

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ И  
ЮНОШЕЙ**

АВТОРЕФЕРАТ

4 курса 441 группы

Направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

СТЕБЛОВСКОЙ ОЛЬГИ АНАТОЛЬЕВНЫ

Научный руководитель  
к.психол.н., доцент

  
подпись, дата

А.А. Голованова

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов  
2020

## **Введение**

**Актуальность темы исследования.** Вопрос о влиянии социально-психологических факторов на психологическое благополучие подростков и юношей является достаточно популярным в исследованиях психологов. Многие в жизни современных молодых людей может оказывать влияние на состояние их психологического благополучия. Оно определяет естественное стремление человека к внутреннему спокойствию, счастью и реализации своих потенциалов. Актуальность исследования состоит в необходимости получения дополнительных сведений о социально-психологических факторах психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте, так как на данный момент роль факторов психологического благополучия является не достаточно изученной.

**Степень научной разработанности.** Важным вкладом в проблему понимания феномена психологического благополучия являются работы Э. Динера, К. Рифф, А. Ватермана, Р. Эммонса, Э. Деси и Р. Райана и др. Современная психология не располагает общепринятым научным определением категории «психологическое благополучие личности», несмотря на широкую распространенность термина в научной и научно-популярной литературе. Этот термин часто не дифференцируется от целого ряда близких по своему значению терминов: «психическое здоровье» (А.М. Громбах, Б.С. Братусь, А.Ш. Тхостов, В.В. Лебединский, Б.Д. Карвасарский, Н.Д. Лакосина, Г.К. Ушаков и др.), «психологическое здоровье» (И.В. Дубровина, В.И. Слободчиков, А.В. Шувалов и др.), «внутренняя картина здоровья, болезни» (Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц, В.Е. Каган, Д.Н. Исаев и др.), «субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью» (Л.В. Куликов), «качество жизни» (А. Кемпбелл, М. Сирги, Г. Самли, А. Мидоу, Г.В. Бурковский, Е.В. Левченко, А.М. Беркман и др.).

**Целью** данной выпускной квалификационной работы является изучение социально-психологических факторов психологического

благополучия, влияющие на развитие личности в подростковом и юношеском возрасте.

**Объектом исследования** является феномен психологического благополучия в разных возрастных группах.

**Предмет исследования** – социально-психологические факторы психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте.

**Гипотеза исследования:** Существует ряд социально-психологических факторов, которые положительно либо отрицательно взаимосвязаны с психологическим благополучием подростков и юношей.

**Для достижения указанной цели поставлены и решены следующие задачи:**

1. Провести анализ научных источников по исследованиям социально - психологических факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте;

2. В процессе эмпирического исследования выявить особенности факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте.

3. Исследовать взаимосвязь психологического благополучия и социально-психологических особенностей личности в подростковом и юношеском возрасте, а так определить их уровень психологического благополучия.

4. Разработать психолого-педагогические рекомендации по поддержанию психологического благополучия у подростков и юношей.

**Практическая значимость исследования.** Материалы исследования могут быть использованы для создания новых методик психологической диагностики факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа бакалавра состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы и приложения. В первой главе рассматриваются теоретические подходы к проблеме изучения факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте. Вторая глава посвящена анализу результатов эмпирического исследования взаимосвязи социально-психологических факторов с психологическим благополучием в подростковом и юношеском возрасте. Заключение содержит обобщение и выводы по результатам исследования. Список литературы включает 38 источников. В приложении представлены результаты статистической обработки эмпирических данных.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

**Первая глава «Теоретические подходы к проблеме изучения факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте»** позволила провести теоретическое исследование по нескольким направлениям.

Понятие психологического благополучия является объектом изучения ученых-психологов совсем недавно, впрочем, на сегодняшний день уже существует целый ряд разработок по данной проблеме, причем как зарубежных, так и отечественных.

Понятие «психологическое благополучие» сравнивают со многими близкими, но не тождественными по собственному значению понятиями.

Психологическое благополучие определяется при помощи позитивных аспектов функционирования личности, а также отображает переживание человеком нескольких аспектов бытия.

Все подходы в изучении явления психологического благополучия можно разделить на несколько групп, а именно:

- группа, которая рассматривает психологическое благополучие, как два основных течения – гедонистическое и эвдемонистическое;
- группа, которая рассматривает психологическое благополучие на основании изучения проблемы позитивного психологического функционирования личности;
- группа, которая рассматривает психологическое благополучие с точки зрения психофизиологической сохранности функций;
- группа, которая рассматривает психологическое благополучие, как целостное переживание .

Благополучие личности состоит из нескольких компонентов :

- социальное благополучие;
- материальное благополучие;
- духовное благополучие;
- физическое благополучие;
- психологическое благополучие.

Факторы, влияющие на психологическое благополучие:

- социальные факторы;
- физические факторы;
- интеллектуальный фактор;
- профессиональные успехи;
- эмоциональный фактор;
- духовный фактор.

Подростковый возраст можно определить, как период в жизни человека, который характеризуется перестройкой социальной активности, и сопровождается, в свою очередь очень сильными изменениями в различных сферах жизни ребенка.

Самая ключевая особенность этого периода заключается в зарождающемся чувстве взрослости. Такая особенность выражается, прежде

всего, в том, что уровень притязаний человека сильно превосходит его будущее положение, которого, как правило, он еще не достиг.

Подростковый или переходный возраст считается периодом «нормативного кризиса». В этот период осуществляется усиление внутриличностных конфликтов. Именно на этом этапе у подростка и образуется чувство идентичности.

Юношеский возраст характеризуется как период достижения нового уровня внутреннего развития позиции, самопознания, саморазвития, так же в этом возрасте достаточно активно формируется и развивается личность, начинает строиться полная картина мира, происходит прогнозирование своего места в мире, построение своих планов на будущее и способы их осуществления.

Так же в этом возрасте происходит усиления самоконтроля, развития интеллекта, самоуправления, открытие внутреннего мира, возникновение устойчивого самосознания и стабильного образа «Я».

Таким образом, можно сделать вывод, что подростковый и юношеский периоды – это переход от детства к взрослости, в процессе которых переплетаются противоречивые тенденции. Для этих периодов жизни характерны, как положительные проявления, так и негативные.

**Во второй главе – «Эмпирическое изучение социально-психологических факторов психологического благополучия в подростковом и юношеском возрасте»** мы рассмотрели организацию и краткую характеристику методов исследования, а так же провели анализ и интерпретацию результатов исследования. Для изучения социально-психологических факторов психологического благополучия все испытуемые были разделены на 2 группы.. Всего в исследовании приняли участие 100 респондентов в возрасте от 15 до 22 лет, в том числе 53 юноши и 47 девушек.

- группа А – включала 50 респондентов подросткового возраста (учеников 9-11 классов МОУ СОШ №55);
- группа Б – состояла из 50 испытуемых юношеского возраста (студентов 1-2 курса, обучающихся в СГУ им. Чернышевского).

Была проведена статистическая обработка полученных данных, которая осуществлялась методами вариационной статистики и корреляционного анализа. Математический анализ включал вычисление показателя достоверности различий по критерию Манна-Уитни. Для выявления статистической связи между полученными данными проводился корреляционный анализ с определением коэффициента корреляции Пирсона. Наряду с этим для большей объективизации полученных результатов применялся индивидуальный анализ полученных данных.

Таким образом, с целью изучения социально-психологических факторов психологического благополучия подростков и юношей было организовано эмпирическое исследование. Исследование проводилось в несколько этапов, каждый из которых был взаимосвязан с предыдущими и последующими. Проведенное исследование выявило ряд закономерностей. С помощью коэффициента корреляции были выделены «универсальные» показатели, которые не зависят от возраста и были выявлены как у подростков, так и у юношей. И показатели, которые можно назвать «специфическими», так как они характерны для конкретного возраста.

В ходе проведенного исследования социально-психологических факторов психологического благополучия были получены следующие **результаты.**

Результаты диагностики по опроснику «Шкала психологического благополучия» К. Рифф, показали, что по всем шкалам опросника средний балл в группе *подростков* был в пределах нормы. Что касается общего показателя психологического благополучия, то в группе он составил в среднем 327,75 балла, что соответствует среднему уровню. В группе *юношей*

средний балл по всем шкалам опросника был в пределах нормы. Общий показатель психологического благополучия составил в среднем 352,81 балла, что соответствует среднему уровню (на границе с высоким). Достоверность различий между группами оценивалась с помощью U- критерий Манна-Уитни. Так, по показателям «позитивные отношения» ( $U_{\text{эмп}}=797$ ), «автономия» ( $U_{\text{эмп}}=913,5$ ), «личностный рост» ( $U_{\text{эмп}}=944$ ) и «психологическое благополучие» ( $U_{\text{эмп}}=191$ ) имеются значимые различия.

Результаты диагностики по методике «Детско-родительские отношения подростков» П. Трояновской (ДРОП), показали, что в группе *подростков*, принятие и эмпатия были более выражены со стороны матери, чем отца, причем с отцом была больше эмоциональная дистанция. В группе *юношей* принятие было более выражено со стороны матери, тогда как эмпатия – практически в равной мере со стороны обоих родителей. Эмоциональная дистанция с обоими родителями была сопоставимой, но сотрудничество было в большей степени налажено с матерью.

Результаты диагностики по методике «Исследование восприятия индивидом группы» (Е.В. Залюбовская), показали, что большинство из группы *подростков* воспринимали группу как самостоятельную ценность и испытывали потребность в коллективных формах работы. В группе *юношей*, - что коллективистическое и прагматическое восприятие опрошенными юношами группы выявлялось практически с равной частотой, тогда как индивидуалистическое – значимо реже. Значимых различий между группами не было выявлено.

В результате диагностики по опроснику С.Г. Корчагиной «Одиночество» и по методике диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, было установлено, что чувство одиночества в настоящий момент отсутствует в обеих группах. В группе *юношей* средний балл по тесту составил 11,1, что соответствует низкому



уровню одиночества. Значимых различий между группами не было выявлено.

Анализируя данные полученные с помощью коэффициента корреляции мы можем выделить «универсальные» показатели, которые не зависят от возраста и были выявлены как у подростков, так и у юношей. Таким образом, показатель «психологическое благополучие» коррелирует с отношениями «принятия» у подростков (группа А) ( $r=0,38$ ) и у юношей (группа Б) ( $r=0,28$ ). Так же этот показатель коррелировал с «эмоциональной дистанцией» ( $r=0,27$ ), ( $r=0,28$ ), с родительской стратегией «мониторинг» ( $r=0,27$ ), ( $r=-0,28$ ), с «коллективистической направленностью» ( $r=-0,28$ ), ( $r=-0,29$ ), «одиночеством» ( $r=-0,3$ ), ( $r=-0,28$ ). При этом следует обратить внимание на показатель «мониторинг», который может свидетельствовать о том, чем меньше родители студентов осведомлены о их делах тем выше психологическое благополучие, в то время как у подростков, чем больше их родители интересуются их интересами и делами тем выше психологическое благополучие.

Также были получены данные по двум показателям, которые мы можем назвать «специфическими» так как они характерны для конкретного возраста в данном случае это подростковый и юношеский возраст. В группе А была выявлена взаимосвязь показателей «психологическое благополучие» с «эмпатия» ( $r=0,28$ ), а в группе Б показатель «психологическое благополучие» коррелировал с «требовательность» ( $r=-0,38$ ), что может говорить о том что подростки более психологически благополучны, если родители внимательны к их чувствам, уделяют им достаточно внимания. В случае с юношами, отрицательная корреляция по показателю «требовательность» свидетельствует о том, что с возрастом требовательность со стороны родителей отвергается и вследствие этого уровень психологического благополучия выше.

Из полученных и обработанных нами эмпирических данных можно сделать вывод, что в целом уровень психологического благополучия юношей был выше, чем у подростков. Вероятно, это было связано с более благоприятными детско-родительскими отношениями у юношей, а также - менее глубоким переживанием чувства одиночества и прагматическим восприятием группы. Это предположение подтвердилось результатами корреляционного анализа, с помощью которого были выявлены достоверные взаимосвязи между психологическим благополучием и большинством изучаемых социально-психологических факторов. Следовательно, модифицируя эти факторы, можно увеличить психологическое благополучие лиц подросткового и юношеского возраста.

### **Заключение**

Проведенное исследование говорит нам о том, что психологическое благополучие можно рассматривать как динамичную совокупность психических свойств, которые могут обеспечить возможность полноценного функционирования человека и его нормальное развитие в процессе жизнедеятельности, а также баланс между различными составляющими внутреннего мира человека, поддержание баланса между человеком и окружающей средой.

Под «социально-психологическими факторами» мы понимаем различные стороны бытия человека, в нем слиты многие особенности отношения человека к самому себе и к окружающему миру. В целом, благополучие личности можно складываться из ряда составляющих.

Оно состоит из социального, материального, религиозного, физического и психологического компонентов. Пятый компонент – психологический. Психологическое благополучие – это слаженность психических процессов и функций, а также ощущение целостности и внутреннего равновесия. Более устойчивым психологическое благополучие может быть при полной гармонии личности.

Подростковый возраст мы рассматриваем, как определенный период в жизни человека, который характеризуется перестройкой социальной активности, и сопровождается, в свою очередь очень сильными изменениями в различных сферах жизни ребенка. Данный период считается одним из ключевых критических периодов в жизни абсолютно любого человека.

Про период поздней юности можно сказать, что это период, который характеризуется новым уровнем достижения внутренней позиции, самопознания и саморазвития, активное становление и развитие личности происходит как раз в этом возрасте, прогнозирование своего места в мире и построение образа этого мира, так же планируется свое будущее и способы саморазвития.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что в целом уровень психологического благополучия юношей был выше, чем у подростков. Вероятно, это было связано с более благоприятными детско-родительскими отношениями у юношей, а также менее глубоким переживанием чувства одиночества и прагматическим восприятием группы. Так же проанализировав данные полученные с помощью коэффициента корреляции, мы выделили «универсальные» показатели, которые не зависят от возраста и были выявлены как у подростков, так и у юношей и «специфические» так как они характерны для конкретного возраста в данном случае это подростковый и юношеский возраст.

Гипотеза в результате проведения анализа данных с использованием методик нашла свое подтверждение с помощью описательной статистики, расчета U-критерия Манна Уитни, расчета коэффициента корреляции Пирсона. Психологическое благополучие может быть положительно либо отрицательно связано с рядом социально-психологических факторов.