

---

# Субъективное благополучие подростков и психологическая безопасность образовательной среды

*О.А. Елисеева,*

*аспирант кафедры педагогической психологии МГППУ,  
olgaeliseeva3@yandex.ru*

---

В работе рассматривается проблема психологической безопасности образовательной среды как условия, обеспечивающего субъективное благополучие подростков. В основу исследования легло предположение о том, что уровень психологической безопасности образовательной среды может оказывать влияние на субъективное благополучие и его структурные компоненты. В эмпирической части исследования приняли участие 127 педагогов и 192 учащихся подросткового возраста пяти общеобразовательных учреждений. Для изучения уровня психологической безопасности образовательной среды была использована методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы» И.А. Баевой, для исследования особенностей субъективного благополучия подростков использовались «Шкала субъективного благополучия» в адаптации М.В. Соколовой и «Опросник структуры субъектности» Е.Н. Волковой и И.А. Серединой. Выявлено, что образовательная среда с низким уровнем психологической безопасности может отрицательно влиять на некоторые составляющие субъективного благополучия подростков, такие, как активность, эмоциональное равновесие, удовлетворенность различными сферами жизни, принятие себя и других.

**Ключевые слова:** психологическая безопасность, подростковый возраст, субъективное благополучие, образовательная среда, активность субъекта.

---

За последнее десятилетие концепция психологического благополучия личности стала довольно популярной среди исследователей. Начиная с середины XX в., вслед за Всемирной организацией здравоохранения, психологическое благополучие использовалось в качестве одной из составляющих при определении здоровья, но именно сейчас становятся актуальными научные направления, рассматривающие личность вне медицинского подхода и в соответствии с подходом, ориентированным на здоровье, а не на болезнь [9].

Стремительное повышение количества и разнообразия рисков в образовательной среде обращает внимание исследователей на проблему субъективного благополучия подростков в современном мегаполисе и, в частности, на проблему субъективного благополучия подростков в образовательной среде школы. Поскольку образовательная среда школы может рассматриваться как «...социальный институт, производящий

“сверхсложный продукт” (личность, способную к самоактуализации)» [1, с. 45], сохранение здоровья и благополучия детей и подростков в образовательной среде школы, предоставление учащимся возможностей для формирования и развития личности является одной из наиболее актуальных задач современного образования.

По данным В.В. Рубцова и И.А. Баевой, в качестве условия, обеспечивающего позитивное личностное развитие всех участников образовательного процесса и гармонизацию психического здоровья, может выступать такая характеристика образовательной среды, как ее психологическая безопасность. Исследователи отмечают, что психологическая безопасность образовательной среды определяет динамическое равновесие между человеком и социальной средой в сторону повышения психического здоровья личности, ее психосоциального благополучия [4].

В исследованиях, представленных за последнее десятилетие в научных периодических изданиях, субъективное благополучие рассматривается как самостоятельное явление, подходы к которому варьируются в зависимости от теоретической позиции исследователя и задач исследования. Например, N. Bradburn, описывая содержание и структуру субъективного благополучия, обращает внимание на то, что значительную роль в определении данного явления играет соотношение позитивно и негативно окрашенных аффектов и именно различие между позитивными и негативными аффектами определяет общее ощущение удовлетворенности жизнью и переживание благополучия [7]. D. Shek раскрывает психологическое благополучие подростка через такие компоненты, как переживание безнадежности (надежды), собственной умелости, удовлетворенности жизнью и чувства собственного достоинства [1].

E. Diener рассматривает трехкомпонентную структуру субъективного благополучия, в которую входят: удовлетворение, приятные эмоции, неприятные эмоции. По мнению E. Diener, субъективное благополучие включает в себя когнитивную оценку различных сторон жизни и эмоциональное самопринятие, а переживание субъективного благополучия сопоставимо с переживанием счастья [8]. Вместе с тем некоторые исследователи субъективного благополучия обращают внимание на тот факт, что отождествление благополучия и счастья не столь универсально, как это кажется на первый взгляд. Для некоторых культур и людей субъективное благополучие выражается, в первую очередь, не через переживание счастья и эмоционального комфорта, а через наличие цели и осмысленности жизни [2].

C.D. Ryff обобщила и выделила шесть основных компонентов психологического благополучия: позитивное отношение к себе и своей прошлой жизни; отношения с другими, пронизанные заботой и доверием; способность следовать собственным убеждениям; способность выполнять требования повседневной жизни (компетентность); наличие целей

---

и занятий, придающих жизни смысл; чувство непрекращающегося развития и самореализации [10]. Истоки теоретической позиции С.Д. Рифф связаны с эвдемонизмом этики Аристотеля, признающей критерием нравственности и основой поведения человека его стремление к достижению счастья.

Л.В. Куликов раскрывает психологическое благополучие через слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия. Именно через настроение, по мнению Л.В. Куликова, субъективное благополучие как интегративное, особо значимое переживание оказывает постоянное влияние на различные параметры психического состояния человека и, как следствие, на успешность поведения, продуктивность деятельности, эффективность межличностного взаимодействия и многие другие стороны внешней и внутренней активности индивида [3].

Р.М. Шамионов рассматривает субъективное благополучие как состояние динамического равновесия, достигаемое разнонаправленными переживаниями удовлетворенности в различных сферах жизнедеятельности [6]. Согласно его исследованиям, важнейшим параметром в структуре благополучия выступает принадлежность к группе, а само субъективное благополучие обладает весомым активным началом. Подобная мысль звучит и в работе О.С. Савельевой, рассматривающей субъективное благополучие как интегральное социально-психологическое образование, которое включает в себя отношение человека к себе и к своей жизни и несет в себе активное начало, обуславливающее постоянный поиск себя, саморазвитие, стремление к самореализации [5].

Таким образом, субъективное благополучие определяется исследователями по-разному, но можно выделить некоторые общие для многих из них позиции. Субъективное благополучие связано с эмоциональным равновесием и преобладанием положительно окрашенных эмоций, настроения, которые, в конечном итоге, складываются в переживание общей удовлетворенности жизнью. Субъективное благополучие затрагивает отношение человека к себе и включает в себя чувство собственного достоинства, чувство непрекращающегося развития и самореализации. Отношения с другими людьми, пронизанные заботой и доверием, эффективность межличностного взаимодействия, чувство принадлежности к группе также имеют отношение к феномену субъективного благополучия.

Кроме того, рассматривать субъективное благополучие только как переживание удовлетворенности различными сферами жизнедеятельности не представляется правомерным. Собственно активность субъекта, его активная жизненная позиция, способность следовать своим убеждениям, убежденность в возможности влиять на ситуацию также могут рассматриваться как составляющие субъективного благополучия.

На основании проведенного теоретического анализа субъективного благополучия и его структурных компонентов были отобраны методики для эмпирического исследования особенностей субъективного благополучия подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности. В их число вошли «Шкала субъективного благополучия» Perrudent-Badox, Mendelsohn &Chiche, адаптированная М.В. Соколовой и направленная на анализ эмоционального компонента субъективного благополучия, а также «Опросник структуры субъектности» Е.Н. Волковой и И.А.Серегинной. Для изучения уровня психологической безопасности образовательной среды была использована методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы» И.А. Баевой.

В оценке психологической безопасности образовательной среды школы участвовали педагоги (n=127) и учащиеся (n=192) пяти общеобразовательных учреждений города Москвы. В результате были определены школы с относительно высоким и относительно низким уровнем психологической безопасности. Вывод об уровне психологической безопасности образовательной среды школы делался с учетом оценок как педагогов, так и учащихся. Данные были сопоставлены при помощи диаграммы поверхности (рис. 1). На ней видны две возвышенности, соответствующие школам, индекс психологической безопасности в которых относительно высок.

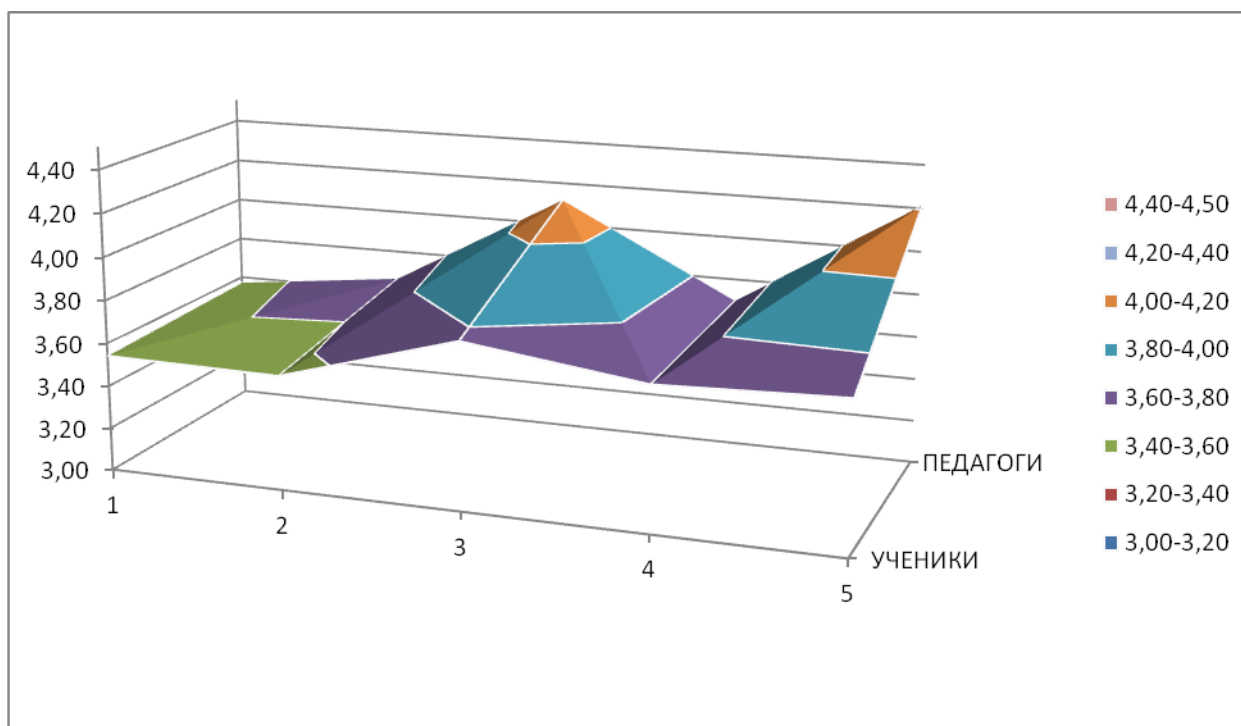


Рис. 1. Сравнительный анализ индекса психологической безопасности образовательной среды школ в оценках педагогов и учащихся: 1–5 – школы, участвовавшие в исследовании

Для более выраженной поляризации данных была рассмотрена возможность исключения данных школы 4, занимающей промежуточное положение по сравнению со школой 3 и школой 5, где уровень безопасности довольно высок, и школой 1 и школой 2, где уровень психологической безопасности низок.

Для подтверждения значимости различий в показателях психологической безопасности образовательной среды школ – участников исследования использовался критерий Краскела–Уоллеса, подтвердивший, что индекс психологической безопасности достоверно различается и по данным педагогов ( $N=25,62$ ;  $p \leq 0,001$ ), и по результатам исследования учащихся ( $N=10,89$ ;  $p \leq 0,01$ ). Таким образом, были выделены школы с низким и высоким уровнем психологической безопасности образовательной среды.

Далее был осуществлен сравнительный анализ компонентов субъективного благополучия подростков в образовательных средах с различным уровнем психологической безопасности.

Анализ различий эмоционального компонента субъективного благополучия в зависимости от уровня психологической безопасности образовательной среды показал, что, во-первых, все параметры в образовательной среде с низким уровнем психологической безопасности обладают более низкими средними значениями, а, во-вторых, общий показатель и некоторые компоненты имеют достоверные различия (рис.2).

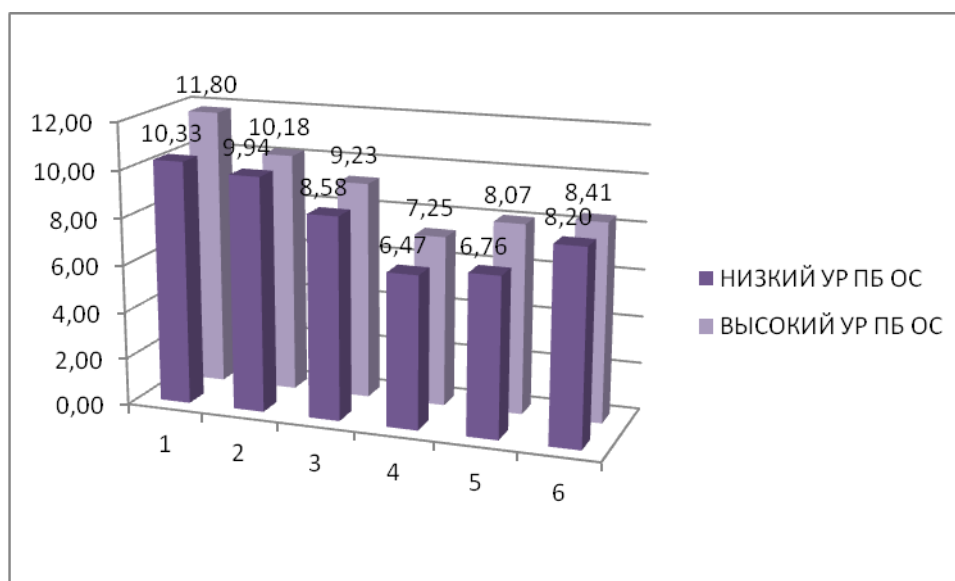


Рис. 2. Различия в уровне компонентов эмоциональной составляющей субъективного благополучия подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: 1 – напряженность и чувствительность ( $p \leq 0,01$ ); 2 – признаки, сопровождающие психоэмоциональную симптоматику; 3 – изменения настроения; 4 – значимость социального окружения (различия на уровне тенденции); 5 – самооценка здоровья ( $p \leq 0,01$ ); 6 – степень удовлетворенности повседневной деятельностью

Общий уровень эмоциональной составляющей субъективного благополучия подростков различается в зависимости от показателей безопасности образовательной среды ( $t=2,09$ ;  $p \leq 0,05$ ). Уточнить содержание различий позволил анализ компонентов субъективного благополучия, выявивший достоверные различия по следующим параметрам: напряженность и чувствительность ( $t=2,84$ ;  $p \leq 0,01$ ), самооценка здоровья ( $t=3,09$ ;  $p \leq 0,01$ ) и, на уровне тенденции, значимость социального окружения.

Следующим шагом стал сравнительный анализ активности субъекта и его отношения к себе и другим в школах с разным уровнем психологической безопасности (рис. 3).

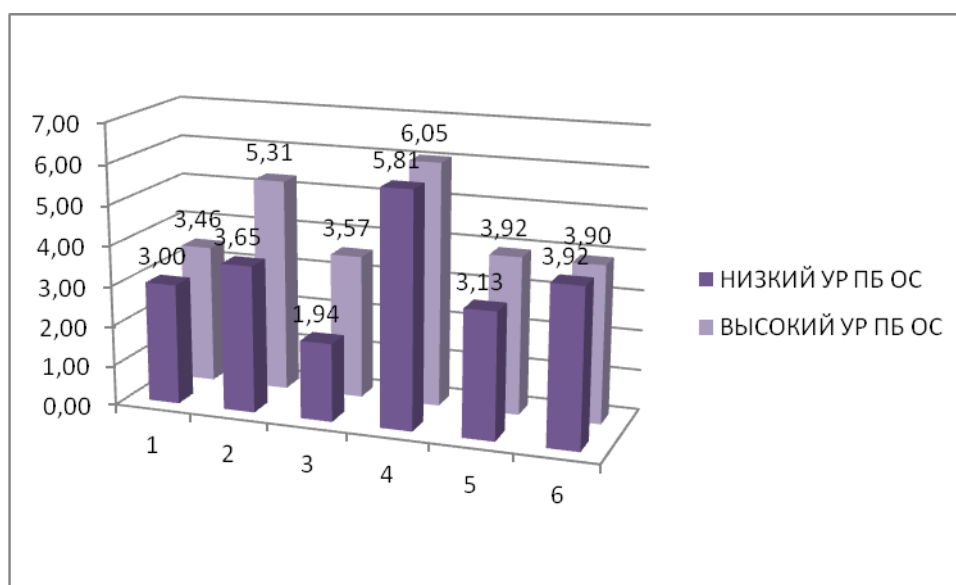


Рис. 3. Различия в компонентах субъектности подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: 1 – активность ( $p \leq 0,001$ ); 2 – способность к рефлексии ( $p \leq 0,001$ ); 3 – свобода выбора и ответственность за него ( $p \leq 0,001$ ); 4 – осознание собственной уникальности; 5 – понимание и принятие другого ( $p \leq 0,05$ ); 6 – саморазвитие

Анализ подтвердил наличие статистически значимых различий в активности ( $t=4,27$ ;  $p\leq 0,001$ ), способности к рефлексии ( $t=4,81$ ;  $p\leq 0,001$ ), свободе выбора и ответственности за него ( $t=5,67$ ;  $p\leq 0,001$ ), в понимании и принятии другого ( $t=2,31$ ;  $p\leq 0,001$ ).

Таким образом, проведенный анализ показал, что уровень психологической безопасности образовательной среды школы может влиять на отдельные компоненты субъективного благополучия, такие, как напряженность и чувствительность, выраженность психоэмоциональной симптоматики, самооценка здоровья, активность, способность к рефлексии, свобода выбора и ответственность за него, понимание и принятие другого. Иными словами, различия касаются эмоциональной сферы и переживания положительных эмоций и чувств, принятия себя и других, активности субъекта, что подтверждает предположение о том, что психологическая безопасность образовательной среды может оказывать влияние на субъективное благополучие подростков.

Вместе с тем результаты эмпирического исследования формулируют и следующую исследовательскую задачу, связанную с изучением характера влияния уровня психологической безопасности образовательной среды на структуру субъективного благополучия подростков, а также выявлением социально-психологических и иных ресурсов, способных поддержать субъективное благополучие в образовательной среде, содержащей риски и угрозы развитию и формированию личности современных подростков. Эта идея перекликается с мыслью Дж. Капрара, утверждающего, что исследование удивительной способности человека к восстановлению, адаптации, способности к поддержанию положительных эмоций в трудных жизненных ситуациях является дополнительным направлением исследования проблемы субъективного благополучия [2].

## Литература

1. *Баева И.А.* Психологическая безопасность в образовании. СПб., 2002.
2. *Капрара Дж.* Психология личности. СПб., 2003.
3. *Куликов Л.В.* Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. СПб., 2004.
4. *Рубцов В.В., Баева И.А.* Психологическая безопасность образовательной среды как условие психосоциального благополучия школьника // Безопасность образовательной среды: Сб. статей / Отв. ред. и сост. Г.М. Коджаспирова. М., 2008.
5. *Савельева О.С.* Субъективное благополучие как проблема социальной психологии личности // Материалы межрегиональной заочной научно-

- практической конференции «Актуальные проблемы психологии личности». Новосибирск, 2009.
6. *Шамионов Р.М.* Субъективное благополучие личности: этнопсихологический аспект // Проблемы социальной психологии личности/ Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского. Саратов, 2008.
  7. *Bradburn N.* The Structure of Psychological Well-Being. Chicago, 1969.
  8. Diener E., Diener M., Diener C. Factors Predicting the Subjective Well-being of Nations // J. of Personality and Social Psychology. 1995. V. 69.
  9. *Morrow V, Mayall B.* What is Wrong with Children's Well-being in the UK? Questions of Meaning and Measurement// Journal of Social Welfare & Family Law [serial online]. 2009. September. №31(3).
  10. *Ryff C, Singer B.* Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being// Journal of Happiness Studies [serial online]. 2008. March. №9(1).
  11. *Shek D.* After-school Time and Perceived Parental Control Processes, Parent-adolescent Relational Qualities, and Psychological Well-being in Chinese Adolescents in Hong Kong// Family Therapy [serial online]. 2007. № 34(2).



# Subjective well-being of adolescents and psychological security of educational environment

*O. A. Eliseeva,*

*PhD student, chair of educational psychology, Moscow State University of Psychology and Education, olgaeliseeva3@yandex.ru*

---

The article addresses the problem of psychological security of educational environment as a condition which ensures subjective well-being of adolescents. The research was based on a hypothesis that the level of psychological security of educational environment can influence subjective well-being and its structural components. 127 educators and 192 adolescent students from five educational institutions took part in the empirical part of the research. I.A.Baeva's "Psychological security of school's educational environment" method was used for studying the level of psychological security of the environment, M.V.Sokolova's adaptation of "Subjective well-being scale" and E.N.Volkova's and I.A.Seregina's "Subjectivity structure questionnaire" was used for studying the specifics of adolescents' subjective well-being. It was found that the educational environment with a low level of psychological security can have a negative influence on specific components of adolescents' subjective well-being such as activity, emotional equilibrium, satisfaction with various spheres of life, acceptance of oneself and others..

**Keywords:** psychological security, adolescent age, subjective well-being, educational environment, subject's activity.

---

## References

1. *Baeva I.A.* Psihologicheskaya bezopasnost' v obrazovanii. SPb., 2002.
2. *Kaprara Dzh.* Psihologiya lichnosti. SPb., 2003.
3. *Kulikov L.V.* Psihogigiena lichnosti. Voprosy psihologicheskoi ustoichivosti i psihoprofilaktiki. SPB., 2004.
4. *Rubcov V.V., Baeva I.A.* Psihologicheskaya bezopasnost' obrazovatel'noi sredy kak uslovie psihosocial'nogo blagopoluchiya shkol'nika // Bezopasnost' obrazovatel'noi sredy: Sb. statei / Otv. red. i sost. G.M. Kodzhaspirova. M., 2008.
5. *Savel'eva O.S.* Sub'ektivnoe blagopoluchie kak problema social'noi psihologii lichnosti // Materialy mezhregional'noi zaочноi nauchno-prakticheskoi konferencii «Aktual'nye problemy psihologii lichnosti». Novosibirsk, 2009.

6. *Shamionov R.M.* Sub'ektivnoe blagopoluchie lichnosti: etnopsihologicheskii aspekt // Problemy social'noi psihologii lichnosti/ Saratovskii gosudarstvennyi universitet im. N.G. Chernyshevskogo. Saratov, 2008.
7. *Bradburn N.* The Structure of Psychological Well-Being. Chicago, 1969.
8. Diener E., Diener M., Diener C. Factors Predicting the Subjective Well-being of Nations // J. of Personality and Social Psychology. 1995. V. 69.
9. *Morrow V, Mayall B.* What is Wrong with Children's Well-being in the UK? Questions of Meaning and Measurement// Journal of Social Welfare & Family Law [serial online]. 2009. September. <sup>1</sup>31(3).
10. *Ryff C, Singer B.* Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being// Journal of Happiness Studies [serial online]. 2008. March. <sup>19</sup>(1).
11. *Shek D.* After-school Time and Perceived Parental Control Processes, Parent-adolescent Relational Qualities, and Psychological Well-being in Chinese Adolescents in Hong Kong// Family Therapy [serial online]. 2007. <sup>1</sup> 34(2).