

**Связь субъективного благополучия и выраженности переживания
психологических проблем у старших подростков**

Научный руководитель – Алексеева Полина Степановна

Захарова Илона Васильевна

Студент (бакалавр)

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, Институт
психологии, Якутск, Россия

E-mail: ilizi17@mail.ru

Субъективное благополучие подростков находится в числе тех психологических особенностей, которые занимают центральное место в самосознании и субъективном мире человека, тесно связаны с понятием психического здоровья личности. Субъективное благополучие подростков оказывает влияние на различные параметры их психического состояния, настроение, самоотношение, успешность учебной деятельности, эффективность межличностного взаимодействия, толерантность, коммуникативные характеристики. В связи со стремительным повышением количества и разнообразия рисков, содержащихся в социальной среде, подросток довольно часто находится в ситуации, предъявляющей повышенные требования к его способности: противостоять различным негативным влияниям и угрожающей его субъективному благополучию.

Данное исследование сфокусировано на изучении психологических проблем и оценки субъективного благополучия подростков и может позволить увидеть, как общие, так и специфические переживания в различных сферах жизни, а также взаимосвязи выраженности переживания психологических проблем и уровнем субъективного благополучия.

Для изучения выраженности психологических проблем и их связи с субъективной оценкой благополучия были использованы следующие методики: «Психологические проблемы подростков» в контексте цифровизации (Л. А. Регуш, А. В. Орлова, Ю. С. Пежемская) и «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко). В исследовании участвовало 145 старшеклассников, средний возраст - 16,8 лет.

Наиболее высокий ранг занимают проблемы, связанные с общественной и личной безопасностью (проблемы, связанные с развитием общества). Как тенденцию сдвига на более высокие позиции можно рассматривать переживание проблем идентичности и общения со сверстниками. Характерными остаются проблемы, связанные с учебой и с переживаниями в отношении будущего и взаимоотношений с родителями (проблемы, связанные с родительским домом). Данные, полученные нами, в целом, не расходятся с результатами полученными авторами методики «Психологические проблемы подростков [3,4].

Высокий уровень субъективного благополучия констатировано у 31% респондентов что говорит о том, что у подростков выражена способность иметь доверительные отношения с другими, самостоятельно регулировать собственное поведение, управлять окружением, самореализовываться, чувствовать направленность своей жизни, позитивно относиться к себе.

В 9% случаев у респондентов наблюдается умеренный уровень субъективного благополучия, который связан с отсутствием серьезных эмоциональных проблем. У 60% респондентов показатель субъективного благополучия оказался ниже среднего, т.е. свидетельствующий о наличии состояния субъективного неблагополучия: проблема с доверительными отношениями в окружающем мире, ему сложно быть открытым, проявлять теплоту и заботиться о других; в межличностных взаимоотношениях и т.д.

Анализ результатов показывает наличие связи, на уровне высокой статистической значимости ($p \leq 0,01$), между низким уровнем благополучия в положительных отношениях с другими, управления окружением, целью в жизни, самопринятия и выраженностью переживания сложности с учёбой, с будущим, проблем финансового (материального) благополучия. Этот факт можно оценивать как сложности в формировании учебной деятельности, как ведущего вида деятельности и перспективы жизненного пути связаны с ключевым компонентом благополучия личности и свидетельствуют о том, что старшим подросткам, принявшим участие в нашем исследовании, характерен низкий уровень самопонимания, склонность негативно оценивать свои действия и ценность бытия.

Подростки с выраженным уровнем переживания становления идентичности и общения со сверстниками на уровне статистически достоверной связи ($p \leq 0,05$) показывают более низкий уровень по всем шкалам субъективного благополучия, а для подростков с проблемами, связанными с интернетом, с общественной и личной безопасностью существуют сложности в управлении окружением.

Таким образом, результаты исследования показывают, что существует взаимосвязь между выраженностью психологических проблем и уровнем субъективного благополучия. Чем выше выраженность переживания психологических проблем, тем ниже уровень субъективного благополучия у подростков.

Источники и литература

- 1) Акбашева Р.С. Проблема психологических особенностей формирования поведения подростков в системе школьного образования – Журнал: Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта, 2021 – №8 – С. 410-413
- 2) Бостанова С. Н, Урусова А. М. Психологические особенности подростков и стрессоустойчивость – Журнал: Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта, 2022 – №5 – С. 583-588
- 3) Регуш Л.А., Орлова А.В., Пежемская Ю.С. Модификация методики "Психологические проблемы подростков" в контексте цифровизации – Журнал: Герценовские чтения: психологические исследования в образовании, 2022 – №5 – С. 337-348
- 4) Регуш Л.А., Алексеева Е.В., Веретина О.Р., Орлова А.В., Пежемская Ю.С. Интернет как ресурс совладания с психологическими проблемами у подростков и молодежи – Журнал: Психология человека в образовании, 2021 – №2 – С. 196-207
- 5) Цветков В.В. Субъективная оценка зрелости у подростков с разным уровнем психологического благополучия – Журнал: Герценовские чтения: психологические исследования в образовании, 2019 – №2 – С. 724-731
- 6) Чепрасова Элла М. Взаимосвязь субъективного благополучия и рефлексии в подростковом и юношеском возрасте – Журнал: Северо Кавказский психологический вестник, 2018 – №16/2 – С. 13-21