

EXPERIMENTAL STUDY OF THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL COMPETENCE OF PARENTS OF YOUNGER SCHOOL CHILDREN

KUDASHEVA Ekaterina Alekseevna
Orenburg State Pedagogical University
Orenburg, Russia

The article presents a study of the development of psychological and pedagogical competence of parents of primary school children. The research is based on the Orenburg State Pedagogical University.

Key words: Psychological competence, pedagogical competence, competence, primary school student, parent, expert assessment method, semantic differential method.

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СУВЕРЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

КУЗНЕЦОВА Олеся Павловна
студент
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»
г. Оренбург, Россия

В статье раскрывается тема изучения особенностей благополучия подростков при разном уровне суверенности психологического пространства (суверенности личности). Приводятся результаты теоретического анализа субъективного благополучия и его возрастных особенностей в подростковом возрасте, обоснование суверенности как детерминанты благополучия. Описываются результаты эмпирического исследования по изучению особенностей благополучия в группах подростков с разной суверенностью.

Ключевые слова: субъективное благополучие, компоненты благополучия, суверенность психологического пространства личности, старший подростковый возраст.

В последние десятилетия в психологической науке все чаще поднимается вопрос о повышении удовлетворенности жизнью, развитии позитивных оценок окружающей действительности, своего благополучия. С каждым годом желания людей меняются, повышается требовательность к качеству жизни, но не всегда эти желания реализуются, отсюда происходит снижение благополучия, появляются все больше несчастливых, недовольных жизнью людей. Особенно незащищенной в этом плане категорией являются подростки, так как в силу эмоциональной нестабильности пубертатного периода и слабого критического мышления существует риск закрепления у них субъективного неблагополучия, негативных оценок себя и своего окруже-

ния, а также вовлечения в асоциальную деятельность (запрещенные политические движения, радикальные объединения, аутодеструктивные группы смерти и т. п.) [4]. Особую роль для поддержания благополучия играет удовлетворение потребностей подростка, и одной из ведущих является потребность в автономии, в самостоятельности, в суверенности. В связи с этим становится интересным тема изучения особенностей и путей повышения благополучия у суверенных, депривированных и сверх-суверенных подростков.

Изучение субъективного благополучия следует начать с теоретического анализа литературы о данном психологическом феномене, чтобы отделить его от синонимичных понятий.

В психологии чаще всего можно встре-

тить понятия «психологическое благополучие» и «субъективное благополучие».

Психологическое благополучие исследовали такие авторы как Н. Бредберн, К. Рифф. Они отмечали, что под психологическим благополучием следует понимать оценку человека (осознанную и неосознаваемую) своей жизни в целом, которая строится на балансе положительных и отрицательных эмоций и дополняется стремлением лично к самореализации, чувством самооценности. Психологическое благополучие дублирует ценности и установки, принятые в обществе [2; 6].

Субъективное благополучие является более краткосрочным вариантом оценки своей жизни, которое при этом отражает именно субъективный, личный характер счастья и удовлетворения жизнью [1; 7]. Основываясь на позиции отечественных авторов (Е.Е. Бочаровой, М.В. Соколовой), можно утверждать, что субъективное благополучие как осознанная оценка актуального состояния («как я себя ощущаю здесь и сейчас») скорее является преломлением социальных и культурных тенденций, образцов и несет субъектный характер.

Другими словами, психологическое благополучие выступает как сложное личностное образование, выражающее как осознаваемые, так и не осознаваемые оценки актуальной ситуации, длительное и устойчивое во временной перспективе и дублирующее принятые в обществе ценности. В то время как субъективное благополучие – это скорее актуальное краткосрочное состояние, состоящее из личных, осознаваемых оценок, складывающееся под субъективным восприятием.

Обобщая вышесказанное, отметим, что для нас особый интерес представляет именно субъективное благополучие как хорошо осознаваемая, личная оценка своего актуального состояния, понимание своего благополучия «здесь и сейчас», так как позитивный характер этой субъективной оценки может способствовать благополучному переживанию подросткового кризиса, разрешению актуальных трудностей подростка на основе его ценностей.

При изучении субъективного благополучия наиболее полной нам показалась концепция Э.М. Чепрасовой. Она определяет этот феномен как сложное психологическое образова-

ние, содержательно представленное субъективной оценкой счастья и собственного благосостояния в целом, удовлетворенностью, аффективным балансом (отношением положительных и негативных эмоций, складывающегося на протяжении жизни), осмысленностью жизни, которое влияет на все сферы жизнедеятельности личности [9].

Субъективное благополучие в подростковом возрасте имеет ряд особенностей. Так, например, известно, что ведущим видом деятельности в этом возрасте является общение со сверстниками, именно в рамках этой деятельности происходит личностное становление подростков, формируются ценностные ориентации, предпочтения и привычки, а также уточняется самооценка, отношение к себе. Субъективное благополучие подростков также зависит от успешности отношений со сверстниками, от социального статуса ребенка в референтной группе друзей. Так, доказано, что чем шире контакты подростка, чем больше удовлетворены его потребности в общении, тем больше он ощущает свою жизнь как многообразную, наполненную, ценную, следовательно, индекс его субъективного благополучия повышается [3; 4].

Также тенденцией подросткового периода является формирование рефлексии, которая, в отличие от младшего школьного возраста, приобретает характер личностной. Теперь рефлексия сопряжена не столько с учебными делами и действием самооценивания, сколько с самоанализом своего внутреннего мира и с осознанием своих личностных качеств. Подросток уже может соотнести Я-реальное и Я-идеальное, сопоставить свои притязания с возможностями и скорректировать их. Высокие рефлексивные способности, самоанализ и самопознание позволяют оценить свою жизнь как неблагополучную или не совсем благополучную, понять причины этого и затем начинать искать пути выхода из кризисной ситуации [3]. Однако, не всякая рефлексия способствует росту благополучия. Как утверждают исследования Э.М. Чепрасовой, считают себя благополучными те подростки, которые меньше занимаются «самокопанием», и у которых не так сильно выражена интроспективная рефлексия (направленная на

себя). При ее сильной выраженности можно наблюдать занижение самооценки, негативное восприятие себя, и как следствие – падение оценки субъективного благополучия на всех уровнях [8].

Благополучие подростков во многом определяется тем, насколько удовлетворены основные потребности этого возраста. Так, известно, что центральное новообразование подросткового периода – чувство взрослости – приводит к естественному росту потребности в автономии, самостоятельности, независимости своих привычек, предпочтений, образа жизни от указаний взрослых. От того, насколько родители и учителя последовательно расширяют сферу самостоятельности подростка, от того, насколько уважительно они относятся к его автономии, к его «взрослой» жизни, зависит общий эмоциональный фон, оценка своей удовлетворенности, самоотношение подростка, а значит – и его субъективное благополучие [3]. Понятие, которое отвечает за выражение личной свободы, за самоощущение человека и его принадлежности в окружающем его психологическом пространстве, за построение личных границ в общении с другими людьми – в психологии называют суверенностью личности или суверенностью психологического пространства личности.

Феномен суверенности в психологии изучался С.К. Нартовой-Бочавер, которая с позиции субъектно-средового подхода изучала суверенность психологического пространства личности, определяла ее на разных возрастных этапах и выделила ее структурные компоненты. Именно на точку зрения данного автора мы будем опираться при рассмотрении суверенности личности как детерминанты субъективного благополучия подростков.

С точки зрения С.К. Нартовой-Бочавер, суверенность личности (суверенность психологического пространства личности, что с позиции субъектно-средового подхода является синонимичными понятиями) – это личностное качество, ответственное за достижение независимости и автономии, защиту своих границ и регуляцию отношений с другими личностями [5].

В процессе развития суверенности – суверенизации личности – выделяют три уровня:

высокий, средний и низкий. Средняя суверенность отличается умением отстаивать свое «Я», при этом сохраняя адекватную проницаемость личных границ и обеспечивая взаимобмен информацией и ценностями с окружающим миром. Это является наиболее благоприятный вариант развития личности. Высокая или сверх-суверенность характеризует человека с ригидностью личных границ, невозможностью принять чужую точку зрения, поддержанием только своих взглядов и ценностей. Низкая суверенность, или депривированность, напротив, отождествляется с полной зависимостью от других людей, высокой степенью подчиняемости и неспособностью защитить свое «Я» и все, что ценно личности. Считается, что высокая и низкая суверенность являются крайними вариантами суверенизации, неблагоприятно влияющими на самоидентификацию себя (как отдельной личности и как части социума), на общение с взрослыми и сверстниками [5].

Вышесказанное позволяет предположить, что субъективное благополучие будет отличаться у подростков с разным уровнем суверенности личности, так как установлению благополучия будут помогать умение защищать свои личные границы, и при этом выстраивать адекватные отношения с окружающими.

Для проверки данного предположения было проведено эмпирическое исследование субъективного благополучия и суверенности личности подростков. Применяемые методики: «Субъективное благополучие подростков» Э.М. Чепрасовой и «Суверенность психологического пространства-2010» С.К. Нартовой-Бочавер.

В выборке исследования вошли старшие подростки в количестве 64 человек, в возрасте 14-16 лет. Выбор именно старших подростков объясняется повышением значимости суверенности к концу подросткового периода. К 15-16 годам увеличивается потребность в автономии от взрослых, закрепляются определенные ценности и установки, привычки и вкусы в одежде и в музыке (в отличие от младшего подросткового этапа, когда ценностная сфера регулярно меняется, а взгляды только устанавливаются).

Результаты субъективного благополучия подростков представлены в таблице 1.

Таблица 1

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ

Общий уровень субъективного благополучия старших подростков	%
Высокий	31%
Средний	39%
Низкий	30%

Как видно из таблицы, при оценке общего уровня благополучия преобладали средние показатели (39%). Для этих подростков свойственно фрагментарное удовлетворение (от каких-то определенных сфер), эмоциональное непостоянство (выраженность то негативных, то позитивных состояний), умеренная актив-

ность в поведении. Проблемы у них отсутствуют, но и о полном эмоциональном и поведенческом комфорте говорить нельзя. Группы детей с высоким и низким благополучием почти равны (31% и 30% соответственно).

Также нами проводилось исследование суверенности личности (таблица 2).

Таблица 2

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СУВЕРЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Общий уровень суверенности личности (психологического пространства)	%
Высокий	33%
Средний	42%
Низкий	25%

Проведенное исследование показывает, что суверенность личности у опрошенных подростков выражена на трех уровнях суверенности: высокий (33%), средний (42%) и низкий (25%). Самой многочисленной оказалась группа с умеренной или нормальной суверенностью: такие подростки отличаются суверенным психологическим пространством, они умеют его защищать и контролировать, умеют устанавливать верную психологическую дистанцию по отношению к окружающим, не испытывают ущемления со стороны взрослых, могут противостоять разрушающим влияниям извне. Подростки, у которых наблюдаются высокие значения суверенности психологического пространства личности, отличаются усиленной прочностью границ – они тяжело принимают чужое мнение, и напротив, нередко сами

нарушают границы других людей, усиленно отстаивают свою правоту, независимость. Подростки с низкой суверенностью, напротив, легко становятся жертвами чужого вторжения, они неспособны устанавливать верную психологическую дистанцию по отношению к угрожающим явлениям, легко поддаваясь критике извне и меняя себя, они часто испытывают собственное бессилие в попытке отстоять свои увлечения, предпочтения и взгляды.

Далее была предпринята попытка изучения уровневых особенностей субъективного благополучия в группах респондентов с разной суверенностью. Для этого полученные данные прошли статистическую обработку с помощью непараметрического критерия различий U-Манна-Уитни. В итоге мы получили следующие данные, представленные в таблице 3.

РАЗЛИЧИЯ В УРОВНЕ СФОРМИРОВАННОСТИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У ПОДРОСТКОВ С РАЗНОЙ СУВЕРЕННОСТЬЮ

Общее субъективное благополучие	Между группами со средней и высокой суверенностью		Между группами со средней и низкой суверенностью		Между группами с высокой и низкой суверенностью	
	U _{эмп}	p	U _{эмп}	p	U _{эмп}	p
	224	незначимо	132,5	0,05	106	0,05

Средний уровень суверенности, который считается наиболее оптимальным для развития личности, не характеризуется какими-либо различиями в благополучии по сравнению с высокой суверенностью. Следовательно, субъективное благополучие и его показатели у высоко и среднесуверенных старших подростков одинаковое. Отсюда можно предположить, что высокая суверенность не оказывает негативное влияние на благополучие. Вероятно, при высокой ригидности своих предпочтений и взглядов и стремлении подростка никого не допускать до проникновения в свой внутренний мир также успешно могут быть реализованы его потребности в самостоятельности и автономии. При этом сохраняется постоянство его психологического пространства, увеличивается важность его как единственного автора этого пространства («только я решаю, как мне жить»).

В то же время, среднесуверенные подростки отличаются большим благополучием по сравнению с низкой суверенностью (с достоверностью 0,05). Следовательно, для укрепления чувства удовлетворенности и счастья подростку необходим умеренный контроль со стороны и минимальные вторжения взрослых. Тогда полная несамостоятельность и ведомая позиция, свойственная для низкой суверенности, мешает достижению благополучия.

Заметим также, что для высоко суверенных подростков также характерен высокий уровень благополучия, выше, чем для респондентов с низким уровнем суверенности (с достоверностью 0,05). Несмотря на то, что и тот, и другой вариант формирования суверенности по теории С.К. Нартовой-Бочавер является неблагоприятным для личности, все же при высокой степени защиты своих лич-

ных границ вероятность чувствовать себя благополучно выше, чем при слабости границ и регулярных вторжениях в психологическое пространство личности. Возможно, именно низкий суверенитет своих личных границ, невозможность защищать свои вкусы и предпочтения, свое личное пространство и привычки является негативным явлением для общего благополучия подростка, а также для его удовлетворенности жизнью, эмоционального комфорта и стратегий поведения. Это может быть связано с особой чувствительностью подростков к вторжению в личное пространство, к критике и ограничениям в адрес своего «личного». Низкая суверенность мешает реализовывать стремление к автономии, а значит, оставляет нерешенными потребности в самостоятельности, которые и снижают субъективное переживание благополучия и удовлетворенности.

Таким образом, нам удалось получить следующие особенности субъективного благополучия подростков с разной суверенностью. Среднесуверенные и высокосуверенные подростки значительно благополучнее, чем подростки с низким суверенитетом личности. Это еще раз подтверждает наше предположение о влиянии целостности личных границ на удовлетворение жизнью, на субъективное восприятие мира. Полученные результаты смогут помочь практическим психологам лучше понять причины неблагополучия подростков, определить, насколько удовлетворены потребности подросткового возраста в автономии и самостоятельности, а также выстроить пути психологической (консультационной и коррекционно-развивающей) работы с обучающимися 8-9 классов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бочарова Е.Е. О субъективном благополучии личности в аспекте социально-психологической адаптации // Известия Саратовского университета. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2009. – № 2. – С. 16-22.
2. Бредберн Н. Структура психологического благополучия. – Чикаго: Изд-во Альдин, 1969. – 320 с.
3. Дубровина И.В. Возрастная и педагогическая психология. Хрестоматия / под ред. И.В. Дубровиной, А.М. Прихожан, В.В. Зацепина. – М.: Academia, 2018. – 256 с.
4. Елисеева О.А. Субъективное благополучие подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности: автореферат дис. ... канд. психол. наук – М., 2011. – 23 с.
5. Нартова-Бочавер С.К. Психология суверенности: десять лет спустя. – М.: Смысл, 2017. – 200 с.
6. Рифф К. Структура психологического благополучия // Журнал персональной и социальной психологии. – 1995. – № 69. – С. 719-727.
7. Соколова М.В. Шкала субъективного благополучия. – Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1996.
8. Чепрасова Э.М. Взаимосвязь субъективного благополучия и рефлексии в подростковом и юношеском возрасте // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2018. – № 2. – С. 13-22.
9. Чепрасова Э.М. Инструмент исследования структуры субъективного благополучия подростков // Национальное здоровье. – 2019. – № 3. – С. 113-119.

**SUBJECTIVE WELL-BEING OF TEENAGERS
WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONAL SOURCE**

KUZNETSOVA Olesya Pavlovna
student
Orenburg State Pedagogical University
Orenburg, Russia

The article reveals the topic of studying the characteristics of the well-being of adolescents at different levels of sovereignty of the psychological space (sovereignty of the individual). The article presents the results of a theoretical analysis of subjective well-being and its age characteristics in adolescence, substantiation of sovereignty as a determinant of well-being. The article describes the results of an empirical study of the characteristics of well-being in groups of adolescents with different sovereignty.

Key words: subjective well-being, components of well-being, the sovereignty of the psychological space of the individual, senior adolescence.