

## ASSESSMENT OF THE ADOLESCENT'S SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Alimova E.R.<sup>1</sup>, Filimonova E.A.<sup>2</sup> (Russian Federation)

Email: Alimova543@scientifictext.ru

<sup>1</sup>Alimova Elena Rashidovna – Student;

<sup>2</sup>Filimonova Elena Anatolievna - Senior Lecturer,  
PSYCHO-PEDAGOGICAL'S AND SPECIAL EDUCATION'S FACULTY,  
TOMSK STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY,  
TOMSK

**Abstract:** due to the number and variety of risks contained in a social environment are increasing, risks of physical and psychological well-being of adolescents are arising.

The article presents the well-being's concept, which is a health's and human security's basic phenomenon, psychological's well-being features and social health's criteria for children and adolescents. Special attention is paid to the study of adolescent's subjective well-being in educational environments with different levels of psychological safety. Patterns related to the development and formation of adolescent's subjective well-being are described.

The results define priority directions of psychological care and help to develop psychological and pedagogical activities aimed at maintaining or improving the level of subjective well-being of adolescents.

For the empirical research of the personalitie's socio – psychological wellbeing the methodology of "self-assessment of mental States" G. Eysenck and "Scale psychological well-being," K. Riff, allowing to diagnose the levels of anxiety, frustration, aggressiveness, rigidity adolescents was used. The dependence of the adolescents's socio-psychological well-being from a positive relations with others, autonomy, purpose in life, personal growth and self-acceptance is showed.

The article can be useful for practical psychologists, social teachers, teachers of educational institutions, class teachers of inclusive classes as well as parents raising adolescent children.

**Keywords:** psychological safety, well-being, anxiety, rigidity, frustration, adolescents.

## ОЦЕНКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Алимова Е.Р.<sup>1</sup>, Филимонова Е.А.<sup>2</sup> (Российская Федерация)

<sup>1</sup>Алимова Елена Рашидовна – студент;

<sup>2</sup>Филимонова Елена Анатольевна – старший преподаватель,  
факультет психолого-педагогического и специального образования,  
Томский государственный педагогический университет,  
г. Томск

**Аннотация:** в связи со стремительным повышением количества и разнообразия рисков, содержащихся в социальной среде, возникают риски физического и психологического благополучия подростков.

В статье представлены понятие «благополучие», которое является базовым феноменом здоровья и безопасности человека, особенности психологического благополучия, критерии социального здоровья детей и подростков. Особое внимание уделяется исследованию проблемы субъективного благополучия подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности и выявлению закономерностей, связанных с развитием и формированием субъективного благополучия подростков.

Результаты исследования позволяют определить приоритетные направления психологической помощи, разработать серию психолого-педагогических мероприятий, направленных на поддержание или повышение уровня субъективного благополучия подростков.

Для эмпирического исследования социально–психологического благополучия личности подростков были использованы методики «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка и «Шкала психологического благополучия» К. Рифф, позволяющие диагностировать уровни тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности подростков. Доказательно представлена зависимость социально-психологического благополучия подростков от позитивного отношения с окружающими, автономии, целей в жизни, личностного роста и самопринятия и др.

Статья может быть полезна практическим психологам, социальным педагогам, учителям-предметникам общеобразовательных организаций, классным руководителям инклюзивных классов, а также родителям, воспитывающим детей подросткового возраста.

**Ключевые слова:** психологическая безопасность, благополучие, тревожность, ригидность, фрустрация, подростки.

Проблемы психологической безопасности личности – сфера психологии безопасности. Эта отрасль психологической науки, изучающая закономерности адекватного отражения опасности и конструктивной регуляции поведения с целью сохранения целостности и стабильности человека или группы людей как психологических систем. Под отражением опасности в данном случае понимается определение ее степени, то есть квалификация. Регуляция поведения предполагает применение необходимых мер по устранению опасности или снижению ее до допустимого уровня [4].

Физическое и психологическое благополучие детей и подростков является необходимым условием сохранения их здоровья и достижения высоких результатов обучения, воспитания и развития. В связи со стремительным повышением количества и разнообразия рисков, содержащихся в социальной среде, ребенок довольно часто находится в ситуации, предъявляющей повышенные требования к его способности противостоять различным негативным влияниям и угрожающему его субъективному благополучию. Психологическая безопасность определяется рядом факторов, от которых зависит способность своевременно и адекватно отражать возникшую опасность и степень успешности действий в ней. Успешность действия в экстремальной ситуации снижает возможность развития посттравматического стрессового расстройства [4].

Насыщенность современной социальной ситуации разнообразными по характеру воздействия, степени опасности и форме проявления рисками и угрозами, такими как различные виды насилия, ксенофобии и экстремизма, проявления саморазрушающего поведения не может не отражаться в образовательной среде школы.

Несмотря на то, что безопасность образовательной среды является необходимым условием для выполнения социального заказа, реализуемого школой, на практике далеко не всегда уделяется должное внимание фактам ее нарушения. Это относится и к психологической безопасности образовательной среды школы, нормативными показателями которой являются: отсутствие насилия, удовлетворенность характеристиками межличностного взаимодействия и референтность среды для субъектов образования.

Определение здоровья во многом опирается на понятие «благополучие», предполагающее реализацию физических и духовных возможностей человека. Оно лежит в основе психического здоровья, которое является базовым феноменом здоровья и безопасности человека. Важнейшим показателем, определяющим потенциал страны и характеризующим национальную безопасность, является здоровье детей и подростков.

Психологическое благополучие и образование являются взаимно детерминированными процессами. Специалисты отмечают, что дети лучше всего учатся, когда они психологически благополучны. Определенный уровень развития, сформированности и совершенства форм и способов взаимодействия индивида с внешней средой (приспособление, уравнивание, регуляция); определенный уровень психического и личностного развития, позволяющий успешно реализовывать это взаимодействие составляют социальное (личностное) здоровье.

Критериями социального здоровья детей и подростков служит адаптация в референтных общностях (семья, детский сад, класс, группа); овладение различными видами деятельности (игровая, учебная, учебно-профессиональная); овладение нормативным поведением; уравнивание процессов социализации и индивидуализации; выработка индивидуального стиля поведения; наличие самоконтроля и саморегуляции поведения; общая средовая адаптация как интеграция в общество [1].

Исследование проблемы субъективного благополучия подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности и выявление закономерностей, связанных с развитием и формированием субъективного благополучия подростков позволит определить содержание психологической помощи и психолого-педагогических мероприятий, направленных на поддержание или повышение уровня субъективного благополучия подростков.

Важность решения этого вопроса доказывается тем, что субъективное благополучие рассматривается в качестве критерия психического и психологического здоровья человека и необходимого условия всестороннего и гармоничного развития человека. Субъективное благополучие выступает одним из наиболее важных интегративных психических образований, определяющих различные аспекты отношения человека с миром и успешность его взаимодействия с предметным и социальным окружением [2].

Одна из ярких особенностей подросткового возраста - личностная нестабильность. Она проявляется, прежде всего, в частых сменах настроения, аффективной «взрывчатости», эмоциональной лабильности, связанной с процессом полового созревания, физиологическими перестройками в организме. Подросток со своей мятущейся душой пытается понять себя и открывает в себе все новые и новые черты. Его отдельные образы «Я» (насколько я способный, насколько красивый, сильный, общительный и т.д.) изменчивы и не складываются в единую, гармоничную и устойчивую систему.

Как отмечалось выше, стабилизация начинается только в самом конце подросткового возраста (иногда стабилизация запаздывает): «Я-концепция» должна сформироваться на границе со старшим школьным возрастом, около 15 лет [3].

Следует отметить, что именно подростковый период является периодом выстраивания новых отношений с окружающим миром и самим собой, и, одновременно уязвимым периодом для воздействия негативных факторов, влияющих на формирование взаимоотношения с действительностью. Отсюда изучение особенностей субъективного благополучия подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности представляется важной и актуальной проблемой [2].

Экспериментальное исследование оценки социально–психологического благополучия личности подростков проводилось в Томском государственном педагогическом университете на школьниках, посещающих проводимые университетом курсы. Выборка представлена 25 разнополами испытуемыми.

Для эмпирического исследования нами был отобран диагностический инструментарий, состоящий из методик: «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка и «Шкала психологического благополучия» К. Рифф. Полученные результаты по методике Г. Айзенка представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты по методике Г. Айзенка

	Тревожность	Фрустрация	Агрессивность	Ригидность
ВУ	5%	-	-	5%
СУ	40%	30%	45%	60%
НУ	55%	70%	55%	35%

ВУ - Высокий уровень; СУ - Средний уровень; НУ Низкий уровень

Исходя из полученных результатов, мы можем сделать вывод о том, что в данной группе испытуемых выражен феномен ригидности. Данный показатель свидетельствует о том, что такие испытуемые недостаточно гибки в построении деятельности, им противопоказана резкая смена образа жизни, в виду крайне резкого негативного восприятия последствий.

Агрессивность, фрустрация и тревожность находятся на средних уровнях, что говорит об умеренной выраженности в данных феноменов в выбранной подгруппе. Результаты исследования по методике К. Рифф представлены в таблице 2.

Таблица 2. Результаты исследования по методике К. Рифф

	ПОсО	Авт.	УС	ЛР	ЦЖ	Самопр.	ОУ
ВУ	-	-	-	-	-	-	-
СУ	80%	60%	40%	40%	20%	40%	30%
НУ	20%	40%	60%	60%	80%	60%	70%

ПОсО - Позитивное отношение с окружающими; Авт. – Автономия; УС - Управление средой; ЛР - Личностный рост; ЦЖ - Цели в жизни; Самопр. – Самопринятие

Интерпретируя данные, полученные в результате использования методики К. Рифф, мы можем говорить о том, что в данной группе испытуемых позитивное отношение с окружающими находится на среднем и низком уровнях, что говорит о трудностях в общении и принятии собеседников, отсутствия теплоты, близких отношений с окружающими.

Низкие и средние показатели в автономии и управлении средой, свидетельствуют о зависимости от мнения и оценки окружающих людей, неспособности противостоять социальному давлению, улучшать условия своего существования в обществе.

Отсутствие высоких показателей личностного роста и потребности в достижении целей обосновывают нежелание заниматься самовоспитанием, проводить необходимую работу, направленную на получение желаемого результата. Полученные данные указывают на крайнее проявление ригидности.

Также в данной группе испытуемых ярко выраженная недостаточность самопринятия, что свидетельствует о недовольстве собой и своими действиями, тревоге, выражаемой по отношению к некоторым чертам своей личности.

### Список литературы / References

1. Зими́на И.С. Влияние социально-психологического благополучия на адаптационные показатели студентов / И.С. Зими́на, М.Н. Гаврилова, О.В. Полозова, С.А. Мухина / Вестник Оренбургского государственного университета, 2016. № 6 (194). С. 3–8.
2. Елисе́ева О.А. Субъективное благополучие подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: диссертация кандидата психологических наук: 19.00.13 / Елисе́ева Ольга Александровна / Москва, 2011. 124 с.
3. Кулаги́на И.Ю. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости: Учебное пособие для вузов / Кулаги́на И.Ю., Колюцкий В.Н. М.: Юрайт, 2011. 464 с.

4. *Соломин В.П.* Психологическая безопасность: учебное пособие / О.В. Шатровой., Л.А. Михайлов., Т.В. Маликова / М., 2008. 288 с.