счастье / Optimism ~~ Happiness		0,91		0,92		
Взаимосвязь ~~ Счастье / Connectedness ~~ Happiness		0,86		0,87		
<b>Иерархическая структура — общий фактор / Hierarchical structure — a common factor</b>						
Вовлеченность / Engagement			0,77			0,74
Упорство / Perseverance			0,78			0,82
Оптимизм / Optimism			0,95			0,97
Взаимосвязь /Connectedness			0,86			0,87
Счастье / Happiness			0,96			0,96

Таблица 4 / Table 4

**Русская версия опросника EPOCH**  
**Russian version of the EPOCH questionnaire**

Код вопроса / Question code	Текст вопроса по-английски / Question text in English	Перевод / Translation
C1	When something good happens to me, I have people who I like to share the good news with.	Когда со мной происходит что-то хорошее, мне есть с кем поделиться хорошими новостями
P1	I finish whatever I begin.	Я довожу до конца то, что начал
O1	I am optimistic about my future	Я с оптимизмом смотрю в будущее
H1	I feel happy.	Я счастлив
E1	When I do an activity, I enjoy it so much that I lose track of time.	Когда я чем-то занят, я так сильно увлекаюсь, что теряю счет времени
H2	I have a lot of fun.	Мне часто бывает весело
E2	I get completely absorbed in what I am doing.	Я полностью погружаюсь в то, что делаю
H3	I love life.	Я люблю жизнь
P2	I keep at my schoolwork until I am done with it.	Я делаю мои домашние задания до конца
C2	When I have a problem, I have someone who will be there for me.	Когда у меня проблемы, мне есть, к кому обратиться
E3	I get so involved in activities that I forget about everything else.	Я так погружаюсь в деятельность, что забываю обо всем остальном
E4	When I am learning something new, I lose track of how much time has passed.	Когда я учусь чем-то новому, я забываю, сколько прошло времени
O2	In uncertain times, I expect the best.	В смутные времена я надеюсь на хорошее
C3	There are people in my life who really care about me.	В моей жизни есть люди, которые искренне беспокоятся обо мне
O3	I think good things are going to happen to me.	Я думаю, что со мной произойдет что-нибудь хорошее
C4	I have friends that I really care about.	У меня есть друзья, которые мне правда очень дороги
P3	Once I make a plan to get something done, I stick to it.	Если я планирую что-нибудь сделать, я буду придерживаться этого плана
O4	I believe that things will work out, no matter how difficult they seem.	Я верю, что все образуется, как бы сложно ни было
P4	I am a hard worker.	Я трудолюбивый человек
H4	I am a cheerful person.	Я веселый человек

Первая буква в коде утверждения соответствует названию шкалы, к которой он относится / The first letter in the statement code corresponds to the name of the scale to which it belongs:

- Engagement (E) — Вовлеченность
- Perseverance (P) — Упорство

- Optimism (O) — Оптимизм
- Connectedness (C) — Взаимосвязь
- Happiness (H) — Счастье

Значения шкал представляют собой среднее от значений входящих в соответствующую шкалу пунктов. Значение интегрального показателя психологического благополучия представляет собой среднее от значений всех 20 пунктов / The scale values represent the average of the values of the items included in the corresponding scale. The value of the integral indicator of psychological well-being represents the average of the values of all 20 items.

Ответы кодируются по шкале от 1 до 5 / Responses are coded on a scale from 1 to 5:

1. Совсем не похоже (not at all like me)
2. Скорее не похоже (a little like me)
3. Нечто среднее, нельзя сказать, что похоже или не похоже (somewhat like me)
4. Скорее похоже (mostly like me)
5. Очень похоже (very much like me)