
Рубрика II. Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством

Анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников

Умняшова И.Б.,

кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», Москва, Россия, umnyashovaib@mgppu.ru

Для цитаты:

Умняшова И.Б. Анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2019. № 3 (3). С. 94–105. doi:10.17759/bppe.2019160306

For citation:

Umnyashova I.B. Analysis of Approaches to the Assessment of Psychological Well-Being of Students [Elektronnyi resurs]. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya* [Bulletin of Practical Psychology of Education], 2019, no. 3 (3), pp. 94–105. doi:10.17759/bppe.2019160306. (In Russ., abstr. in Engl.)

Психологическое благополучие является существенным условием развития и социализации обучающихся. Существует несколько подходов к пониманию и оцениванию психологического благополучия у детей и подростков. Психологическое благополучие школьников рассматривается исследователями как субъективное ощущение удовлетворенности жизнью или как состояние психологического здоровья. Многофакторные модели психологического благополучия (М. Ягода, К. Рифф, Ю.В. Бессонова, А.М. Прихожан) указывают на связь психологического благополучия с физиологическими и социально-психологическими характеристиками личности, которые являются основой для самореализации человека. Для разработки программы психолого-педагогического сопровождения, направленной на укрепление психологического благополучия школьников, актуальным является оценка эмоциональной сферы (тревожность, депрессивность и т.д.), когнитивной сферы (оптимизм, рефлексивные способности), а также диагностика особенностей социальной ситуации развития и среды обитания ребенка, прежде всего семейной ситуации развития и психологической безопасности образовательной организации.

Ключевые слова: психологическое благополучие школьников, оценка психологического благополучия, психолого-педагогическая экспертиза.

Феномен «благополучие человека» имеет широкое толкование в различных областях науки (философии, психологии, педагогике, медицине, социологии и т.д.), так как данное состояние зави-

сит от множества внутренних и внешних для человека факторов и представляет собой многогранное явление. Состояние благополучия (физического, душевного и социального), с точки зрения Всемирной организации здравоохранения, определяет уровень «здоровья» человека: чем выше субъективное ощущение благополучия человеком, тем более здоровым он является [2].

Положительная связь между высоким уровнем психологического благополучия и успехами обучающихся в процессе обучения (в том числе с академической успеваемостью) отмечается в ряде зарубежных исследований (Н. Ноддинс, У. Бронфенбреннер, Ш. Салдо, Э. Шейффер, Л. Чанг, К. Макбрайд-Чанг и др.). Проведенные в разные годы исследования американских ученых выявили, что при наличии низкого уровня удовлетворенности жизнью дети и подростки значительно чаще демонстрируют в школе различные формы отклоняющегося поведения (Хубер, Альдерман, 1993; Валоис, Пакстон и др., 2006) [8, с. 5–6].

На формирование психологического благополучия школьников оказывает влияние множество факторов. Исследования отечественных ученых, проведенные в большей степени с подростками и старшеклассниками, указывают на положительную связь психологического благополучия школьников с:

- осведомленностью о собственной семейной истории, проявлением интереса к истории своего рода и поддержкой межличностных отношений с «расширенной семьей» [28];
- позитивными отношениями с друзьями и родителями [7];
- «дружественной домашней средой» [11];
- конструктивными детско-родительскими отношениями [15];
- наличие у ребенка личного времени и личного пространства, которое принимается и охраняется взрослыми [23].

Психологически благополучный школьник обладает следующими характеристиками:

- уверен в себе (адекватная самооценка),
- любит и желает учиться (высокий уровень познавательной активности и учебной мотивации),
- выстраивает конструктивные отношения с окружающими (коммуникативная компетентность, способность к сотрудничеству),
- умеет справляться с трудными жизненными ситуациями (стрессоустойчивость, эффективные копинг-стратегии),
- понимает себя и других людей,
- может адекватно оценить свою и чужую деятельность, поступок и т.д. (рефлексивные способности).

Н.Б. Астаниной было проведено исследование подростков, в ходе которого была выявлена связь психологического благополучия с верой в справедливый мир, а также в Бога, в природу, в других людей и в себя — как в источники справедливости [1]. Данные исследования указывают еще на две характеристики психологически благополучного школьника (как минимум подросткового возраста): он чаще всего оптимистично воспринимает события, происходящие в его жизни, и склонен полагаться в большей степени на себя, а не на внешние обстоятельства (доминирование внутреннего locus-контроля).

Существует множество подходов как к трактовке самого термина «психологическое благополучие», так и к оценке данного феномена у людей разных возрастных категорий. Для специалистов психологического профиля, осуществляющих свою деятельность в системе общего образования, актуальным моментом является определение основных методологических подходов к изучению состояния благополучия школьников, которые могут стать основой проектирования системы мониторинговых исследований, направленных на анализ психологического благополучия обучающихся в конкретной образовательной организации.

Применение экспертного подхода к анализу факторов, влияющих на уровень психологического благополучия детей и подростков, является важным условием профилактики социальных рисков в системе образования, так как способствует выявлению на ранней стадии всех рисков, способных привести к социально-психологической дезадаптации и отклоняющемуся (в том числе саморазрушающему и самоповреждающему) поведению школьников. Психолого-педагогическая экспертиза рисков и факторов, способствующих развитию психологического неблагополучия обу-

чающихся, является необходимым условием организации и реализации социально-психологического / психолого-педагогического сопровождения в образовательной организации [25].

Анализ научной литературы по данной проблематике позволил нам выделить основные подходы к пониманию природы психологического благополучия, которые могут определить направления исследования данного феномена в системе общего образования. Рассмотрим подробнее каждое направление.

Психологическое благополучие как субъективное ощущение человека

Одним из первых и наиболее распространенных в западной психологии направлений изучения психологического благополучия является гедонистический подход, разрабатываемый преимущественно в контексте когнитивной и поведенческой психологии (М. Е. Селигман, М. В. Фордайс, Н. М. Брэдберн и др.). Основным индикатором психологического благополучия последователями данной теории понимается «переживание счастья» и «субъективное благополучие» человека, при этом наиболее эффективный способ достижения этих состояний — успешная социальная адаптация, приспособление к конкретным жизненным условиям и обстоятельствам [2].

Исторически первое определение понятия благополучия трактовалось в терминах чувства (переживания) и определялось как баланс позитивного и негативного аффектов (Брэдберн, 1969; Динер, 1995). Благополучие рассматривается учеными как «целостное переживание, отражающее успешность функционирования индивида в социальной среде, сопровождающееся благоприятным эмоциональным фоном, функциональным состоянием организма и психики и позитивным самоотношением, доверительным отношением к миру» [5, с. 328]. Переживание общей удовлетворенности собственной жизнью напрямую связано с эмоциональным равновесием и преобладанием позитивно окрашенных эмоциональных состояний [13].

В научной литературе часто термины «субъективное благополучие» и «психологическое благополучие» являются синонимичными понятиями. Автору статьи близка позиция О.Ю. Зотовой, которая трактует в своем исследовании субъективную составляющую как часть психологического благополучия личности. При этом субъективная составляющая понимается ученым как краткосрочное состояние, в то время как психологическое благополучие — как долгосрочное [14, с. 6].

Исходя из позиции данного подхода, снижение уровня субъективного благополучия может проявляться в наличии депрессивного состояния, нарушении эмоционально-волевой сферы, аффективных поведенческих реакциях, психосоматических нарушениях. Такие обучающиеся часто болеют, выглядят усталыми и отстраненными, не проявляют активности в учебных и внеучебных мероприятиях, в отношениях с окружающими либо пассивны, либо часто конфликтуют, более подвержены риску суицидального и самоповреждающего поведения [19]. Описанию возможных методов диагностики эмоционального состояния обучающегося, направленных на выявление уровня различных видов тревожности (ситуативной, школьной, личностной), склонности к депрессивному состоянию и других особенностей эмоционально-волевого развития детей и подростков, посвящено множество работ [2; 18; 15; 19 и др.].

Психологическое благополучие и психологическое здоровье человека

В отечественной психологии феномен «психологическое благополучие» рассматривается как показатель психического и психологического здоровья личности (А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский, Б.С. Братусь, И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева и др.). С точки зрения И.В. Дубровиной, следует различать психическое и психологическое здоровье личности. Психическое здоровье — «результат психического развития человека на всех этапах онтогенеза, которое обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности» [12]. Психическое здоровье является одной из важнейших составляющих психологического здоровья и условием психологического благополучия человека. Психологическое здоровье — это «психологическое свойство развитой личности» [12, с. 21], «динамическая совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи» (Хухлаева, 2001) [цит. по 16, с. 34]. Как отмечает И.В. Дубровина, «становление и укрепление психического здоровья и развитие психологической культуры личности определяют психологическое здоровье человека, закладывают основу его психологического благополучия» [12, с. 20].

О.В. Хухлаева описала модель психологического здоровья, которая включает в себя 5 компонентов: аксиологический, инструментально-технологический, потребностно-мотивационный, развивающий и социально-культурный. При этом главными критериями психологического здоровья являются «позитивное самоощущение и позитивное восприятие окружающего мира; высокий уровень развития рефлексии; наличие стремления улучшить качество основных видов деятельности; успешное прохождение возрастных кризисов; адаптированность к социуму (в том числе к семье и школе), умение выполнять основные социальные и семейные роли» [27].

Таким образом, мы видим, что рассмотрение психологического благополучия как показателя психологического здоровья значительно шире, чем установление связи между благополучием и субъективной удовлетворенностью жизнью. При анализе всех параметров психологического здоровья обучающихся (уровень тревожности и стрессоустойчивости, стабильность эмоционального состояния, уровень адаптации/дезадаптации, уровень психологической культуры и т.д.) существует возможность расширить представления исследователя о внутренних и внешних факторах, которые способны повлиять или уже оказали влияние на уровень психологического благополучия обучающегося.

Психологическое благополучие и самореализация человека

Представители экзистенциального подхода, основанного на идеях гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Э. Фромм и др.), считают, что психологически благополучный человек — тот, кто смог реализовать свои способности и возможности без утраты индивидуальности [2]. А.В. Воронина рассматривает психологическое благополучие как «системное личностное качество, проявляющееся в переживании содержательной наполненности и ценности жизни, достижение личностно значимых и социально ориентированных целей» [9].

Экзистенциальный подход позволил несколько расширить представления о психологическом благополучии и рассматривает его не как ситуативную реакцию (переживание), а как более устойчивое образование (состояние). Такой подход к пониманию благополучия позволил исследователям перейти к изучению взаимосвязи между благополучием и другими состояниями личности. Современные исследования подтверждают взаимосвязь психологического благополучия: — со стрессоустойчивостью (Купер, Мартин, 1998; Тарабрина и др., 2012); — с отсутствием негативных посттравматических состояний (Лаптева, 2013; Бессонова, 2013); — с продуктивными стратегиями поведения в трудных жизненных ситуациях (Харди и др., 2006; Мак Крае, Коста, 1986; Рассказова, Гордеева, 2011; Шамионов, 2012); — с психологической безопасностью личности (Бессонова, Броневицкий, 2016) [цит. по 5, с. 329–331]; — с когнитивной переоценкой (стратегия переоценки значения ситуации с целью управления эмоциями (Падун, Климова, 2014) [19]; — с конструктивным опытом переживания кризисных состояний, появлением нового личностного опыта (Пергаменщик, Новак, 2015) [20]; — с соматическим здоровьем, влиянием на физическое здоровье и продолжительность жизни (Шида, Стептоу, 2008; Динер и др., 2015) [14, с. 21].

В большинстве проанализированных автором источников психологическое благополучие трактуется как многогранное явление, где субъективное благополучие является лишь частью и важным условием для формирования общего благополучия личности. В научной литературе описаны несколько моделей психологического благополучия личности.

Исторически одна из первых моделей была предложена М. Ягодой, которая выделила 6 компонентов психологического благополучия:

- самопринятие,
- положительная установка по отношению к собственному Я;
- оптимальное развитие, личностный рост;
- способность к копинг-поведению, совладанию с трудными, стрессовыми ситуациями;
- независимость от социального окружения, личная автономия;
- адекватное восприятие реальности, социальная восприимчивость;
- социальная компетентность как способность к социальной адаптации [цит. по 21, с. 9].

Наибольшую поддержку данная теория нашла в исследованиях К. Рифф, которая сформулировала также 6 очень схожих по смыслу компонентов психологического благополучия человека:

- автономность,
- самопринятие,
- личностный рост,
- цели в жизни,
- компетентность и позитивные отношения с другими.

Благодаря Т.Д. Шевеленковой и ее коллегам теория К. Рифф приобрела широкое распространение в российских исследованиях, где психологическое благополучие рассматривается в контексте высших уровней психологического развития личности — ее жизненных целей, автономии, личностного роста и т.п. [там же, с. 6–10].

Для понимания структуры психологического благополучия не менее интересна модель, представленная Ю.В. Бессоновой. Исследователем выделено 7 компонентов психологического благополучия личности [6, с. 33–34]:

- удовлетворенность как когнитивно-эмоциональная оценка;
- функциональный статус, психическое и психофизиологическое состояние;
- ценностно-мотивационная сфера;
- умение использовать имеющиеся возможности для достижения поставленных значимых целей;
- социальное благополучие;
- самооценка и самоотношение;
- самоэффективность, достижение намеченных целей и наличие смыслообразующих перспектив.

Вышеперечисленные компоненты психологического благополучия личности в большей степени актуальны для взрослых, в то время как психологическое благополучие в детском и подростковом возрасте имеет свою специфику и особенности. Недостаток информации об особенностях психологического благополучия в подростковом возрасте был компенсирован в исследованиях А.М. Прихожан, которая предложила адаптированную модель психологического благополучия личности в подростковом возрасте. Данная модель включает 8 компонентов психологического благополучия подростков [21, с. 22]:

- суверенность;
- самопринятие;
- готовность к саморазвитию;
- позитивные представления о своем прошлом, настоящем и будущем;
- компетентность;
- принятие других, отношения со сверстниками противоположного пола;
- удовлетворенность актуальным этапом жизни;
- характеристики Я-концепции.

Также А.М. Прихожан предложила перечень диагностических методик, позволяющих проанализировать уровень развития всех компонентов психологического благополучия подростков, который может быть ориентиром для проектирования мониторинга со школьниками подросткового возраста [там же].

Психологическое благополучие и особенности когнитивного развития обучающегося

С точки зрения Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осина, одним из важнейших факторов психологического благополучия школьников являются особенности когнитивной сферы личности, в том числе наличие и преобладание оптимистического стиля мышления [10, с. 57]. Как указывают М. Селигман, С. Нолен-Хоексем, Дж. Джиргус и др., ряд психологических исследований убедительно доказывает, что дети, склонные мыслить оптимистично, обладают рядом преимуществ перед своими сверстниками, мыслящими пессимистично.

«Оптимисты» демонстрируют меньшую склонность к депрессии, к агрессивному поведению и более позитивные отношения со сверстниками. Они чаще всего рассматривают жизненные неудачи как случайные, временные и контролируемые, в то время как «пессимисты» склонны обобщать неудачи и придавать большое значение собственным действиям и особенностям личности в

их возникновении [там же, с. 51–52]. Учеными был создан и апробирован Детский опросник оптимистического атрибутивного стиля (ОАС-Д), представляющий собой компактный инструмент оценки оптимизма как стиля объяснения позитивных и негативных жизненных ситуаций у детей и младших подростков (9–14 лет) [там же].

Не менее важным фактором, влияющим на уровень психологического благополучия и стрессоустойчивости, является наличие у человека развитой осознанности — «способности произвольно сосредотачивать внимание на текущих событиях и ощущениях, произвольно переключать внимание с одних аспектов на другие, ощущая при этом подконтрольность процесса сосредотачивания и управляемость им» [22, с. 19]. Состояние осознанности характеризует, прежде всего, способность человека фокусироваться на переживаниях настоящего момента, при этом осознавать свой жизненный опыт безоценочно, предметно и буквально.

Осознание и принятие собственного опыта предполагает занятие субъектом метакогнитивной, наблюдающей позиции по отношению к своим переживаниям и мыслям во время его осмысления. Ряд исследователей (З. Сегал, С. Кеннеди, М. Джемар и др.) называют эту способность децентрацией, или когнитивной гибкостью [22, с. 19].

Как указано в исследовании О.Д. Пуговкиной и З.Н. Шильниковой, осознанность как черта когнитивно-личностного стиля личности выступает значимым фактором благополучия личности. Многочисленные зарубежные исследования свидетельствуют о связи осознанности с более высоким уровнем удовлетворенности жизнью, жизнестойкостью (Броун, Раян, 2003), оптимизмом, компетентностью, самоконтролем (Броун, Раян, Кресвелл, 2009), позитивной самооценкой и эмпатией (Декейзер, Раес и др., 2008) [22, с. 20].

Изучение осознанности началось Р. Декартом, который сформулировал известный тезис «Мыслю, следовательно, существую», что указывает на ведущую роль процессов мышления (в том числе рефлексивных способностей) в данном процессе. Впоследствии понятие «осознанность» стало центральным в теории и практике гештальт-терапии, где способность осознавать настоящее (мыслить «здесь и сейчас») тесно связана с понятием «ответственность» (Ф. Перлз, К. Наранхо и др.). Отечественные психологи (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, С.Л. Рубинштейн и др.) связывают процесс осознанности с волевым поведением и развитием произвольности у человека [24].

Таким образом, для диагностики уровня осознанности как важного фактора, влияющего на психологическое благополучие, анализу со стороны исследователя должны подвергаться особенности развития процессов мышления (прежде всего, способность к рефлексивной оценке собственной жизни и поступков), а также уровень развития произвольности у обучающихся. Проведенный нами анализ не выявил диагностических методик, направленных на комплексное изучение способности к осознанности школьников, адекватных для использования в системе российского образования. Эта тема является перспективной для профессионального сообщества психодиагностов, занимающихся разработкой или апробацией зарубежной диагностической инструментальной.

Психологическое благополучие и среда обитания ребенка

И.В. Дубровина указывает на связь психологического благополучия школьников с социальной ситуацией развития ребенка. С точки зрения Л.С. Выготского, социальная ситуация развития является важнейшей характеристикой условий, обеспечивающей позитивное развитие ребенка. Если ребенок переживает среду своего обитания как благополучную, если семейная и школьная ситуация воспринимается ребенком как благополучная и обеспечивающая его психологический комфорт, то эта среда обладает развивающим эффектом и способствует развитию у школьника чувства доверия к себе и окружающему миру [12, с. 13]. Анализируя среду обитания детей дошкольного и школьного возраста, в первую очередь стоит обращать внимание на два важнейших института социализации: семейная система и образовательная организация.

Одной из важнейших характеристик образовательной среды, обеспечивающих позитивное развитие обучающихся и влияющих на их психологическое здоровье, является психологическая безопасность (В.В. Рубцов, И.А. Баева). «Психологическая безопасность образовательной среды определяет динамическое равновесие между человеком и социальной средой в сторону повышения психического здоровья личности и ее психосоциального благополучия» [цит. по 13, с. 2].

С точки зрения И.А. Баевой, под психологической безопасностью образовательной среды понимается среда, «свободная от психологического насилия». Именно такая среда будет способ-

ствовать удовлетворению потребности в личностно-доверительном общении всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, их родителей (законных представителей), административных и педагогических работников), что создает условия для развития референтной (лично-относительно-значимой) среды и сохранения психического и психологического здоровья включенных в нее участников [4, с. 12]. И.А. Бaeвой была разработана методика «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды школы», направленная на изучение психологической безопасности образовательной среды школы и изучение психологической характеристики образовательной среды школы в оценках субъектов учебно-воспитательного процесса (учащихся 7–11 классов, их родителей (законных представителей), педагогов) [3, с. 187].

О.А. Елисеева выявила, 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 [13, с. 26]. Психологическая безопасность является условием формирования психологического благополучия школьников (Грачев, 1998) [цит. по 2, с. 21].

Психологическая экспертиза (оценка) комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций является одной из трудовых функций педагога-психолога (психолога в сфере образования). Диагностика условий образовательной среды и степени их влияния на психическое и психологическое здоровье субъектов образовательных отношений является главной задачей психолого-педагогической экспертной деятельности в системе образования (И.Б. Умняшова, Ф.С. Сафуанов) [26]. При этом анализу должны подвергаться как непосредственно особенности образовательной среды (пространственно-предметные и психодидактические компоненты, направленность образовательной организации, особенности психологической атмосферы, создаваемые условия и ресурсы, применяемые для их обеспечения), так и особенности применяемых в учебно-воспитательном процессе психолого-педагогических технологий, обеспечивающих ситуацию развития и психологической безопасности всех обучающихся, в том числе качество методического обеспечения образовательной деятельности [там же].

А.М. Прихожан была предложена программа изучения образовательной среды в контексте психологического благополучия личности школьников [21, с. 24–25]. Ученым были выделены следующие 5 показателей эффективности образовательной среды:

- стиль педагогического общения;
- ожидания учителя в отношении учащихся;
- психологический климат класса и школы;
- характеристики выраженности оценочного компонента образовательной среды («оценочная напряженность»);
- эмоциональное самочувствие.

А.М. Прихожан был сформулирован перечень диагностического инструментария, позволяющий исследовать указанные выше показатели эффективности образовательной среды и их влияние на психологическое благополучие обучающихся [там же].

Помимо среды образовательной организации на ребенка также оказывают влияние и другие социальные институты: семейное окружение, референтная группа сверстников, с которыми ребенок общается очно или в социальных сетях, средства массовой информации и многое другое. Б. Настази предложила рассматривать психологическое благополучие школьников в контексте влияния на его формирование и поддержание индивидуальных и социокультурных факторов [цит. по 2, с. 26–27].

К индивидуальным факторам относятся:

- социально значимые компетенции (академические, физические и т.д.),
- социально-психологические ресурсы (способствующие эффективной адаптации и коммуникации),
- персональная уязвимость (индивидуальные риски ребенка, связанные с его историей развития).

Группу социокультурных факторов составляют:

- социокультурные особенности сообществ, в которые включен ребенок, агенты социализации (родители, учителя, сверстники, СМИ),
- социально-культурные стрессоры (насилие, бедность, конфликты и т.д.),

— особенности культурных норм взаимодействия и формы приобретения социального опыта.

Ученым была разработана диагностическая методика (адаптирована в Самарском филиале МГПУ), направленная на анализ субъективного восприятия психологического благополучия младшими школьниками и подростками, позволяющая, в том числе, определить, как испытуемый воспринимает свои отношения с различными важными для него агентами социализации — как положительные (поддерживающие), амбивалентные или отрицательные (стрессовые) [2].

Проведенный анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников еще раз подчеркнул разнообразие как в трактовке самого термина «психологическое благополучие», так и в способах его оценки. Наиболее теоретическими обоснованными являются следующие варианты оценки психологического благополучия личности:

- оценка субъективного ощущения, переживания психологического благополучия;
- диагностика психологического здоровья как важного условия психологического благополучия школьника;
- оценка уровня саморазвития и стремления к самоактуализации у обучающихся (актуально начиная с подросткового возраста);
- оценка особенностей когнитивной сферы школьников, прежде всего — оптимистического стиля мышления и способности к рефлексивной деятельности;
- диагностика особенностей социальной ситуации развития и среды обитания ребенка, прежде всего, семейной ситуации развития и психологической безопасности образовательной организации.

Литература

1. Астанина Н.Б. Вера в справедливый мир как коррелят психологического благополучия подростков [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2016. Том 5. № 4. С. 26–38. doi: 10.17759/psyclin.2016050402.
2. Ахрямкина Т.А., Чаус И.Н. Психологическое благополучие учащихся в образовательной среде: Монография. Самара: СФ ГБОУ ВПО МГПУ, 2012. 104 с.
3. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. СПб: СОЮЗ, 2002. 271 с.
4. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды как ресурс психического здоровья субъектов образования // Психологическая наука и образование. 2012. № 4. С. 11–17.
5. Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: Сборник статей / Сост.: Ю.В. Братчикова. Екатеринбург, 2013. С. 30–35.
6. Бессонова Ю.В., Броневицкий Г.Г. Психологическое благополучие у представителей опасных профессий // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М.И. Воловикова, А.Л. Журавлев, Н.Е. Харламенкова. М., 2016. С. 327–351.
7. Водяха С.А. Особенности психологического благополучия старшеклассников // Психологическая наука и образование. 2013. № 6. С. 114–120.
8. Водяха С.А. Психологическое благополучие учащихся // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: Сборник статей / Сост.: Ю.В. Братчикова. Екатеринбург, 2013. С. 5–11.
9. Воронина А.В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Томск, 2002. 24 с.
10. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Диагностика оптимизма: разработка детского опросника оптимистического стиля объяснения успехов и неудач [Электронный ресурс] // Культурно-историческая психология. 2017. Том. 13. № 2. С. 50–60. doi:10.17759/chp.2017130206.
11. Дмитриева Н.С. Домашняя среда и психологическое благополучие подростков // Вестник Университета (Государственный университет управления). 2014. № 17. С. 292–299.
12. Дубровина И.В. Психологическое благополучие школьников в системе современного образования: Учебное пособие. СПб, 2016. 180 с.

13. *Елисеева О.А.* Субъективное благополучие подростков и психологическая безопасность образовательной среды [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2011. № 3. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n3/47424.shtml (дата обращения: 29.03.2019).
14. *Зотова О.Ю.* Психологическое благополучие личности: Монография. Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2017. 312 с.
15. *Идобаева О.А., Подольский А.И.* Психологическое благополучие современных подростков: актуальный уровень и пути его повышения: Монография. М.: Эко-Пресс, 2012. 200 с.
16. *Лебедева О.В.* Проблема соотношения понятий «психическое здоровье» и «психологическое здоровье» в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. 2013. № 3 (1). С. 33–37.
17. Методические рекомендации (памятка) психологам образовательных учреждений по выявлению и предупреждению суицидального поведения среди несовершеннолетних / Банников Г.С. [и др.]. М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2013. 40 с.
18. *Михайлина М.Ю., Нелюбова Я.К.* Диагностика эмоционального благополучия школьников: профилактическая работа с семьями в социально опасном положении: Учебно-методическое пособие. Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2017. 64 с.
19. *Падун М.А., Климова Л.А.* Регуляция эмоций и психологическое благополучие // Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества / Отв. ред. А.Л. Журавлев, М.И. Воловикова, Т.В. Галкина. М.: Институт психологии РАН, 2014. С. 242–256.
20. *Пергаменщик Л.А., Новак Н.Г.* Социально-психологические условия психологического благополучия личности, пережившей кризисное событие [Электронный ресурс] // Социальная психология и общество. 2015. Том 6. № 4. С. 161–169. doi:10.17759/sps.2015060412.
21. *Прихожан А.М.* Разработка модели психологического благополучия подростков и юношей // Психология и школа. 2010. № 2. С. 3–28.
22. *Пуговкина О.Д., Шильникова З.Н.* Концепция mindfulness (осознанность): неспецифический фактор психологического благополучия [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2014. Том 3. № 2. С. 18–28. URL: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n2/70100.shtml> (дата обращения: 04.04.2019).
23. *Силина О.В.* Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2016. Том 5. № 3. С. 116–129. doi:10.17759/crpe.2016050308.
24. *Смирнова Е.О.* К проблеме воли и произвольности в культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2015. Том 11. № 3. С. 9–15. doi: 10.17759/chp.2015110302.
25. *Умняшова И.Б.* Психолого-педагогическая экспертиза в системе образования: реальное состояние и перспективы развития // Современная реальность в социально-психологическом контексте: Сборник научных материалов / Под науч. ред. А.А. Белобрыкиной, М.И. Кошеновой. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2018. С. 180–187.
26. *Умняшова И.Б., Сафуанов Ф.С.* Модель психолого-педагогической экспертизы в системе образования [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2017. Том 22. № 4. С. 75–83. doi:10.17759/pse.2017220411.
27. *Хухлаева О.В.* Психологическое здоровье учащихся как цель работы школьной психологической службы // Школьный психолог. 2007. № 14.
28. *Якимова Т.В., Бондаренко Я.А.* Осведомленность в истории своей семьи как фактор психологического благополучия [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2014. Том 6. № 4. С. 93–105. doi:10.17759/psyedu.2014060409.

Analysis of Approaches to the Assessment of Psychological Well-Being of Students

Umnyashova I.B.,

Ph. D. (Psychology), Associate Professor of the Department of Pedagogical Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, umnjashovaib@mgppu.ru

The psychological well-being is an essential condition of development and socialization of students. There are several approaches to understanding and assessing psychological well-being of children and teenagers. The psychological well-being of school children is considered by researchers as subjective feeling satisfaction of life or as a condition of psychological health. Multiple-factor models of psychological well-being (M. Yagoda, K. Riff, Yu.V. Bessonova, A.M. Prikhozhan) indicate the connection of psychological well-being with physiological and socio-psychological characteristics of the personality, which are the basis for self-realization of a person. To develop a program of psychological and pedagogical support aimed at strengthening the psychological well-being of school children, it is relevant to assess the emotional sphere (anxiety, depression, etc.), the cognitive sphere (optimism, reflective abilities), as well as the diagnosis of the characteristics of the social situation of development and the environment child, especially the family development situation and psychological safety of the educational organization.

Keywords: *psychological well-being of school students, assessment of psychological well-being, psychology and pedagogical examination.*

References

1. Astanina N.B. Vera v spravedlivyi mir kak korrelyat psikhologicheskogo blagopoluchiya podrostkov [Belief in a Just World and Mental Well-Being in Male Juvenile Offenders] [Elektronnyi resurs]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education], 2017. Vol. 6, no. 4, pp. 19–32. doi:10.17759/cpse.2017060402. (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Akhryamkina T.A., Chaus I.N. Psikhologicheskoe blagopoluchie uchashchikhsya v obrazovatel'noy srede: Monografiya [Psychological well-being of pupils in the educational environment. Monograph]. Samara: SF MGPU Publ., 2012. 104 p.
3. Baeva I.A. Psikhologicheskaya bezopasnost' v obrazovanii: Monografiya [Psychological safety in education. Monograph]. Saint-Petersburg: SOYUZ, 2002. 271 p.
4. Baeva I.A. Psikhologicheskaya bezopasnost' obrazovatel'noi sredy kak resurs psikhicheskogo zdorov'ya sub"ektov obrazovaniya [Psychological safety of the educational environment as resource of mental health of subjects of education]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2012, no. 4, pp. 11–17. (In Russ., abstr. in Engl.).
5. Bessonova Yu.V., Bronevitskiy G.G. Psikhologicheskoe blagopoluchie u predstavitelei opasnykh professii [Psychological well-being at representatives of dangerous professions]. In M.I. Volovikova, A.L. Zhuravlev, N.E. Kharlamenkova (eds.). *Psikhologicheskie issledovaniya lichnosti: istoriya, sovremennoe sostoyanie, perspektivy* [Psychological researches of the personality: history, current state, prospects]. Moscow, 2016, pp. 327–351.
6. Bessonova Yu.V. O strukture psikhologicheskogo blagopoluchiya [About structure of psychological well-being]. In Yu.V. Bratchikova (eds.). *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve: Sbornik statei* [Psychological well-being of the personality in modern educational space]. Ekaterinburg, 2013, pp. 30–35.

7. Vodyakha S.A. Osobennosti psikhologicheskogo blagopoluchiya starsheklassnikov [Features of psychological well-being of upper-form pupils]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological Science and Education]*, 2013, no. 6, pp. 114–120. (In Russ., abstr. in Engl.).
8. Vodyakha S.A. Psikhologicheskoe blagopoluchie uchashhihsya [Psychological well-being of pupils]. In Yu.V Bratchikova (eds.). *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve: Sbornik statei [Psychological well-being of the personality in modern educational space]*. Ekaterinburg, 2013, pp. 5–11.
9. Voronina A.V. Otsenka psikhologicheskogo blagopoluchiya shkol'nikov v sisteme profilakticheskoi i korrektsionnoi raboty psikhologicheskoi sluzhby. Avtopef. diss. ... kand. psikhol. nauk [Assessment of psychological well-being of school students in the system of scheduled and correctional maintenance of psychological service. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Tomsk, 2002. 24 p.
10. Gordeeva T.O., Sychev O.A., Osin E.N. Diagnostika optimizma: razrabotka detskogo oprosnika optimisticheskogo stilya ob'yasneniya uspekhov i neudach [Evaluating Optimism: Developing Children's Version of Optimistic Attributional Style Questionnaire] [Elektronnyi resurs]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2017. Vol. 13, no. 2, pp. 50–60. doi:10.17759/chp.2017130206. (In Russ., abstr. in Engl.).
11. Dmitrieva N.S. Domashnyaya sreda i psikhologicheskoe blagopoluchie podrostkov [The Home Environment and Psychological Well-being of Adolescents]. *Vestnik Universiteta (Gosudarstvennyi universitet upravleniya) [Bulletin of the University (State University of Management)]*, 2014, no. 17, pp. 292–299.
12. Dubrovina I.V. Psikhologicheskoe blagopoluchie shkol'nikov v sisteme sovremennogo obrazovaniya: Uchebnoe posobie [Psychological well-being of school students in the system of modern education]. Saint-Petersburg, 2016. 180 p.
13. Eliseeva O.A. Sub"ektivnoe blagopoluchie podrostkov i psikhologicheskaya bezopasnost' obrazovatel'noi sredy [Subjective well-being of teenagers and psychological safety of the educational environment] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya [Psychological-Educational Studies]*, 2011, no. 3. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n3/47424.shtml (Accessed 29.03.2019).
14. Zotova O.Yu. Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti: Monografiya [Psychological well-being of the personality. Monograph]. Ekaterinburg: Gumanitarnyi universitet Publ., 2017. 312 p.
15. Idobaeva O.A., Podol'skiy A.I. Psikhologicheskoe blagopoluchie sovremennykh podrostkov: aktual'nyy uroven' i puti ego povysheniya: Monografiya [Psychological well-being of modern teenagers: relevant level and ways of its increase. Monograph]. Moscow: Eko-Press, 2012. 200 p.
16. Lebedeva O.V. Problema sootnosheniya ponyatiya "psikhicheskoe zdorov"e" i "psikhologicheskoe zdorov"e" v otechestvennoi i zarubezhnoi psikhologo-pedagogicheskoi literature [Problem of a ratio of the concepts "mental health" and "psychological health" of domestic and foreign psychology and pedagogical literature]. *Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N.I. Lobachevskogo [Bulletin of the Nizhny Novgorod University named after N.I. Lobachevsky]*, 2013, no. 3 (1), pp. 33–37.
17. Bannikov G.S. et al. Metodicheskie rekomendatsii (pamyatka) psikhologam obrazovatel'nykh uchrezhdeniyi po vyyavleniyu i preduprezhdeniyu suitsidal'nogo povedeniya sredi nesovershennol-etnikh [Methodical recommendations (instruction) to psychologists of educational institutions on identification and prevention of suicide behavior among minors]. Moscow: GBOU VPO MGPPU Publ., 2013. 40 p.
18. Mikhaylina M.Yu., Nelyubova Ya.K. Diagnostika emotsional'nogo blagopoluchiya shkol'nikov: profilakticheskaya rabota s sem'yami v social'no opasnom polozhenii: Uchebno-metodicheskoe posobie [Diagnostics of emotional well-being of school students: scheduled maintenance with families in socially dangerous situation]. Saratov: GAU DPO "SOIRO" Publ., 2017. 64 p.
19. Padun M.A., Klimova L.A. Regulyatsiya emocii i psikhologicheskoe blagopoluchie [Regulation of emotions and psychological well-being]. In A.L. Zhuravlev, M.I. Volovikova, T.V. Galkina (eds.). *Psikhologicheskoe zdorov'e lichnosti i dukhovno-nravstvennyye problemy sovremennogo rossiiskogo obshchestva [Psychological health of the personality and spiritual and moral problems of modern Russian society]*. Moscow: Institut psikhologii RAN Publ., 2014, pp. 242–256.

20. Pergamenschchik L.A., Novak N.G. Sotsial'no-psikhologicheskie usloviya psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti, perezhivshei krizisnoe sobytie [Social Psychological Conditions of Psychological Well-Being in Individuals Who Have Experienced Critical Events] [Elektronnyi resurs]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo* [Social Psychology and Society], 2015. Vol. 6, no. 4, pp. 161–169. doi:10.17759/sps.2015060412. (In Russ., abstr. in Engl.).
21. Prikhozhan A.M. Razrabotka modeli psikhologicheskogo blagopoluchiya podrostkov i yunoshei [Development of model of psychological well-being of teenagers and young men]. *Psikhologiya i shkola* [Psychology and School], 2010, no. 2, pp. 3–28.
22. Pugovkina O.D., Shil'nikova Z.N. Kontseptsiya mindfulness (osoznannost'): nespetsificheskiy faktor psikhologicheskogo blagopoluchiya [The concept of mindfulness: nonspecific factor of psychological well-being] [Elektronnyi resurs]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya* [Journal of Modern Foreign Psychology], 2014. Vol. 3, no. 2. pp. 18–28. (In Russ., abstr. in Engl.). URL: <http://psyjournals.ru/jmfp/2014/n2/70100.shtml> (Accessed 04.04.2019).
23. Silina O.V. Granitsy Ya i psikhologicheskoe blagopoluchie detey 2–10 let [The “I” Boundaries and the Psychological Well-Being of Children Aged 2–10 Years Old] [Elektronnyi resurs]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education], 2016. Vol. 5, no. 3, pp. 116–129. doi:10.17759/cpse.2016050308. (In Russ., abstr. in Engl.).
24. Smirnova E.O. K probleme voli i proizvol'nosti v kul'turno-istoricheskoi psikhologii [On the Problem of Will and Self-Regulation in Cultural-Historical Psychology] [Elektronnyi resurs]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2015. Vol. 11, no. 3, pp. 9–15. doi:10.17759/chp.2015110302. (In Russ., abstr. in Engl.).
25. Umnyashova I.B. Psikhologo-pedagogicheskaya ekspertiza v sisteme obrazovaniya: real'noe sostoyanie i perspektivy razvitiya [Psychology and pedagogical examination in an education system: real state and prospects of development]. In O.A. Belobrykina, M.I. Koshenova (eds). *Sovremennaya real'nost' v sotsial'no-psikhologicheskom kontekste: Sbornik nauchnykh materialov* [Modern reality in a social and psychological context]. Novosibirsk: NGPU Publ., 2018, pp. 180–187.
26. Umnyashova I.B., Safuanov F.S. Model' psikhologo-pedagogicheskoi ekspertizy v sisteme obrazovaniya [A Model of Psychological and Pedagogical Evaluation in the System of Education] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2017. Vol. 22, no. 4, pp. 75–84. doi:10.17759/pse.2017220411. (In Russ., abstr. in Engl.).
27. Khukhlaeva O.V. Psikhologicheskoe zdorov'e uchashchikhsya kak tsel' raboty shkol'noi psikhologicheskoi sluzhby [Psychological health of pupils as purpose of work of school psychological service]. *Shkol'nyi psikholog* [School Psychologist], 2007, no. 14.
28. Yakimova T.V., Bondarenko Y.A. Osvedomlennost' v istorii svoei sem'i kak faktor psikhologicheskogo blagopoluchiya [Awareness of the Family History as a Factor in Psychological Well-being in Adolescence] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2014. Vol. 6, no. 4, pp. 93–105. doi:10.17759/psyedu.2014060409. (In Russ., abstr. in Engl.).