

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Философский факультет
Кафедра социальной работы

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ В ГЭК

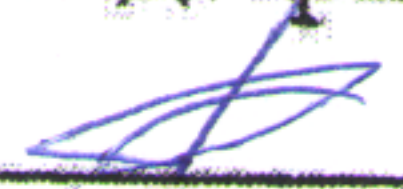
Руководитель ООП
д-р социал. наук, профессор
А.Ю. Рыкун
«22» июня 2020 г.

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА БАКАЛАВРА

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ И ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ
О СЧАСТЬЕ

По основной общеобразовательной программе подготовки бакалавра
направление подготовки 39.03.02 – Социальная работа

Манакова Ксения Руслановна

Руководитель ВКР
канд. филос. наук, доцент
 К. М. Южанинов
подпись

« 15 » июня 2020г.

Студентка группы № 1265
 К. Р. Манакова
подпись

Томск-2020

Министерство образования и науки Российской Федерации
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)
Философский факультет
Кафедра социальной работы

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ООП
Зав. кафедрой социальной работы
д-р социологических наук
А.Ю. Рыкун
«10» марта 2020 г.

ЗАДАНИЕ

по подготовке ВКР

студенту Манаковой Ксении Руслановне группы № 1265

1. Тема ВКР: Удовлетворенность жизнью и представления подростков о счастье

2. Срок сдачи студентом выполненной ВКР:

а) на кафедре «15» июня 2020 г.

б) в ГАК «22» июня 2020 г.

3. Исходные данные к работе:

Проблема: какие факторы влияют на ощущение счастья в подростковом возрасте?

Цель: определить, какие представления о счастье и его факторах существуют у подростков.

Объект работы: субъективное благополучие подростков.

Предмет работы: факторы, влияющие на состояние счастья подростками.

Задачи:

1. Определить индикаторы детского благополучия, неблагополучия, субъективного благополучия подростков.

2. Рассмотреть понятия счастья, удовлетворенности жизнью и их индикаторы.

3. Выявить, какие представления о счастье существуют у подростков.

4. Проанализировать, какие факторы, по мнению подростков, влияют на ощущение счастья и удовлетворенности жизнью

5. Проанализировать уровень субъективной удовлетворенности жизнью и субъективного счастья подростков.

6. Разработать методические рекомендации о том, как сделать подростков счастливыми.

Методы исследования: литературный анализ, анкетирование.

4. Краткое содержание работы:

В данной работе рассматриваются теоретические аспекты благополучия детства и его индикаторов, субъективного благополучия подростков, понятия счастья и удовлетворенности жизни. Также описываются результаты исследования, проведенного в 2020 году в форме анкетирования. В нем приняли участие 200 респондентов: подростки 12-18 лет г. Томска и Томской области. Был отмечен средний уровень субъективной удовлетворенности жизнью и достаточно высокий уровень субъективного ощущения счастья. Среди основных факторов, влияющих на состояния счастья, подростки выделили взаимоотношения с семьей и друзьями, здоровье близких, занятие любимым делом, материальную обеспеченность (иметь еду, одежду, дом, гаджеты и т.д.). Счастье в основном ассоциируется с приятными ощущениями, радостными чувствами, чувствами легкости и невесомости, когда хочется жить.

Национальный исследовательский Томский государственный университет

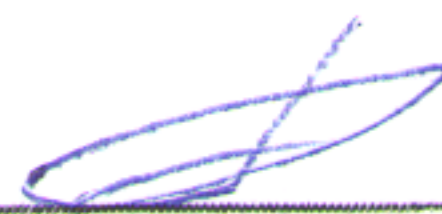
6. Дата выдачи задания «12» марта 2020 г.

Руководитель ВКР

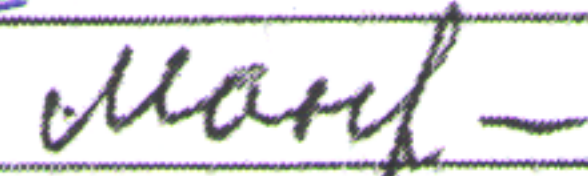
Кандидат философских наук

Задание принял к исполнению

дата, подпись студента



К.М. Южанинов



К.Р. Манакова

15 июня

Аннотация

Данная дипломная работа посвящена проблеме факторов, которые влияют на ощущение счастья подростками по их субъективной оценке. Проблемы семьи и детства в современной России являются одним из приоритетных направлений в Российской Федерации, так как от детей зависит будущее страны, а родители и семья – являются основным субъектом реализации прав и защиты детей.

В работе дается определение понятию «детское благополучие» и «детское неблагополучие» и выделяются индикаторы, такие как материальное благосостояние семьи, взаимоотношения с родителями и со сверстниками, образование, здоровье, рискованное поведение и субъективное благополучие. Каждый из них рассматривается в отдельности и делается анализ уровня детского благополучия в России. Делается вывод, что целесообразнее изучать благополучие, чем неблагополучие.

Особую значимость в определении уровня детского благополучия имеет субъективная оценка детьми факторов благополучия и счастья. В работе рассматриваются социально-психологические и биологические особенности подростков, изучаются их ценностные ориентации с целью наилучшего понимания, что способствует ощущению счастья подростками. Кроме того анализируется из чего состоит субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью и счастье, даются определения данным синонимичным понятиям и разводится их значение. Также определяется, с какими трудностями и стрессами может встречаться подросток.

Дипломная работа содержит результаты исследования, проведенного автором в марте 2020 года, которое проводилось в форме анкетирования подростков 12-18 лет г. Томска и Томской области. В работе анализируются представления подростков о таком понятии, как «счастье», а также выявляются установки подростков в отношении данного явления. Выявляются, систематизируются и обобщаются факторы, которые в большей или меньшей степени способствуют ощущению счастья и несчастья подростками по их субъективной оценке. Выявляются актуальные проблемы, с которыми сталкиваются подростки в своей жизнедеятельности. Также приводятся результаты психодиагностического исследования по двум методикам, которые нацелены на определение уровня субъективной удовлетворенности жизнью и ощущения счастья подростками.

Содержание

Введение.....	3
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ, СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ.....	9
1.1 Детское благополучие	9
1.1.1 Понятие детского благополучия и меры по его обеспечению в России	9
1.1.2 Индикаторы детского благополучия.....	13
1.2 Детское неблагополучие.....	20
1.2.1 Понятие детского и семейного неблагополучия, основные критерии	20
1.2.2 Семья как основной субъект обеспечения благополучной жизни детей и как фактор риска детского неблагополучия.....	24
1.3 Субъективное благополучие подростков.....	28
1.3.1 Понятие субъективного благополучия подростков: возрастные особенности подростков и критерии субъективного благополучия.....	28
1.3.2 Понятие удовлетворенности жизнью подростками, основные факторы	33
1.3.3 Счастье и его факторы для подростков.....	35
1.3.4 Негативные эмоции подростков.....	38
2 АНАЛИЗ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ О СЧАСТЬЕ И ЕГО ФАКТОРАХ.....	41
2.1 Анализ представлений подростков о понятии «счастье», ассоциаций с данным понятием и социальных установок	41
2.2 Анализ факторов, которые, по мнению подростков, влияют на их ощущение счастья. ...	47
2.3 Анализ факторов, которые делают подростков несчастными по их субъективной оценке	56
2.4 Анализ уровня субъективной удовлетворенности жизнью и субъективного счастья.....	62
Заключение	65
Список использованной литературы.....	68
Приложение А. Программа исследования	73
Приложение Б. Инструментарий.....	79
Приложение В. Статистические результаты анкетирования.....	85

Введение

Жизнь человека начинается с детства, именно в этот период формируются основные ценности человека, характер, установки. Дети являются самой большой ценностью для современного общества, так как за ними стоит наше будущее, будущее общества и всей планеты. Существует много законодательных нормативных документов, в которых прописаны все основные принципы и ценности в отношении детей, их права и обязанности. Самая главная задача общества – это защищать детей и создавать условия для благополучного детства, чтобы ребенок имел возможности и условия для всестороннего развития и самореализации. Все самое основное, что необходимо для реализации этой задачи, прописано в международном документе - Конвенции о правах ребенка. В преамбуле задается установка для всех государств-участников, что «для полного и гармоничного развития личности ребенка необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания»¹.

Развитие и поддержка института семьи для государства является одной из приоритетных задач, ведь семья – это естественная среда формирования личности ребенка, его социализации. Для ребенка семья – это микро модель всего общества. Поэтому в первую очередь важно благополучие семьи, родителей, ведь именно они создают атмосферу для ребенка либо благополучную, либо неблагополучную.

Зачастую в семьях не все так благополучно, как хотелось бы, как должно быть. Дети могут подвергаться жестокому обращению в форме физического, психологического или сексуального насилия. Такие условия, в которых отсутствует комфорт, лишают ребенка равных с остальными прав, свобод и возможностей для всестороннего развития, успешной адаптации в социуме, что в свою очередь влияет на всю дальнейшую жизнь. Как всем известно, детские травмы, обиды зачастую являются преградой для личностного и профессионального роста человека.

Благополучие ребенка складывается из разных факторов, которые все между собой взаимосвязаны. Например, материальное благосостояние, от которого зависит удовлетворение ребенком разных потребностей. Личные взаимоотношения в семье и со сверстниками, так как человек – существо социальное, которому важно относиться к определенной социальной группе и иметь в обществе связи и крепкие взаимоотношения с окружением. Конечно, большое внимание уделяется состоянию здоровья и защищенности, так как от этих показателей зависит сама жизнь ребенка. Рискованное поведение детей также влияет на их благополучие. К такому относят зависимое поведение

¹ Конвенция о правах ребенка: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990/ преамбула.

(химическая зависимость: от сигарет, алкоголя, психоактивных веществ; нехимическая зависимость: от компьютерных игр, социальных сетей, еды и т.д.). И не менее важным фактором является **субъективное благополучие**, которое подразумевает оценку самими детьми своего состояния, их отношение к тем или иным факторам благополучия, их представления вообще о том, что считается благополучием. Как сказал Д. Леонтьев, самый верный способ узнать, что делает человека счастливым – это спросить у него об этом. Очень важно получать от детей обратную связь, показывать, что их мнение важно и значимо, что их интересы учитываются, а развитие у детей осознанности и способностей к самоанализу будет способствовать более эффективному взаимодействию взрослых и детей. О важности учета интересов детей, их личности и о праве на самовыражение также упоминается в Конвенции о правах ребенка. Субъективное благополучие включает в себя такие категории как субъективная удовлетворенность жизнью, субъективное ощущение счастья и наличие негативных эмоций.

В разных субкультурах (возрастных, профессиональных, демографических) имеются разные критерии и особенности субъективного благополучия. Детство включает в себя последовательные этапы – это перинатальный, новорожденный, младенчество, раннее детство, дошкольное детство, начальный школьный период, пубертатный (подростковый) период. Важно понимать особенности каждого периода. Подростки являются самой специфичной и достаточно уязвимой группой населения из-за того, что этот период в жизни является переходным и одним из самых важным. Это время, когда дети считают себя уже взрослыми, но относятся еще к категории детей и зависят от родителей. Для подростков характерна конфликтность, агрессивность, неопределенность, импульсивность или же апатичность и уход в себя. В общем и целом они характеризуются наибольшей уязвимостью в силу того, что на физиологическом уровне происходит половое созревание, интенсивный непропорциональный рост всех органов и, соответственно, происходит гормональный дисбаланс. В этом возрасте родители уходят уже на второй план, а особую значимость играют друзья. Если у ребенка возникают проблемы с его сверстниками, то это сильно сказывается на его психологическом состоянии.

Самый верный способ узнать, что подросткам необходимо для счастья – это спросить у них об этом. Важно понимать, что они думают по этому поводу сами, какие ценности у них преобладают, какова специфика именно их восприятия счастья и несчастья. Внутреннее равновесие личности влияет на то, насколько адекватно человек ведет себя в обществе и на способность к самореализации. А внутреннее равновесие зависит как от объективных внешних факторов благополучия, то есть окружающей среды,

состояния экономики, культуры, семьи, так и от внутренней системы личности, его психических и генетически заложенных особенностей.

Итак, объектом исследования является субъективное благополучие подростков.

В качестве *предмета* выступают факторы, влияющие на ощущение счастья подростками.

Проблема в работе поставлена следующим образом: какие факторы влияют на ощущение счастья в подростковом возрасте?

Цель исследования: определить, какие факторы влияют на ощущение подростков себя счастливыми, по их субъективной оценке.

Чтобы достичь цели, необходимо выполнить ряд следующих задач:

1. Определить индикаторы детского благополучия, неблагополучия, субъективного благополучия подростков.
2. Рассмотреть понятия счастья, удовлетворенности жизнью, и их индикаторы.
3. Выявить, какие представления о счастье существуют у подростков.
4. Проанализировать, какие факторы, по мнению подростков, влияют на ощущение счастья и удовлетворенности жизнью.
5. Проанализировать уровень субъективной удовлетворенности жизнью подростками и их уровень ощущения себя счастливыми.

Гипотезы:

1. На ощущение счастья подростков, по их оценке, в большей степени влияют такие факторы, как материальная обеспеченность, наличие друзей, привлекательная внешность, наличие «второй половинки»; в меньшей степени теплые взаимоотношения с родителями, оценки в школе, достижение успеха, признание и уважение со стороны окружающих.
2. Уровень ощущения себя счастливыми и уровень удовлетворенности жизни подростков находится на среднем уровне.

В ходе исследования использован следующий инструментарий:

1. **Шкала субъективной удовлетворённости жизнью** – опросник, в большей степени отражающий рефлексивно-оценочные компоненты. Шкала предложена Е. Диннером в 1985 году, адаптирована Д.А. Леонтьевым¹ и Е.Н. Осиным¹ в 2003 году на русском языке.

¹ Леонтьев Д. А. - доктор психологических наук, профессор, зав. Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики».

2. **Шкала субъективного счастья (С. Любомирски)** – опросник, отражающий эмоционально-чувственные компоненты. Шкала разработана Любомирски в 1999 году, переведена и адаптирована Леонтьевым на русском языке в 2003 году.

3. **Социологический опрос** в форме анкетирования через Гугл-форму методом снежного кома, который включает в себя открытые вопросы, закрытые и метод незаконченных предложений.

Проблема детского благополучия, субъективного благополучия детей, счастья и удовлетворенности жизнью детьми актуальна на сегодняшний день привлекает внимание многих ученых. Особенно актуально изучение факторов, которые влияют на состояние счастья подростков.

Изучением детского благополучия и его индикаторов занимались такие исследователи, как Галиахметова Л. И.²; Трошина О. А., Меняшев Р. Ш., Козьмина Я. Я.³; Ярская-Смирнова, Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С.,⁴ Павлютенкова О. А.,⁵. Каждый из авторов/коллективов авторов дают разные определения детского благополучия, но все они связывают с обеспечением детям прав и свобод.

Очень подробно рассматриваются индикаторы благополучия и неблагополучия в коллективной работе 2014 года Ярская-Смирнова, Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С.,⁶ Павлютенкова О. А.. Делается вывод, что целесообразнее изучать факторы благополучия и способствовать увеличению уровня всех его показателей. Они связывают это с тем, что относя ту или иную семью к неблагополучной, и детей соответственно, происходит «навешивание ярлыков» и стигматизация, вследствие чего становится более проблематичной активизация ресурсов семьи и детей. К факторам благополучия/неблагополучия относят: материальное положение семьи, взаимоотношения

¹ Осин Е.Н. — кандидат психологических наук, доцент департамента психологии, заместитель заведующего Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики».

² Галиахметова Л. И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью: проблема взаимосвязи/ Вестник Башкирского университета: Педагогика и психология. – Башкирия. – 2015. – С. 1114-1118.

³ Трошина О. А., Меняшев Р. Ш., Козьмина Я. Я. Благополучие детей в РФ: нововведения и условия пребывания в дошкольных образовательных организациях/ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. — М.: НИУ ВШЭ, 2016. — С. 35.

⁴ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 74.

⁵ Павлютенкова О. А. Обзор исследований психологического благополучия детей/ Мир науки, культуры, образования. – М. - № 3 (64). – 2017. – С. 284.

⁶ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 75.

с семьей и сверстниками, рискованное поведение, образование и субъективное восприятие детьми благополучия.

Такие международные документы, как Декларация прав ребенка¹ и Конвенция о правах ребенка² помогли сформировать общее представление о правах и гарантиях детей, об основных принципах обеспечения детям благополучия. В них закреплены основные принципы, в соответствии которыми осуществляется надлежащая защита детства и создаются условия для благополучного развития ребенка и делается акцент на том, что именно родители обязаны обеспечивать комфортные условия для благополучного детства.

Все основные обязанности родителей описаны в Семейном кодексе Российской Федерации.³ А сформировать целостное представление о компетенциях, которыми должен обладать родители позволяет работа Репринцевой Г. И. «Социально-педагогическая парадигма повышения родительской компетентности средствами дополнительного сетевого образования».⁴

Основоположником позитивной психологии является Эд Диннер, он впервые описывает такие понятия, как субъективное благополучие, удовлетворенностью жизнью и счастья.⁵

Изучением этой темы занимаются многие авторы, такие как Шамионов Р. М., Галиахметова Л. И., Л. А. Головей, М. В. Данилова, Савченко, Т. Н., Лабковский М., Куликов Л.В., Мельникова Н. Н.. Но достаточно глубоким изучением данной темы является Дмитрий Леонтьев. Он в своей работе подробно рассматривает взаимосвязь и различие между данными явлениями, выделяет факторы счастья. Также он адаптировал психологические методики Э. Диннера и С. Любомирски, которые используются автором данной дипломной работы в исследовании. Он отмечает, что степень изученности проблемы остается до сих пор на низком уровне.⁶

¹ Декларация прав ребенка: Принята 20.11.1959 Резолюцией 1386 (XIV) на 841 пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН

² Конвенция о правах ребенка: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990

³ Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ: Принят Государственной Думой 8 декабря 1995 года

⁴ Репринцева Г. И. Социально-педагогическая парадигма повышения родительской компетентности средствами дополнительного сетевого образования // Томск: Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2012. - №8. – С. 114-119.

⁵ Diener E. (1984) Subjective Well-Being. Psychological Bulletin. Vol. 95. No. 3. P. 543.

⁶ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. - С. 14—37.

Новизна работы заключается в том, что в ней даются определения таким понятиям, как «счастье», «удовлетворенность жизнью» и «субъективное благополучие», которые являются синонимичными по своей сути и определяются разными авторами по-разному. Выявляются и обобщаются индикаторы детского благополучия, субъективного благополучия, факторы счастья и удовлетворенности жизнью, рассматриваются каждый из них в отдельности.

Существует множество исследований, направленных на анализ ощущения счастья взрослыми, качества их жизни, удовлетворенность жизнью, но достаточно мало внимания уделяется именно субъективной оценке детьми уровня своего благополучия и ощущения ими счастья. Дети могут проводить рефлексию уже с 8 лет. В данной дипломной работе рассматриваются подростковые особенности, анализируются их ценности и проводится анализ проведенного автором исследования, направленного на выявление факторов счастья и несчастья по субъективной оценке подростков возраста 12-18 лет, а также оценивается уровень их удовлетворенности жизнью и ощущения счастья.

Данная работа вызывает интерес тем, что в ней представлены эксклюзивные, а в некоторых случаях развернутые ответы подростков, которые позволяют понять истинные глубинные проблемы подростков и вопросы, которые их тревожат и интересуют. Кроме того в работе представлены некоторые ответы респондентов, которые могут являться основой для других дальнейших глубинных исследований. Некоторые респонденты писали о том, что им очень понравилось отвечать на вопросы, отмечали актуальность этой темы для них, писали, что «побольше бы таких тестов». Это говорит о том, что данная тема вызывает явный интерес и отклик у подростков, а значит, работа имеет научную новизну и практическую значимость.

Практическая значимость выражается в возможности использования информации, полученной из материалов анкетирования, в работе с социально-психологическими проблемами подростков, в деятельности, направленной на создание условий для счастливого и благополучного детства, а также разработке инновационных подходов в данном направлении.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ, СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

1.1 Детское благополучие

1.1.1 Понятие детского благополучия и меры по его обеспечению в России

В современном обществе благополучие детей, реализация и защита их прав является одной из основных задач социальной политики государства. В России проблемам детства стали уделять особое внимание с 1990 года, с момента ратификации Конвенции о правах ребенка - основному международному документу, в котором сведены основные аспекты благополучия детства. В соответствии с ней ребенок – это «каждое человеческое существо до достижения 18-летнего возраста»¹, ребенок-сирота имеет ряд прав до 21 года. Согласно статье 3 Конвенции «Государства-участники обязуются обеспечить ребенку такую защиту и заботу, которые необходимы для его благополучия, принимая во внимание права и обязанности его родителей, опекунов или других лиц, несущих за него ответственность по закону, и с этой целью принимают все соответствующие законодательные и административные меры».²

Обеспечение детского благополучия в России и социальная защита детства включает в себя два компонента.

1) Нормативно-правовая база.

- Конституция РФ.
- Семейный кодекс РФ.
- Федеральный закон «Об охране здоровья граждан».
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».
- Федеральный закон «Об образовании».
- Федеральный закон «О дополнительных гарантиях защиты детей-сирот и детей, оставшихся без родителей».
- Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в РФ».

2) Организационная структура (субъекты).

Обеспечение детского благополучия – это выстроенная государством система деятельности взаимосвязанных между собой общественных институтов, деятельность

¹ Конвенция о правах ребенка: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990/ ст.1.

² Там же (ст. 3).

которых осуществляется с участием органов власти, государственных и муниципальных сервисов, некоммерческих организаций, благотворительных фондов, СМИ.

1) *Семья.* Самый основной и главный субъект во всей структуре, так как семья – это естественная среда формирования личности ребенка. Родители обязаны в соответствии с законодательством воспитывать ребенка, обеспечивать материальными благами, заботиться, создавать благоприятные комфортные физические и психологические условия.

2) *Органы здравоохранения.* Каждый ребенок имеет право на охрану здоровья и здравоохранение реализует это право через различные учреждения.

3) *Система образования.* Одно из важнейших прав ребенка – право на образование. Они занимаются его реализацией.

3) *Органы опеки и попечительства* – на них возложены обязанности по контролю за соблюдением прав детей и в случае необходимости полномочия по защите прав детей. Именно органы опеки осуществляют при необходимости вмешательство в дела семьи, в зависимости от ситуации могут ходатайствовать о возбуждении уголовного дела связанного с этой семье и передачи дела в суд. В ведомственном плане они существуют отдельно от департаментов, автономны.

4) *Комиссии по делам несовершеннолетних* построены по иерархическому принципу: есть областные, потом районные. Они рассматривают особые случаи, связанные с ситуацией в семье, социализацией ребенка. Комиссии должны способствовать разрешению проблем, но зачастую они выступают в качестве «страшилки» для детей и родителей. Много в деятельности комиссии зависит от тех людей, которые включены в ее состав.

5) *Аппарат уполномоченного по правам ребенка.* Деятельность является очень важной и значимой в обществе, так как она направлена на содействие и реализацию прав детей, на восстановление и защиту нарушенных прав, на усиление социальной защиты детей.

8) *Органы внутренних дел (полиция)* – в каждом районе есть ОДН (отдел по делам несовершеннолетних) – занимаются профилактикой правонарушений несовершеннолетних. Но инспекторов в такие отделы не хватает.

9) *Органы прокуратуры.* Контролируют соблюдение законодательства, занимаются проверками школьного питания и безопасности содержания детей в школе, судебными процедурами, связанными с несовершеннолетними.

Таким образом, реализация социальной политики в отношении семьи и детства – это сложный многомерный процесс, в котором задействовано множество общественных

институтов, структур и подразделений. В связи с этим появляется необходимость мониторинга и оценки качества их деятельности, а также оценки эффективности мер по обеспечению благополучия детей в целом, и оценки самочувствия детей обществе. Появляются исследования, направленные на оценку существующего положения детей, качества их жизни, на выявление как позитивных, так и отрицательных моментов. Как следствие разрабатываются перспективные направления деятельности политики по устранению существующих проблем и внедрению инновационных методов работы с детьми и семьями.

Многие исследователи фокусируют свое внимание на таком понятии, как «детское благополучие». Разберемся для начала, что означает вообще «благополучие», а затем «детское благополучие».

Что такое «благополучие»?

В разных толковых словарях даются следующие определения.

1) В словаре Ожегова «благополучие» имеет два значения:

1. «спокойное и счастливое состояние;
2. жизнь в довольствии и достатке (материальное благосостояние)».¹

2) В словаре Ушакова это понятие объясняется как отсутствие несчастий и неудач, то есть тоже спокойная и размеренная жизнь, а также материальное благосостояние.²

Таким образом, великие российские языковеды «благополучие» связывают как с материальным достатком, так и с душевным состоянием человека - спокойствием, счастьем, умиротворением, отсутствием негативных явлений и событий в жизни.

Что такое «детское благополучие»?

Из определения «благополучия» логично вытекает, что **детское благополучие** – это то же самое, только в отношении детей. Но такое определение не достаточно конкретно и понятно, ведь необходимо разобраться, что значит «счастье» и «спокойствие».

В преамбуле Конвенции о правах ребенка также делается упоминание о том, что ребенку для благополучия, а именно «для полного и гармоничного развития его личности

¹ Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь Ожегова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1949-1992. – URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ogegova/12710> (Дата обращения 10.03.2020).

² Ушаков Д. Н. Толковый словарь Ушакова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1935-1940. - URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ushakov/748006> (Дата обращения 10.03.2020).

необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания». ¹ Рассмотрим данные понятия в следующем параграфе, а сейчас обратимся к определению «детского благополучия» разными исследователями.

1) Трошина О. А., Меняшев Р. Ш., Козьмина Я. Я. в своей коллективной работе 2016 года говорят о том, что «благополучие детей» - это комплексная характеристика уровня жизни детей во всех ее сферах, для измерения которого используется множество индикаторов. В работе делается акцент на то, что не существует единого представления об этом понятии и об индикаторах в связи с тем, что они определяются задачами конкретного исследования. ²

2) Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. в своей статье 2014 года дают определение детского благополучия, как понятия, которое напрямую связано с набором прав, гарантий и потребностей ребенка. Опираясь на изучение зарубежной литературы делают вывод о том, что «детское благополучие — это многомерный конструкт, включающий когнитивное и эмоциональное, физическое и социальное измерения, то есть это возможность успешно, гибко и творчески участвовать в общепринятых практиках и деятельности, в значительной степени определяемой культурой общества.»³

3) Бочавер А.А., Докука С.В., Новикова М.А., Сивак Е.В., Смирнов И.Б. в докладе 2019 года рассматривают благополучие детей как многомерное понятие, включающее физическое и психическое здоровье и здоровый образ жизни, получение образования, занятость, доход и социоэкономический статус, безопасность, удовлетворенность жизнью и др. Кроме того эти авторы также обращают внимание также на то, что неотъемлемым аспектом благополучия являются права ребенка. ⁴

4) Достаточно емкое определение дает Павлютенкова О. А. (2017г.). Детское благополучие – это совокупность материального, физического, психического, психологического и социального благополучия, а также прав, гарантий и возможностей,

¹ Конвенция о правах ребенка: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990/ преамбула.

²Трошина О. А., Меняшев Р. Ш., Козьмина Я. Я. Благополучие детей в РФ: нововведения и условия пребывания в дошкольных образовательных организациях/ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. — М.: НИУ ВШЭ, 2016. — С. 35.

³ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 74.

⁴ Бочавер А. А., Докука С. В., Новикова М. А., Сивак Е. В., Смирнов И. Б. Благополучие детей в цифровую эпоху: докл. к XX Апр. междунар. науч. конф. по проблемам развития экономики и общества. – М. - 2019 г.. – С. 34.

которые создают основу для здоровья, полноценного всестороннего развития ребенка и его успешности в будущем.¹

Таким образом, мы видим, что все авторы дают разные определения, но, в то же время, есть одно общее сходство. Это обеспечение прав, гарантий и потребностей ребенка во всех сферах его жизнедеятельности, которые способствуют всестороннему развитию личности ребенка, успешной адаптации и самореализации в обществе.

Итак, если обобщить все определения, то **«детское благополучие»** - это многомерное понятие, объединяющее множество различных аспектов жизни ребёнка. Это общая характеристика положения и уровня жизни детей во всех сферах его жизни, которая подкрепляется правами, гарантиями, потребностями детей в соответствии с действующим законодательством. Эти права государство в свою очередь обязуется реализовывать и защищать, чтобы дети были счастливыми и успешно адаптированными в обществе.

1.1.2 Индикаторы детского благополучия

Из чего складывается детское благополучие? Как уже было сказано ранее, детское благополучие складывается из совокупности **индикаторов** в разных аспектах жизнедеятельности ребенка. Эти индикаторы необходимы для проведения социологических, психологических, санитарно-эпидемиологических исследований и оценки уровня жизни детей и их самочувствия. Важно понимать, какое существует в настоящее время положение дел на «всех фронтах», чтобы исправлять ошибки, а также совершенствовать систему защиты детства во всех областях, обеспечивая как материальные условия для всестороннего развития ребенка, его самовыражению, так и психологические комфортные условия.

В разных крупных исследованиях благополучия детей выделяют разные индикаторы, но многие из них совпадают.

1) Анализ уровня детского благополучия впервые проводился в США, начиная с 1975 года. Это привело к созданию **«Индекса детского благополучия»**, который включает в себя:

- 1) материальное благополучие семьи;
- 2) физическое здоровье;
- 3) социальные (семейные) взаимоотношения;

¹ Павлютенкова О. А. Обзор исследований психологического благополучия детей/ Мир науки, культуры, образования. – М. - № 3. – 2017. – С. 284.

- 4) безопасность и рискованное поведение (курение, употребление алкоголя и других психоактивных веществ);
- 5) академическая успеваемость;
- 6) социальная жизнь (воспитание в детском саду, обучение в учебных заведениях);
- 7) эмоциональное и духовное благополучие.¹

2) Детский фонд ООН ЮНИСЕФ в 2007г. для оценки благополучия детей и сравнения значений этого показателя в различных странах учитывало **шесть параметров**, которые в целом согласуются с приведенным выше Индексом:

- 1) материальное благополучие;
- 2) состояние здоровья и защищенность;
- 3) образование;
- 4) отношения в семье и со сверстниками;
- 5) поведение и риски;
- 6) **субъективное восприятие благополучия самими детьми.**²

На сайте ДЕМОСКОП Weekly описаны результаты разных исследований по поводу положения детей в мире и уровня детского благополучия в разных странах. Например,

- Детским фондом ЮНИСЕФ в 2013 году был проведен сравнительный анализ ситуации в 29 развитых странах. В итоге, лидером по всем критериям детского благополучия выступают Нидерланды. Кроме того, уровень субъективного благополучия также оказался самый высокий - 95% опрошенных поставили высокие оценки по шкале удовлетворенности жизнью. На втором месте скандинавские страны – Швеция, Исландия, Финляндия, Норвегия. На последних местах - Румыния, Латвия, Литва, США.

2018–2027 гг. объявлены «Десятилетием детства» в России. Данная политика нацелена на формирование и усиление государственной политики по улучшению положения детей в стране. Актуальность этого направления возросла в контексте поставленных Президентом РФ в 2018 г. целей по обеспечению естественного роста численности населения России и снижению уровня бедности населения до 2024 г.

Рассмотрим каждый из индикаторов благополучия детей.

1) Материальное благополучие семьи.

¹ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 74.

² Там же (с. 32).

Материальное положение семьи является одним из важнейших факторов, которые влияют как на семейное благополучие, так и на детское благополучие. Финансовые возможности позволяют получать детьми дополнительное образование, поправлять и укреплять физическое и психологическое здоровье, сделать свою жизнь более комфортной, интересной, разнообразной, безопасной. Семьи с детьми составляют большую часть малоимущих домохозяйств и характеризуются высокими рисками и глубиной монетарной бедности.

По данным Росстата обследования бюджетов домашних хозяйств (ОБДХ) показали, что в последние годы во-первых, увеличивается доля малоимущих домашних хозяйств в общей численности (в 2013 г. – 6,6%, в 2017 г. -8,0%). Во-вторых, доля детей в возрасте до 16 лет в структуре бедного населения увеличивалась (в 2013 г. дети в возрасте до 16 лет составляли 21% всех малоимущих, а в 2017 г. уже 31,4%).¹

2) Состояние здоровья

Согласно Всемирной организации здравоохранения «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов»².

По данным Минздрава России:

-общая заболеваемость детей (то есть общее число болезней, которыми они болели в пересчете на 100 тыс. детей соответствующего возраста) с 2000 по 2009 нарастала, а за период с 2009 по 2018 года снизились на 9%;

- наиболее частые заболевания у детей – болезни органов дыхания: респираторные заболевания, фарингиты, бронхиты;

- отсутствует снижения заболеваемости травмами и отравлениями;

- в подростковом возрасте (15 – 17 лет) нарастает частота болезней глаз, что может быть связано с повышенной нагрузкой на зрение.³

Одним из главных показателей детского благополучия также является социальное и психологическое здоровье детей, поскольку с помощью него оценивают, насколько успешно ребёнок развивается и функционирует в семье, в детском саду или школе, умеет устанавливать дружеские отношения, успешен в обучении.

¹Федеральная служба государственной статистики [электронный ресурс]: URL: <https://www.gks.ru/folder/13807> (дата обращения: 10.06.2020).

² Всемирная организация здравоохранения [электронный ресурс]: Психическое здоровье. – 2019. - URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. (дата обращения: 10.06.2020).

³ Минздрав России: общая заболеваемость детей за десять лет снизилась на 9%[электронный ресурс]: Министерство здравоохранения РФ. – 2019 (дата обращения 10.06.2020).

Детский суицид – это высшая степень протеста детей обществу и один из основных показателей психологического здоровья. В соответствии со статистикой Следственного комитета, количество детских самоубийств в России резко увеличилось в 2018 году и достигло почти 800 случаев. По данным ведомства, число детских суицидов в России за год выросло почти на 14%. Детский омбудсмен Анна Кузнецова утверждает: «Если в 2017 году было зафиксировано 692 детских суицида, в 2018 году — 788.¹ Такая статистика говорит о том, что дети вероятнее всего часто находятся в подавленном состоянии и им не оказывается должная помощь и поддержка в силу разных обстоятельств.

3) Образование

Образование – важнейший фактор развития ребенка как личности. Оно способствует перениманию накопленного опыта, духовному и личностному развитию, что может сделать ребенка более счастливым и успешным в обществе.

В развитых странах в настоящее время в рамках концепции человеческого капитала все больше происходит переориентация системы детского образования на раннее развитие, предполагающее увеличение периода дошкольного образования детей. В России система государственного дошкольного образования в основном предполагает вовлечение детей, начиная с трехлетнего возраста.²

В соответствии с Росстатом охват детей в возрасте 1-6 лет дошкольными образовательными учреждениями на протяжении последних лет сохраняется на уровне около 60%, при этом вопрос доступности этих услуг до настоящего времени полностью не решен. Охват детей общим образованием в 2017 г. составляет 99,6%.³

В настоящее время Министерством просвещения разработан национальный проект «Образование», который направлен на реализацию следующих задач в период с 1 января 2019 г. по 31 декабря 2024 г.

1) Обеспечение высокой конкурентоспособности российского образования и вхождение России в число 10 ведущих стран мира по качеству общего образования.

2) Воспитание социально ответственной гармонично развитой личности на основе духовно-нравственных ценностей народов России, исторических и национально-культурных традиций.

Проект предполагает реализацию четырех основных направлений:

¹ Баландина Александра Крик о помощи»: почему подростки не хотят жить [электронный ресурс]: Газета.ру. – М. – 2019. - URL: <https://www.gazeta.ru/social/2019/04/25/12321139.shtml> (дата обращения 10.06.2020).

² Дети в трудной жизненной ситуации: профилактика неблагополучия: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации [электронный ресурс]: Демоскоп Weekly. – М. - 2013. - С. 8-14 URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2014/0609/analit01.php> (дата обращения: 24.05.2020).

³ Федеральная служба государственной статистики [электронный ресурс]: URL: <https://www.gks.ru/folder/13807> (дата обращения: 10.06.2020).

1. создание современной инфраструктуры;
2. обновление содержания образования;
3. подготовка соответствующих профессиональных кадров, переподготовка и повышение квалификации;
4. создание наиболее эффективных механизмов управления сферой образования.¹

4) Рискованное поведение

Рискованное поведение предполагает действия детей, которые могут нанести вред здоровью, а также, деятельность, сопряженную с повышенным травматизмом и угрозой смерти. Рискованное поведение – это, как правило, девиантное поведение, то есть отклоняющееся от нормы.

По данным Росстата до 75% смертей среди подростков происходит от травм или отравлений.²

Российские подростки демонстрируют низкую склонность к самосохранительному поведению. По данным Всемирной организации здравоохранения на 2014 г., в возрасте 13-15 лет курили 25% российских подростков, а «пассивными» курильщиками являлись почти 90%.³

Анализ статистических показателей свидетельствует о том, что тенденция ранней криминализации несовершеннолетних подтверждается омоложением преступности за счет роста доли 14–15 летних в общем числе лиц, совершивших противоправные деяния. За период 2000–2017 гг. доля несовершеннолетних подросткового возраста (14–15 лет) не опускается ниже 27,7 %.⁴

5) Отношения в семье и со сверстниками

Оценка межличностных отношений детей с родителями и со сверстниками, пожалуй, является самой проблематичной, так как сложно определить индикаторы, по которым можно было бы измерить уровень доверия, уровень теплоты или уровень конфликтности/напряженности. Данные сферы жизни человека сугубо личные и скрытые от посторонних наблюдателей.

¹ Национальный проект «Образование» [электронный ресурс]: Министерство просвещения Российской Федерации. – 2019. – URL: <https://edu.gov.ru/national-project/> (дата обращения: 10.06.2020).

² Федеральная служба государственной статистики [электронный ресурс]: URL: <https://www.gks.ru/folder/13807> (дата обращения: 10.06.2020).

³ Данные и статистика [электронный ресурс]: Всемирная организация здравоохранения. – 2015. – URL: <https://www.euro.who.int/ru/health-topics/disease-prevention/tobacco/data-and-statistics> (Дата обращения 10.05.2020).

⁴ Савченко, Т. Н. Исследование субъективного качества жизни и удовлетворенности жизнью подростков и родителей / Т. Н. Савченко, Г. М. Головина // Прикладная юридическая психология. – 2018. – № 4(45). – С. 88–101.

Можно выделить такие индикаторы, как число детей, живущих в семьях с одним родителем, число детей, живущих в семьях с отчимами или мачехами, но эти факты сами по себе не могут отражать специфику взаимоотношений. Не всегда такие семьи находятся в зоне риска.

Провести анализ взаимоотношений возможно в случае проведения локальных социологических исследований по таким критериям, как, например:

- Существование традиции совместного приема пищи
- Существование такой формы времяпровождения, как беседы с родителями
- Телесные наказания
- Оценка детьми уровень понимания и доверия друг друга с родителями

В отношении сверстников:

- Считают ли дети своих сверстников добрыми и отзывчивыми, и если да, то в какой степени

- Травля со стороны сверстников
- Чувствуют ли дети себя одинокими

Данный индикатор можно отнести к субъективному детскому благополучию, так как поддается оценке только с помощью опроса самих детей.

6) Субъективное благополучие детей

Данный критерий ввел ЮНИСЕФ. Он является очень важным и значимым для оценки уровня благополучия, так как отражает личное восприятие ребенком этого мира и себя, его субъективное мироощущение, мировосприятие и психологическое состояние. Очень важно понимать, как дети сами себя ощущают во всем многообразии этого мира и мер, направленных на улучшение положения детей в обществе. Также понимание, что для ребенка действительно важно, а что не очень, создается ли в реальности атмосфера счастья, любви и понимания или нет, дает нам возможность лучше понять потребности детей, их чувства и мировосприятие, а также возможность более эффективно взаимодействовать друг с другом.

К индикаторам можно отнести:

- число детей с высоким уровнем удовлетворенности жизнью;
- число детей с высоким уровнем ощущения себя счастливым;
- число детей воспринимающих себя как аутсайдеров, испытывающих чувство личной несостоятельности;
- число детей чувствующих себя в своем окружении «не на своем месте».

Определить уровень субъективного благополучия можно также с помощью локальных исследований. Более подробно рассмотрим данное направление в другом параграфе.

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

- официальная статистика показателей благополучия детей является одним из важных источников данных, но имеет ряд существенных ограничений, поскольку в ней представлены только социологические и эпидемиологические данные. Так, например, в такой важной сфере как «отношения в семье» учитывают состав, структуру семьи, и ответы детей на вопрос о том, как часто они ужинают вместе с родителями и общаются на свободные темы, в то время как данные о важнейших предикторах проблем поведения детей (методах родительского воспитания, уровне тревоги и депрессии у родителей) не учитывают.

- При определении уровня детского благополучия, используются, как «объективные», так и «субъективные» измерения. В России существует опыт измерения субъективного детского благополучия, но он ограничен в масштабе и распространяется лишь на несколько регионов страны.

1.2 Детское неблагополучие

1.2.1 Понятие детского и семейного неблагополучия, основные критерии

Исследователей интересует не только детское благополучие, но и **«НЕБЛАГОПОЛУЧИЕ»**. Рассмотрим, какие выделяют индикаторы и проанализируем, является ли их изучение важным и значимым, а также определим, в чем же отличие от благополучия, и изучение каких показателей является более удобным и эффективным.

В известных толковых словарях нет четкого определения, что такое *«неблагополучие»*, в отличие от «благополучия». В Идеографический словарь русского языка говорится о том, что это отрицательный момент в состоянии чего-либо, плохое состояние, а также ассоциируется с неутешительным, тягостным, удручающим, плачевным (результатом), нездоровой (обстановкой).¹

В детском фонде ЮНИСЕФ **детское неблагополучие** определяют как условия, при которых отсутствуют реальные возможности для развития ребенка, препятствующие успешной социализации, несущие вред развитию, продвижению в жизни.

Такие условия проявляются в низких значениях следующих показателей:

- материальное благополучие;
- состояние здоровья и защищенность;
- образование;
- отношения в семье и со сверстниками;
- поведенческие и средовые риски;
- субъективное восприятие благополучия самими подростками детьми²

Таким образом, индикаторы определения неблагополучия точно такие же, как и благополучия. То есть с этой точки зрения низкий уровень благополучия и есть высокий уровень неблагополучия.

Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. в своей коллективной работе выражают достаточно скептический взгляд на понятие «детское неблагополучие». Они выявили ряд синонимичных понятий, таких как «неблагополучная семья», неблагополучные дети», «семьи группы риска», «дети группы риска», «дисфункциональная/дезадаптивная семья», «трудные подростки», «социально-опасные подростки», «тяжелая жизненная ситуация», социально-опасное положение», «девиация»,

¹ Идеографический словарь русского языка. — М.: Издательство ЭТС. Баранов О.С.. 1995 [электронный ресурс]: Академик. — URL: <https://ideographic.academic.ru/3806> (дата обращения: 17.05.2020).

² Дети в трудной жизненной ситуации: профилактика неблагополучия: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации [электронный ресурс]: Демоскоп Weerly. — Москва. - 2013. - С. 8-14 URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2014/0609/analit01.php> (дата обращения: 24.05.2020).

«дисфункция», «патология». Все эти явления описывают так называемое «неблагополучие». Авторы утверждают, что «вошедшие в обиход понятия не только являются терминологически размытыми, но и относятся к образцам дискриминирующего языка». Они объясняют это тем, что данные категории имеют морально-нравственную окраску, а не нормативно-правовую, а также с их помощью происходит навешивание ярлыков, что приводит к неэффективному разрешению самой проблемы и выявлению ее истинных причин. Кроме того, подобные наименования детей и их родителей деморализуют их, то есть считают «аморальными, несчастными, неумными и опасными для общества». ¹

Нельзя не согласиться с авторами, ведь, действительно очень часто специалисты по социальной работе, психологи, педагоги, чиновники, эксперты очень часто делят людей на благополучных и неблагополучных. К категории неблагополучных или находящихся в сложной жизненной ситуации относят семьи с одним родителем, многодетные семьи, инвалидов, детей-сирот, но это не является основанием отнесения семей или детей в зону риска. Даже если доходы семьи позволяют считать их «малообеспеченными», это не позволяет сказать о том, что все эти семьи являются неблагополучными, так как благополучие включает в себя не только материальное благосостояние. Также в обществе существует распространенный стереотип, что дети из бедных семей глупее своих богатых сверстников. Об этом писали в СМИ Александр Поздняков в 2006 г.², Юрий Медведев в 2017 г.³. Но по этому поводу существует много дискуссий в научных кругах. На самом деле родившийся в богатой семье не обязательно будет обладать высокими интеллектуальными способностями и наоборот. Зачастую бывает все наоборот. Ведь не всегда, как говорится в статье, дети из малообеспеченных семей не получают любви, заботу и поддержку, которые непосредственно влияют на психологический комфорт и соответственно на развитие ребенка, его творческую деятельность и самореализацию. Кроме того, зачастую под внешним благополучием скрывается очень много проблем в семье психологического характера, и случается так, что дети живут в невыносимых для них условиях и у них отсутствует возможности к успешной самореализации.

¹ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 74.

² Поздняков А. Бедный, значит неумный [электронный ресурс]: Новые известия. – 2006. – URL: <https://newizv.ru/news/society/16-10-2006/56101-bednyj-znachit-neumnyj> (дата обращения: 12.05.2020).

³ Медведев Ю. Цена интеллекта Мозг детей из богатых и бедных семей развивается по-разному [электронный ресурс]: Российская газета - Федеральный выпуск № 122(7288). – 2017. - URL: <https://rg.ru/2017/06/06/uchenye-mozg-detej-iz-bogatyh-i-bednyh-semej-razvivaetsia-po-raznomu.html> (дата обращения: 12.05.2020).

Навешивание же ярлыков может привести к тому, что дети и семьи будут ощущать себя неполноценными, что может обернуться разочарованием и отсутствием веры в себя, свои силы и ресурсы. Так, относя себя к определенной категории населения, они чувствуют дискриминацию и ущемление. Соответственно, с этой точки зрения более эффективно рассматривать семьи и дети с точки зрения «благополучия».

Рассмотрим, какие определения даются некоторым понятиям в нормативно-правовых актах.

В соответствии с Федеральным законом от 17.07.1999 N 178-ФЗ "О государственной социальной помощи" **трудная жизненная ситуация** - обстоятельство или обстоятельства, которые ухудшают условия жизнедеятельности гражданина и последствия которых он не может преодолеть самостоятельно».¹

В соответствии с Федеральным законом "Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации" от 10.12.1995 N 195-ФЗ **«трудная жизненная ситуация** - ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и тому подобное), которую он не может преодолеть самостоятельно».²

Федеральный Закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» относит понятие «социально опасное положение» к несовершеннолетним и семьям. В соответствии со статьей 1 **несовершеннолетний, находящегося в социально опасном положении** – это «лицо, которое вследствие безнадзорности или беспризорности находится в обстановке, представляющей опасность для его жизни или здоровья либо не отвечающей требованиям к его воспитанию или содержанию, либо совершает правонарушение или антиобщественные действия».³

Существует понятие **«дети в группе риска»**, его связывают с пугающим, враждебным или даже самоубийственным поведением детей. Дети, которые подвергаются риску, как правило, показывают определенные черты, так называемые факторы риска.

¹ Федеральный закон "О государственной социальной помощи" от 17.07.1999 N 178-ФЗ: Принят Государственной Думой 25 июня 1999 года, одобрен Советом Федерации 2 июля 1999 года /ст. 1.

² Федеральный закон "Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации" от 10.12.1995 N 195-ФЗ: Принят Государственной Думой 15 ноября 1995 г./ ст..3.

³ Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24.06.1999 N 120-ФЗ: Принят Государственной Думой 21 мая 1999 года, одобрен Советом Федерации 9 июня 1999 года / ст. 1.

Большинству этих факторов риска можно противостоять положительным чертам или «защитными факторами»:

	Факторы риска	Защитные факторы
Семейные факторы	- Низкий социально-экономический статус - Родители, родные братья или другие члены семьи, которые оскорбляют и ведут себя асоциально - Жестокое и непоследовательное воспитание - Плохие отношения отцов и детей - Ранняя виктимизация (физический, сексуальный и другое злоупотребление) - Насилие дома - Пассивное или попустительское отношение к антиобщественному и преступному поведению	- Высокий социально-экономический статус - Родители, которые обеспечивают просоциальные образцы для подражания - Последовательная родительская поддержка и наблюдение - Сильные связи с родителями - Отсутствие травм или злоупотреблений - Безопасный дом - Ясное моральное наставление родителей относительно антиобщественного и преступного поведения
Школьные факторы	- Слабое приложение к школе - низкие успехи в образовании - Организационная слабость в школе	- Сильные связи учителям - Сильное образовательное достижение - Хорошо функционирующая школа - Хорошие отношения с одноклассниками
Социальные факторы	- Отсутствие приложения к местному сообществу - Готовая доступность наркотиков - Находящаяся в невыгодном положении область - Высокий товарооборот среди населения - Банды, действующие в области	- Высокое привлечение общественности - Свободный от наркотиков район - Высокая социально-экономическая область - Стабильное население - Никакая работа сетей банды
Личностные, равные факторы	- Связь с товарищами - преступниками - Токсикомания - Агрессия и импульсивность - Отношения, сочувствующие оскорблению -	- Просоциальные товарищи - Социальные навыки - Самообладание - Отношения против оскорбления

Таким образом, рискованное поведение детей, особенно подростков, обусловлено множеством факторов. По сути, рискованное поведение включает в себя весь спектр неблагополучия. Можно сделать вывод, что все индикаторы неблагополучия взаимосвязаны и один влияет на другой.

1.2.2 Семья как основной субъект обеспечения благополучной жизни детей и как фактор риска детского неблагополучия

Во главе всех процессов и явлений, связанных с ребенком, так или иначе стоит семья. Этот институт является одним из самых важных и главных в обществе, так как в семье происходит формирование личности человека, его социализация. Процесс социализации личности достаточно разносторонний, который включает в себя множество процессов: приобщение детей к культуре, участие в общественной жизни, формирование социального опыта.

Но иногда случается, что данный процесс деформируется, в результате чего у индивида может сформироваться искаженная структура норм, ценностей, потребностей. Например, родители могут подавать примеры противоправного и аморального поведения, применяют силу, а дети воспринимают это за норму.

Отсутствие удовлетворения эмоциональных потребностей детей в любви, в понимании приводит к эмоциональной деривации. Это способствует возникновению затруднений в выстраивании взаимоотношений с окружающими людьми (дети воспринимают этот мир враждебным и постоянно ищут подтверждение, что «их никто не любит»)². Таким образом, в семье у подрастающего поколения формируются представления о жизненных целях и ценностях, о модели взаимоотношениях в семье, на основании которой индивид выстраивает свою семью, о взаимоотношениях между людьми в обществе. Также формируются представления о моральных принципах – о добре и зле, ответственности и долге, гуманизме, альтруизме. Одним словом формируется модель и картина мира, ведь семья - это микромодель социума.³

¹ Protecting children s rights in criminal justice systems [электронный ресурс]: Children who are at risk of coming into conflict with. – 2011. – URL: <https://www.coursehero.com/file/p49g20hl/Children-who-are-at-risk-of-coming-into-conflict-with-the-law-tend-to-display/> (дата обращения 10.05.2020).

² Кочисов В.К., Гогицаева О.У. Семья как условие социализации личности// Вектор науки тольяттинского государственного университета. Серия: педагогика, психология/ Изд.: Тольяттинский государственный университет. - № 2(21). – 2015. – С. 53.

³ Филипова А. Г. Концепты «Дети», «Семья», «Родители» в политико-правовом пространстве/ Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена/ Изд. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена». – Санкт-Петербург. - 2011. – С. 170.

На законодательном уровне такие семьи называют **«семьями, находящимися в социально опасном положении»**. В ФЗ-120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» дается определение этому понятию: это «семья, имеющая детей, находящихся в социально опасном положении, а также семья, где родители или иные законные представители несовершеннолетних не исполняют своих обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию и (или) отрицательно влияют на их поведение либо жестоко обращаются с ними».¹

Родители должны создавать всеми возможными способами в первую очередь условия для возможности духовного, нравственного, физического развития ребенка, также заботиться о его здоровье. Об этом говорится в статье 63 Семейного кодекса РФ.² Но случается иногда так, что они прибегают к невыполнению родительских обязательств, к ненадлежащему обращению с детьми, к злоупотреблению своими правами, к пренебрежению нуждами и потребностями ребенка (биологическими, психологическими, социальными, экономическими).

Ненадлежащее (жестокое) обращение с детьми – это умышленные действия (или бездействие) родителей, воспитателей и других лиц, наносящие ущерб физическому или психическому здоровью ребёнка.³

О домашнем насилии кратко и как никто лучше написал известный практикующий психолог Михаил Лабковский. В ситуации жестокого обращения, насилия во взаимоотношениях между мужчиной и женщиной существует 2 роли: агрессора и жертвы. Это, конечно, идет из детства. Когда для родителя «просто шлепок по попе, чтобы успокоить» - это норма, ребенок испытывает две эмоции: боль и унижение.

Психика человека на такую ситуацию реагирует двумя сценариями.

1) Насилие становится нормой, особенно от самых близких и родных. У такого человека не загораются «красные лампочки», когда внезапно партнер говорит грубость или больно хватает за руку. Он думает: «Это по семейному, это нормально». Избиения ведь не начинаются сразу, а с мелочей, и вот эти «мелочи» психика травмированного человека считает как норму.

2) Человек растет с таким жутким чувством униженности, обиды и боли, что размещает это чувство на том, кто слабее его. Он сам становится тираном. В приступе

¹ Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24.06.1999 N 120-ФЗ: Принят Государственной Думой 21 мая 1999 года, одобрен Советом Федерации 9 июня 1999 года / ст. 1.

² Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ: Принят Государственной Думой 8 декабря 1995 года/ ст. 63.

³ Педагогический энциклопедический словарь [электронный ресурс]: ненадлежащее обращение с детьми. – 2012. - URL: <https://slovar.cc/enc/ped/2136966.html>. (дата обращения: 15.03. 2020).

гнева к нему возвращается детский сценарий. И он бьет, потому что чувствует себя униженным и ничтожным.

Лабковский утверждает, что все жертвы насилия – это ВСЕГДА дети агрессивных родителей, уточняя, что не все, кто пережил насилие в детстве, становятся агрессорами или жертвами в будущем. Но все, кто во взрослом состоянии избивает или бывает избитым, - это дети агрессивных родителей.

Психолог приходит к выводу, что в данный момент есть возможность воспитать поколение, которое не будет бить ни своих жен, ни своих детей. Для этого необходимо воздерживаться от любых форм применения силы к ребенку, так как это не способ воспитания, а насилие, и ничего больше».¹

Таким образом, родители несут огромную ответственность за судьбу и благополучие своих детей. Жестокое обращение с детьми в семье наносит огромные психологические травмы детям, которые отражаются на их дальнейшей жизни и с большой вероятностью этот процесс повторяется при создании новой семьи.

Для наилучшего обеспечения детям счастливого, благополучного, безопасного детства, необходимо, чтобы родители обладали совокупностью различных компетенций. Важно, чтобы родители осознавали свою ответственность за детей и готовы были к действиям, направленным на улучшение качества жизни семьи.

Репринцевой И. Г. были выделены основные компетентности, которыми должен обладать родитель для успешного создания таких условий, в которых все члены семьи имели бы возможность для личностного развития во всех сферах жизни:

- *правовая компетентность родителей*: наличие знаний и умений в обеспечении прав и обязанностей детей, а также своих прав и обязанностей;

- *психолого-педагогическая компетентность родителей*: способность устанавливать и поддерживать гуманистические отношения с ребенком на всех этапах его социального взросления, предотвращать и конструктивно разрешать конфликты в семье, выстраивать гармоничные отношения между всеми членами в семье,

- *социальная компетентность родителей*: участие членов семьи в конструктивных формах социальной жизни с целью максимальной их самореализации.²

Таким образом, из всего вышесказанного можно сделать следующие выводы.

¹Лабковский М. Дети – заложники и жертвы родителей-садистов [Электронный ресурс]: Михаил Лабковский психолог (Официальная страница). – 2017. – URL: <https://labkovskiy.ru/efiry/deti-zalozhniki-i-zhertvy-roditelej-sadistov/> (Дата обращения 20.05.2020).

² Репринцева Г. И. Социально-педагогическая парадигма повышения родительской компетентности средствами дополнительного сетевого образования// Томск: Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2012. - №8. – С. 115.

Во-первых, благополучие детей, реализация и защита их прав, развитие института семьи является приоритетной задачей для государства.

Во-вторых, благополучие детей складывается из нескольких показателей, таких как материальное благополучие семьи, взаимоотношения с родителями и сверстниками, рискованное поведение, состояние здоровья, получение образования, субъективное благополучие. Показатели официальной статистики имеет ряд ограничений, так как она не учитывает эмоциональную составляющую взаимоотношений.

В-третьих, акцентировать внимание целесообразнее на благополучии, а не на неблагополучии, так как существует риск стигматизации и «навешивании ярлыков» на семьи и детей.

В-четвертых, очень важную роль в обеспечении детского благополучия играют родители, в связи с чем они должны обладать определенными родительскими компетенциями: правовыми, психолого-педагогическими, социальными. Именно родители могут, как нанести вред детям, так и защитить их от всевозможных рисков.

1.3 Субъективное благополучие подростков

1.3.1 Понятие субъективного благополучия подростков: возрастные особенности подростков и критерии субъективного благополучия

Существует много исследований, которые ориентируются в основном на анализ важных объективных показателей или индикаторов детского благополучия. В то же время, проанализировав многие исследования, становится ясно, что не менее важным и значимым показателем для получения общей картины благополучия детей являются показатели субъективного благополучия, которые позволяют выявить факторы благополучия, счастья, с точки зрения самих детей. Данный критерий позволяет прогнозировать объективные последствия и исходы. Оценка и анализ субъективного благополучия с помощью самоотчетов возможна у детей уже с 8 лет.¹

Детство включает в себя последовательные этапы, каждый из которых имеет свои психологические, физиологические, социальные, анатомические признаки и уникальные особенности, которые очень важно осознавать при определении уровня субъективного благополучия. Рассмотрим вкратце каждый из них и остановимся подробнее на подростковом периоде, так как он является объектом нашего исследования.

Почему особенно важно изучать благополучие детей подросткового возраста? Потому что подростки являются самой специфичной и достаточно уязвимой группой населения из-за того, что этот период является переходным и одним из самых важных и сложных.

ПЕРИОДЫ ДЕТСТВА:

1) *Перинатальный* (с момента зачатия до рождения).

Развитие плода у матери. Ребенок испытывает чувства, может чувствовать удовольствие или неудовольствие, происходит это с 8 недель. Воспринимается звук, музыка, речь, биение сердца. 8-14 недель. Хватательные движения, реагирует на яркий свет.

2) *Новорожденный* (с момента рождения до 2 месяцев).

Ребенок спит около 20 часов в день. Формируется зрение до 2 м, уже понимает, кто к нему подходит, различает цвета. Социальная улыбка в 2 месяца. Потребность в общении.

3) *Младенчество* (с 1 месяца до 1 года).

¹ Павлютенкова О. А. Обзор исследований психологического благополучия детей/ Мир науки, культуры, образования. – М. - № 3 (64). – 2017. – С. 284.

Грудной возраст. Эмоциональное общение со взрослыми, он учится вставать, сидеть, переворачиваться. Формируется череп (до этого он «подвешен на жгутиках»).

4) *Раннее детство* (с 1 года до 3 лет).

Происходят изменения в личностном развитии, познавательной сфере, социальной ситуации развития. Меняются отношения между ребенком и взрослым, что в свою очередь ведет к формированию новой социальной ситуации развития, которая заключается в возникновении совместной деятельности ребенка и взрослого, а также в том, что данная деятельность становится предметной.

5) *Дошкольное детство* (от 3 лет до 6-7 лет).

Происходит отсоединение ребенка от взрослого, что ведет к изменению социальной ситуации. Ребенок впервые покидает пределы мира семьи и входит в мир взрослых людей с определенными законами и правилами. Расширяется круг общения: дошкольник посещает магазины, поликлинику, начинает общаться со сверстниками, что тоже важно для его развития.

6) *Начальный школьный период* (с 6-7 лет до 11-12).

Школа значительно меняет жизнь ребенка. Происходит кризис 7 лет, заключающийся в адаптации к школе. Период характеризуется приобретением навыков общения и работы в большом коллективе, межличностного взаимодействия. Родители перестают быть единственным авторитетом для ребенка, отношения со сверстниками становятся партнерскими. Формируется теоретическое мышление, возникает рефлексия, развивается способность к планированию. В этом возрасте интеллект играет ключевую роль.

7) *Подростковый период* (11-12 лет – 18 лет)

Это переходный период, нахождение между детством и взрослостью. Он сопровождается противоречивыми тенденциями, постоянным нахождением в конфликте с собой и с окружающим миром.

Этот период разделяется на два этапа:

1. Пубертатный (11-12 – 15 лет).

В это время происходит развитие эндокринной системы щитовидной железы. Гормональные периоды - формируется гипофиз, усиливается рост ткани, резкие скачки роста, изменения в организме, хроническая не удовлетворенность во внешнем виде, изменения в мышечной массе, ребенок не до конца владеет своим телом.

В 13 лет наступает подростковый кризис. Причины: половое созревание, ребенок не успевает приспособиться к изменениям в организме, негативизм, отвержение

установок, высокая конфликтность. снижение продуктивной учебной деятельности, неадекватная самооценка завышенная или заниженная.

2. Ранний юношеский период (16 - 18 лет)

Завершается рост человека, приходит все в норму, завершается половое созревание, ведущей деятельностью становится учеба. Профессиональное самоопределение. Развитие самосознания личности, формируется мировоззрение.

В 17-18 лет происходит очередной кризис - трудности профессионального самоопределения. Мировоззренческий кризис – оценка, что для меня важнее всего. Проявляется характер, формируются черты характера.¹

Социально-психологические особенности подростков, характерные для обоих этапов.

- Ложное чувство взрослости. Подросток - это еще по статусу ребенок, он не обладает экономической самостоятельностью, зависим от родителей. Но подростки это не осознают, они считают, что уже достаточно зрелые, что все знают и могут обойтись без родителей. Подростки желают, чтобы к ним относились как к взрослым, чтобы давали право самостоятельного выбора чего-либо. На этой почве могут возникнуть конфликты с родителями, когда те начинают проявлять заботу, а подросток расценивает это как факт обращения с маленьким ребенком.

- Ранимость, обидчивость на весь мир. Из-за этого возникает склонность к депрессии, причиной которой может стать, например, получение плохой оценки, конфликты в семье или с ровесниками.

- Влюбчивость, влечение к противоположному полу, большой авторитет друзей. Для подростка особо важна дружба и отнесение себя к той или иной малой группе. Но не со всеми это происходит по разным причинам, что может привести к снижению самооценки, чувства неполноценности. В следствии возникает замкнутость, закрытость, соответственно чувство одиночества. Но в то же время подросткам свойственно такое качество, как самолюбие. Они пытаются себя индивидуализировать, показать свою уникальность и создать свой собственный мир.

- Низкая стрессоустойчивость, неспособность контролировать свои эмоции и здраво оценивать ситуации, резкие перепады настроения, конфликтность.

Таким образом, подростки имеют достаточно много проблем различного характера: психологические, связанные с неуравновешенностью и неопределенностью, во взаимоотношениях с окружающими людьми, в учебе, в самоопределении, которые

¹ Кураев Г. А. Пожарская Е. Н. Возрастная психология/ Ростовский государственный университет Учебно-научно-исследовательский институт валеологии. – Ростов-на-Дону. – 2002. – С. 146.

обусловлены как биологическими факторами, так и социальными. К основным ценностям подростков относят друзей, материальные вещи, принятие обществом, проявление своей индивидуальности.¹

Рассмотрим теперь, что означает субъективное благополучие.

Впервые исследованием **субъективного благополучия** начал заниматься Эдвард Диннер, который известен как «доктор Счастье». Он положил основу всем последующим исследованиям в этой области. Он разработал три основных подхода:

1. субъективный подход: единственный способ оценить счастье человека — спросить его об этом.
2. измерение только позитивных аспектов жизни, а не отсутствия негативных.
3. оценка удовлетворенности всеми аспектами жизни в общем и целом.²

Леонтьев Дмитрий говорит о том, что изучение субъективного благополучия и счастья является на данный момент одной из самых актуальных тем для эмпирического исследования. Это направление в основном изучается в рамках позитивной психологии. *Субъективное благополучие* – это «операциональный, сравнительно четко определяемый и измеримый аналог понятия счастья». ³ Данное понятие появилось сравнительно недавно в 1970 году. Предпосылкой стала размытость и непонятность такого понятия, как «счастье». Делает вывод о том, **что субъективное благополучие** — это субъективная шкала, обобщенно оценивающая суммарный баланс положительных и отрицательных эмоций и когнитивных оценок жизни в целом, как она ощущается на данный момент жизни. Счастье выступает как верхнее предельное значение этой шкалы.

Шамионов Р. М.: «**Субъективное благополучие** – это социально-психологическое явление, включающее в себя внутреннюю субъективную оценку, восприятие и соотнесение личностью имеющегося «блага», своей деятельности и самого себя с определенными социо-культурными нормативными ценностями и установками, личными идеалами, которые сформированы в процессе социализации и которые, обусловлены внешними и внутренними детерминантами». ⁴

¹ Фролов Ю.И Психология подростка хрестоматия. Российское педагогическое агенство. М., 1997. С. 83-95.

² Diener E. (1984) Subjective Well-Being. Psychological Bulletin. Vol. 95. No. 3. P. 542— 575.

³ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мо ни то ринг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. - С. 14—37.

⁴ Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы/ Изд-во «Научная книга». – Саратов. - 2008. С. 77.

Куликов Л. В. определяет **субъективное благополучие**, «как обобщенное и относительно устойчивое переживание, имеющее особую значимость для личности, которое является важной составной частью доминирующего психического состояния».¹

Субъективная оценка качества жизни - отношение человека к наиболее значимым, важным в данный момент аспектам его жизнедеятельности.²

Таким образом, обобщая все определения, можно сделать вывод, что **субъективное благополучие** – это социально-психологическое явление, которое включает в себя когнитивную оценку человека разных сфер его жизнедеятельности, имеющим особую значимость и важность, баланс положительных и отрицательных эмоций. Вообще говоря, это мироощущение человека на данный момент, исходя из его основных ценностей, соответствия желаемого действительности.

Исходя из определения субъективного благополучия, становится ясным, что очень важно изучение ценностных ориентаций подростков для того, чтобы понимать, какие сферы жизнедеятельности подростка важно включить в исследование.

Савченко Т. Н. и Головина Г. М. в своей статье описали множество исследований по поводу ценностей подростков. Можно выделить следующие.

- 1) Материальная состоятельность, верные друзья, семья, здоровье, свобода, уверенность в себе, независимость, смелость в отстаивании своего мнения, исполнительность и жизнерадостность, любовь, общение. (М. Рокич, О. В. Захаров).
- 2) Увлечения, (спорт, чтение книг, рисование и т.д.), духовное развитие и личная свобода. (Райс Ф., Долджин К.).
- 3) Потребность в признании и уважение со стороны окружающих людей (А. А. Реана).
- 4) Безопасность, личные достижения и социальный успех, саморегуляция, благосклонность, гедонизм, стимулирование, универсализм, конформность, в исследованиях (С. Шварц, У. Билски, С. В. Молчанов)
- 5) Хорошая экология, стабильная обстановка в стране и высокое материальное положение (Савченко Т. Н., Головина Г. М.).³

¹ Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика. - СПб. - 2000. - С. 481.

² Савченко, Т. Н. Исследование субъективного качества жизни и удовлетворенности жизнью подростков и родителей / Т. Н. Савченко, Г. М. Головина // Прикладная юридическая психология. – 2018. – № 4(45). – С. 90.

³ Там же (с. 93).

Индикаторы субъективного благополучия подростков

1) В 1976 г. Эндрюс Ф. и Уизи С. выявили следующие показатели:

1. Удовлетворенность жизнью - когнитивный компонент
2. Позитивные эмоции, ощущение счастья – эмоциональный компонент, положительно коррелирует с благополучием
3. Негативные эмоции - эмоциональный компонент, коррелирует отрицательно.

Данная классификация является общепризнанной в настоящее время.¹

2) ОЭСР и ЮНИСЕФ определили основные показатели субъективного благополучия детей:

- 1) общая удовлетворенность жизнью, в том числе школой;
- 2) отношения с семьей и сверстниками детей.²

1.3.2 Понятие удовлетворенности жизнью подростками, основные факторы

В настоящее время, в эпоху развитых инновационных технологий, больших объемов информации, огромных скоростей, актуальным становится изучение такого явления, как удовлетворенность жизнью. На данный момент существует много исследований в этой области, но мало изученной сферой остается удовлетворенность жизнью такой категории населения, как подростки.

Удовлетворенность жизнью - субъективное эмоционально-оценочное отношение к чему-либо и, прежде всего, к труду, жизни, самому себе. (Р. М. Шамионов)³
Субъективно переживаемое состояние, являющееся реакцией на качество взаимодействия «Я - жизнь». (Н. Н. Мельникова)

Р. М. Шамионов определяет **удовлетворенность жизнью**, как «сложное, постоянно изменяющееся социально-психологическое образование, основанное на единении познавательных и эмоционально-волевых процессов, характеризующееся субъективным эмоционально-оценочным отношением и обладающее побудительной

¹ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. - С. 14—37.

² Роджерс Д., Одиноква В., Ременец О. Перспективы создания общероссийской системы измерения детского благополучия /Детское благополучие, программа «Семья и дети», фонд Тимченко. – Рязань. – 2019. – С. 27.

³ Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы/ Саратов: Изд-во Сарат. ун-та. - 2008. - С. 35.

силой, сподвигающей к действию, поиску, управлению внутренними и внешними объектами»¹

Дмитрий Леонтьев говорит о сложности определения, что же означает субъективное благополучие, так как оно рассматривается в разных контекстах. Он выделил их 5:

1. как субъективное благополучие личности
2. как синоним понятию счастья
3. как результат позитивного отношения к себе и событиям своей жизни
4. в контексте качества жизни
5. как результат позитивного использования источника психической энергии и мотивации.

Факторы удовлетворенности жизнью: (Куликов, Мельникова).

- 1) Общее эмоциональное состояние в связи с жизненной ситуацией
- 2) Динамический компонент жизнедеятельности (активность/пассивность, наличие стремлений, желаний)
- 3) Чувство насыщенности-пустоты жизни
- 4) Удовлетворенность, связанная с реализацией планов, удовлетворением потребностей
- 5) Ощущение стабильности/нестабильности окружающего мира
- 6) Ожидания от будущего ²

Леонтьев выделяет следующие факторы, которые влияют на удовлетворенность жизнью человека: «пол, возраст, здоровье, оптимизм, уверенность в себе, психологическую устойчивость, личную и семейную безопасность, отношения в семье, эффективные социальные контакты (отношения с друзьями, межличностное доверие, частота проведения времени с людьми, возможности душевного общения), плодотворный досуг, творческую самореализацию, работу, достойный социальный статус, достижение поставленных целей, оценку по субъективным заслугам, материальное положение, уверенность в будущем, социальную стабильность, комфортную среду обитания (климат, экология, развитая социальная инфраструктура)».³

¹ Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы/ Саратов: Изд-во Саратов. ун-та. - 2008. - С. 35.

² Мельникова Н. Н. Феноменология удовлетворенности жизнью и трехфакторная структура опросника УДЖ/ Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса. - 2015. - С. 212-221.

³ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. - С. 36.

Можно сделать вывод, что данные факторы во многом совпадают с ценностными ориентациями детей-подростков, за исключением работы, так как их основной деятельностью является обучение. Кульков и Мельников же делают больше акцент на эмоциональной оценке действительной реальности, на мироощущении.

Ещё один подход заключается в выявлении того, какие **сферы** являются в их жизни важнейшими источниками удовлетворенности. Холл использовал данную методику, проводя опрос в Великобритании, и получил результаты, показывающие, что наиболее часто упоминаемыми областями были следующие:

- домашняя и семейная жизнь;
- денежная сфера;
- жизненный уровень;
- общественные ценности и нормы;
- социальные взаимоотношения;
- жилищные условия;
- здоровье;
- работа.

В 2019 году было проведено исследование в Санкт-Петербурге детей из обычных семей и детей-сирот. В результате оказалось, что подростки в целом удовлетворены своей жизнью и позитивно относятся к ее событиям. Особенно важны для них следующие сферы: сфера интимно-личностного общения, поиска любви и близкого человека, потребность в полноценном отдыхе. Самой важной сферой оказалась для них удовлетворенность семейными отношениями.¹

1.3.3 Счастье и его факторы для подростков

В преамбуле Конвенции о правах ребенка упоминается о благополучии детей, как об основной ценности, к которой необходимо стремиться всем государствам-участникам, а именно делается акцент на том, что ребенку «для полного и гармоничного развития его личности необходимо расти в семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания».²

Благополучие по определению означает состояние счастья и материального достатка, отсутствие негативных явлений в жизни человека. Но что же такое счастье?

¹ Головей Л. А., Данилова М. В. Структура субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью в подростковом возрасте // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. - 2019. - Т. 8, вып. 1 (29). - С. 38–45.

² Конвенция о правах: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990/ преамбула.

Изучив зарубежные и отечественные исследования в данной области, можно сделать вывод, что это определение достаточно неясное.

Рассмотрим, какое значение дается в толковых словарях.

1) По толковому словарю *Ожегова*, **счастье** – это:

- Чувство и состояние полного, высшего удовлетворения.
- Успех, удача во всём

2) В толковом словаре *Ушакова* дается более развернутое разъяснение. **Счастье** – это:

- Состояние довольства, благополучия, радости от полноты жизни, от удовлетворения жизнью.

- Успех, удача

- Участь, доля, судьба

- Очень хорошо, крайне приятно ([разг.](#))¹

Таким образом, **счастье** связывают с приятными ощущениями, состоянием удовлетворенности жизнью, благополучием в жизни, удачей и успехом в каком-либо деле, а также с судьбой. Иначе говоря, счастье рассматривается в 3 аспектах:

1. Как нечто данное свыше судьбой, то есть человеку либо суждено быть счастливым, либо нет.

2. Как состояние удовлетворенностью жизнью в целом, всеми ее сферами, которое ощущается на протяжении долгого времени.

3. Как получение положительных эмоций здесь и сейчас от конкретного радостного события, связанного с удачей или достижением целей.²

Дмитрий Леонтьев рассматривает счастье также с разных точек зрения.

1. **Счастье** – это объективное благо и субъективное переживание, которое имеет абсолютный характер. Можно измерить только его устойчивость или длительность, но нельзя определить степень выраженности, то есть более или менее счастлив человек.

2. С психологической точки зрения **счастье** - это эмоциональное состояние, которое характеризуется положительной окраской. Счастье в этом смысле выражает максимальное слияние желаемого с действительным, которое затрагивает не отдельные желания, а охватывает человека целиком и говорит о том, что в его жизни сейчас все происходит именно так, как он желает. В этом ключе можно рассматривать как «острую»

¹ Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь Ожегова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1949-1992. – URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ogegova/12710> (Дата обращения 10.03.2020)

² Ушаков Д. Н. Толковый словарь Ушакова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1935-1940. - URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ushakov/748006> (Дата обращения 10.03.2020)

форму счастья, когда все идеально в настоящий момент здесь и сейчас, и о «хронической» форме, когда слияние желаемого и действительного не имеет абсолютного состояния, а имеет длительное и неполное слияние при том, что рассогласования нет. В этом случае можно говорить о количественной выраженности уровня ощущения счастья. Именно здесь и возникает взаимосвязь между счастьем и субъективным благополучием.¹

Психолог **Дмитрий Леонтьев** выделил 3 фактора, влияющих на счастье:

1) Внешние факторы/окружающая среда: то, что не зависит от нас, например, семья, в которой родились, экономика, культура, политика.

2) Внутренние факторы: общий склад личности (наследственность, генетика), предметная деятельность (личный выбор человека, взаимоотношения с окружающими, достижение целей, любимое дело.)

3) НЕ ВЛИЯЕТ:

- возраст; стереотип, что в молодости более счастливее, чем в старости не верен.
- пол;
- интеллектуальные особенности; «горе от ума»
- объективные показатели здоровья; влияет общее самочувствие человека, его ощущение себя здоровым
- деньги; они влияют лишь до определенного момента, до достижения среднего класса, то есть когда человек может себе позволить хорошее питание, жилье, медицинское обслуживание, образование, свободное передвижение. Далее зависит от того, на что человек будет тратить деньги, как их распределять.²

У Лабковского достаточно специфичный взгляд на счастье, он считает, что оно безусловное, что оно зависит от **принятия себя таким, какой есть, от безусловной любви к себе** за то, что просто есть. Единственный способ прожить счастливо – это делать только то, что ты хочешь (но есть риск остаться без денег).

Он сформулировал 6 правил, чтобы быть счастливым, и считает, что никогда не поздно поменять настрой:

1. Делать только то, что хочется.
2. Не делать того, что не хочется.
3. Сразу говорить о том, что не нравится.
4. Не отвечать, когда не спрашивают.

¹ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. - С. 19.

² Там же, С. 28

5. Отвечать только на вопрос.¹

Но многие даже не знают, чего они хотят, это идет из детства, когда родители лишают права выбора детей, они решают что детям есть, что надевать, где учиться, чем заниматься, и даже во взрослой жизни продолжают диктовать где жить, где работать, с кем встречаться. То есть это происходит вследствие гиперопеки. Но и гипоопека, а именно недостаток внимания и любви от родителей делают детей несчастными, и это откладывает отпечаток на образе жизни и поведении во взрослом состоянии. Такие ищут, как правило, таких людей и создают такие ситуации, которые будут доставлять страдания, то есть выбирают подсознательно несчастные сценарии жизни.

Лабковский М.:

- «У нас с вами есть одна особенность: счастье в нашей стране не популярно. Совсем. У многих оно фактически под запретом».

- «Еще одна, если хотите, особенность нашего менталитета — идея о том, что если сейчас хорошо, то за это обязательно придется расплачиваться».²

Диннер пишет о том, что некоторые теоретики утверждают, что счастье зависит от выполнения своего жизненного плана, то есть общего комплексного набора целей человека.³

Таким образом, согласно данному подходу счастье зависит от двух ключевых взаимосвязанных факторов:

1. гармоничная поставка своих целей;
2. достижение и выполнение этих целей.

Но этот подход имеет ряд ограничений. Во-первых, люди могут ставить цели, приносящие краткосрочное счастье. Во-вторых, цели могут конфликтовать друг с другом.⁴

1.3.4 Негативные эмоции подростков

Долгое время считалось, что здоровье ребенка с послевоенных лет находится под надежной охраной: современные законы, нормы и правила, гарантируют безопасность ребенка в детских садах и школах, а также в семейном кругу. Права детей неукоснительно соблюдаются, за этим следит целый ряд государственных институтов. Но сегодня же можно утверждать, что дети подвержены стрессам и рисками в повседневной жизни совершенно так же, как и взрослые, а особенно подростки. Например, стресс могут

¹ Лабковский Михаил Счастье: теория и практика/ Официальный сайт Михаила Лабковского. – М. – 2017. – URL: <https://labkovskiy.ru/publikatsii/schaste-teoriya-i-praktika/> (Дата обращения: 24.01.2020)

² Там же.

³ Diener E. (1984) Subjective Well-Being. Psychological Bulletin. Vol. 95. No. 3. P. 550

⁴ Там же.

вызвать такие ситуации, как развод родителей, ссоры в семье, смерть близкого родственника, болезнь или травма, рождение брата или сестры, трудности в школе (ЕГЕ, ОГЭ), изменение финансовой ситуации в семье, кража или потеря личной вещи, неудача, изменение режима сна и питания.

Профессор Дэвид Элкин, американский исследователь в области детской психологии, создал шкалу детского стресса в зависимости от событий, с которыми дети сталкиваются в течение одного года. Интересно отметить, что, совсем как у взрослых, многие из событий расцениваются детьми как позитивные, радостные, но от этого они не перестают быть стрессообразующими, поскольку влекут за собой нарушение стабильности. Мы будем рассматривать только те, которые наносят вред для организма и вызывают негативные эмоции.

Шкала детских стрессоров по Дэвиду Элкину (причины)

Смерть одного из родителей	100
Развод родителей	73
Раздельное проживание родителей	65
Командировка одного из родителей	63
Смерть близкого родственника	63
Болезнь или травма	53
Повторное вступление в брак одного из родителей	50
Примирение родителей	45
Выход матери на работу	45
Болезнь члена семьи	44
Беременность матери	40
Трудности в школе	39
Рождение брата или сестры	39
Перемены в школе (новый учитель, класс)	39
Изменение финансовой ситуации в семье	38
Болезнь или травма близкого друга	37
Новый кружок или увлечение	36
Ссора с братьями или сестрами	35
Угроза насилия в школе	31
Кража личной вещи	30
Уход из дома старшего брата или сестры	29
Сложности с бабушкой или дедушкой	29

Личная исключительная удача	28
Переезд в другой город	26
Приобретение или утрата питомца	25
Сложности с учителем	24
Семейный отпуск	19
Каникулы в лагере	18
Смена друзей	17
Изменение привычек отхода ко сну	16
Изменение привычного режима питания	15
Изменение количества часов, отведенных на телевизор	13

Все эти события могут случаться с детьми любого возраста, в том числе и с подростками. Стоит отметить, что в подростковом возрасте плюс ко всему добавляются еще такие источники стресса, как 1. Сдача ЕГЭ, ОГЭ 2. поступление в престижный ВУЗ или сам процесс выбора, чем заниматься после школы

Этот список еще можно продолжить, так как чувствительность к стрессу зависит очень от темперамента ребенка и его индивидуальных особенностей. Например, можно добавить ко всему: отношения со «второй половинкой», нарушение прав, недостаточное количество еды/одежды, выполнение работы по дому (домашние обязанности), несправедливое отношение окружающих по отношению к ребенку, отсутствие друзей, ложь/предательство родного человека, дистанционное обучение, непонимание со стороны родителей, комплексы из-за внешнего вида, проигрыши в компьютерной игре, неизвестность, что ожидает в будущем, отсутствие карманных денег.

2 АНАЛИЗ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ О СЧАСТЬЕ И ЕГО ФАКТОРАХ

2.1 Анализ представлений подростков о понятии «счастье», ассоциаций с данным понятием и социальных установок

Анализ литературы показал, что нет однозначного определения понятия «счастье». Оно имеет достаточно много значений. Однозначно все исследователи говорят о том, что счастье – это ощущение положительных эмоций, приятные чувства. Но спорным остается вопрос по поводу того, что вызывает эти чувства, имеющие положительную окраску. Исследователи связывают счастье, с одной стороны, с благополучием жизни, с удовлетворенностью всеми сферами жизни, а с другой - с определенными жизненными событиями и моментами, которые вызывают чувства радости, восторга и т.д.

Кроме того, есть еще некоторые аспекты, которые вызывают сомнения.

1. От кого/чего зависит счастье:

- от самого человека или от окружающих людей;
- это нечто данное судьбой свыше или человек может стать счастливым самостоятельно с помощью своих действий.
- от условий проживания или же это внутреннее состояние, не зависящее ни от каких факторов вообще.

Существует множество исследований качества жизни населения, удовлетворенности жизнью и ощущения счастья взрослых людей. Но в отношении детей, особенно подростков их достаточно мало. Очень важно понимать, какие представления существуют в сознании подростков, какие у них заложены социально-психологические установки. Подростки – это та категория населения, которая уже стоит на пороге взрослой жизни, которая вступила уже с биологической точки зрения в репродуктивный возраст. То есть, проанализировав представления подростков о «счастье», мы можем понимать, с какими установками подрастающее поколение вступает во взрослую жизнь, на каких ценностях они будут создавать свою собственную семью, а также понять, какие существуют вообще проблемы в современном обществе у подростков, что их беспокоит на данный момент, созданы ли для них все необходимые социально-психологические и бытовые комфортные условия.

Автором данной работы было проведено исследование в форме анкетирования подростков г. Томска и Томской области в возрасте 12-18 лет, в результате которого были даны ответы на все вышеперечисленные проблемные вопросы. В анкетировании приняли

участие 200 респондентов (120 из Томска и 80 из Томской области) из них 152 девочки и 48 мальчиков.

Счастье – это, пожалуй, самая сильная позитивная эмоция, это скорее даже совокупность положительных чувств, высшая форма удовлетворенности. В повседневной жизни люди достаточно часто используют данное понятие, как средство выражения душевного состояния. Часто мы можем услышать фразы, как от взрослых, так и от детей: «Я самый счастливый на свете», «Я так счастлив», но реже употребляют: «Я так удовлетворен своей жизнью», или «Я так благополучен». Таким образом, категория «счастья» взята за основу исследования, так как она достаточно часто употребляется в речи, несмотря на то, что является отражением благополучия и удовлетворенности.

Итак, первой задачей исследования было выявить ассоциации подростков с понятием «счастье» их ассоциации их общие установки. В анкете был предоставлен вопрос в открытой форме: «Напишите своими словами, как Вы понимаете, что такое СЧАСТЬЕ, с чем оно у Вас ассоциируется?».



Прочее (1-3%): момент/мгновение, любимое дело, собственное здоровье, отсутствие негативных эмоций, нахождение на природе, путешествия, самореализация, свобода, лето, домашнее животное, хорошие оценки, внешность, е понимаю/не знаю (9 чел).

1. На графике мы видим, что все подростки однозначно связывают счастье с положительными эмоциями, такими как радость, душевное тепло, уверенность, эйфория, веселье, восторг, легкость, хорошее настроение. Также вызывают достаточно необычные

ассоциации: что-то сладкое, вкусное, очень приятное, улыбка, отголосок внутри, что-то легкое и невесомое, солнышко.

2. В большей степени подростки говорят о том, что счастье – это благополучие жизни, когда во всех сферах жизнедеятельности, когда «все хорошо», когда хочется жить, в том числе и в плане психологическое благополучие (гармония с собой, принятие себя). Чуть меньше связывают с определенными событиями, с достижением успеха, с моментом.

3. Счастье, по мнению подростков, зависит в большей степени от окружающих его людей, от их поведения, отношения, поступков. Очень многие связывают счастье с родными, любимыми и любящими людьми: семьей, друзьями, «второй половинкой», которые любят, заботятся, поддерживают безусловно, то есть таким какой есть. Но также многие говорят о том, что зависит от личности самого человека: от достижения целей, успеха, от психологического состояния.

4. Интересно, что мало респондентов упоминали о собственном здоровье, но достаточно много говорили о здоровье и благополучии своих близких. Это также говорит о том, что для подростков самой важной ценностью является семья и близкие люди.

5. Стоит отметить, что абсолютное большинство говорят о высоких духовных и моральных ценностях, а не о материальных вещах, и не о внешности.

6. Радует, что всего лишь 9 человек из 100 уклонились от ответа. Многие писали достаточно развернутые, грамотные ответы. Чувствуется равнодушие и искренность многих подростков.

Некоторые говорили о том, что точно не относится к счастью:

1. Любовь (любовь ребенка к алкоголикам-родителям).

«Моральное состояние, при котором человека наполняют положительные эмоции, такие как радость, удовлетворение, спокойствие, уверенность. Осознанно не включаю любовь в список, потому что любовь может запросто вызывать и несчастье, например, когда мы говорим о любви ребёнка к сильно пьющему родителю.».

2. Телефоны, одежда, машина.

3. Условия жизни и материальное положение.

Приведем **примеры** самых ярких и запоминающихся определений, данных подростками.

✓ «Счастье? Я создал столько параллелей своей реальности, создал столько личностей и прожил их жизни, что, по-моему, давно запутался в них. Однако могу чувствовать то же, что чувствуют они. Поэтому счастье - это буквально всё что угодно, стоит лишь придумать необходимый сценарий. (Звучит странно, но я говорю правду)».

Действительно, данное высказывание является достаточно странным и необычным. Но, тем не менее, существует мнение психологов, что счастье можно себе «придумать», так же как и несчастье и страдание, а именно счастье – это результат нашего выбора, то есть мы ежедневно выбираем: страдать или принимать жизнь такой, какая есть и быть при этом счастливым несмотря ни на что.

✓ «Счастье - мимолетное мгновение, момент. Это очень небольшой отрезок сильных положительных эмоций, чего-то прекрасного, однако, мы также чувствуем себя счастливыми и вне этого момента. Но это "счастье", скорее, просто удовлетворение от своей жизни и не более. Поэтому счастье - радостное мгновение, а все остальное время, когда мы счастливые - не более, чем гармония с самим собой».

✓ «Счастье - когда в душе как будто горит камин».

✓ «Счастье для меня это полёт».

✓ «Для меня счастье - это когда ты добился желаемого ни смотря на сложности, когда у тебя есть верные друзья которые поддержат и помогут в трудный час, а само счастье означает ярко выраженные позитивные эмоции. Со словом счастье у меня ассоциируется: безграничное чувство радости».

✓ «Счастье - это когда у тебя есть все, что тебе нужно, чтобы чувствовать себя комфортно, когда твои близкие рядом, и когда они любят и ценят тебя, когда ты наслаждаешься всем хорошим, что происходит в твоей жизни, когда ставишь себе цели и достигаешь их».

✓ «Счастье - приятный отголосок где то внутри. Осознание того, что твои родственники живы и здоровы, что у тебя в жизни все хорошо. Наверное, счастье ассоциируется с улыбкой и желанием жить».

✓ «Когда ты радуешься любым мелочам».

✓ «Счастье-это чувство полного спокойствия, социального благополучия во всех сферах жизни. У меня оно ассоциируется с отцом, братом, молодым человеком, красотой природы и друзьями».

✓ «Это самое светлое и доброе чувство».

✓ «Счастье - состояние, при котором ты хочешь жить и боишься умереть. Счастье - лишь только миг, за него и держись».

✓ «Счастье у меня ассоциируется с лёгкостью, как будто в душе сияет солнышко».

✓ «Человек счастлив, когда не ищет смысла жизни, потому что уже нашёл»

✓ «Мир без насилия, в любых проявлениях последнего».

✓ «В моём понимании Счастье это тёплое чувство которое может ощутить каждый.»

✓ «Не стоит планировать жизнь. Надо жить **моментом**, потому что все самое запоминающееся будет незапланированным. Всё будет казаться лишним, не к месту, и время не то, но в итоге это и будет самое лучшее решение».

Таким образом, многие дети писали достаточно развернутые глубокие и метафоричные ответы, что говорит о том, что у них сформировано критическое, аналитическое мышление, а также обладают способностью рассуждать и рефлексировать. Также можно отметить заинтересованность детей этой темой, так как уклонились от ответа всего 9 человек из 200.

Для **выявления определенных установок по поводу счастья у подростков**, им было предложено выбрать верные, на их взгляд утверждения.

<i>Варианты ответов</i>	<i>Проценты, %</i>
1. Счастье в большей степени зависит только от самого человека, его выбора и поступков.	74,5
2. Все люди хотят быть счастливыми.	72
3. Чтобы быть счастливым, нужно прикладывать усилия для этого, то есть самим его создавать.	61
4. Человек может быть счастливым, даже если у него серьезные проблемы в жизни	60
5. За счастье нужно бороться.	52
6. Можно быть просто счастливым, ничего не делая для этого.	37,5
7. Человек может быть счастливым только после того, как много страдался.	11

Глядя на данные ответы, очень радует, что всего 11% респондентов отметили пункт про страдания. Ведь зачастую позиция «жертвы», достижение счастья путем долгих испытаний и страданий возвышается в литературных произведениях классиков, в религиозных православных принципах, что откладывает определенный отпечаток на формирование культуры самопомощи. Мы видим, что в сознании детей эти установки практически отсутствуют.

Преобладают мнения, что счастье все-таки в большей степени зависит от самого человека и от его усилий, устремлений (75 и 60%). Но, тем не менее, многие, а это 38%, считают, что можно просто быть счастливым, независимо ни от чего.

Вот одно из высказываний респондентов: «С одной стороны, счастье нужно заслужить. А с другой, счастья достоин каждого и к каждому оно приходит в свое время».

Больше половины (60%) также указали, что для счастья не обязательно должно быть в жизни все «хорошо» и благополучно, можно быть счастливым, имея в жизни трудности и проблемы. Об этом писал один респондент в открытом вопросе:

✓ «Счастливым можно быть всегда, даже если случилось что-то плохое. Всё просто зависит от нас и наших мыслей, действий, и прочего».

✓ «Как в свое время сказала Леди Гага: „Я хочу, чтобы люди понимали: мы все — произведения искусства, и не стоит бояться себе и окружающим в этом признаться!“ Счастье - быть в ладу с собой».

Это указывает на то, что во многом счастье – это внутреннее душевное состояние человека, его внутренняя гармония и комфорт, который не разрушается под влиянием внешних обстоятельств. Действительно, наши мысли порождают чувства и порождают действия, ведь многие одну и ту же ситуацию рассматривают и воспринимают по-разному. Иногда, если не можешь изменить ситуацию, можно просто изменить свое отношение к ней, тогда счастье человека будет непоколебимо. Респондент:

«Счастье имеет место быть в жизни каждого человека. Не нужно придумывать себе повод для счастья, ведь то, что мы живы, что у нас есть еда, крыша над головой, близкие люди - это уже счастье. А если этого все таки мало, то нужно трудиться ради своего счастья, при этом не вредить другим людям, ведь понимание счастья у каждого человека свое личное) спасибо за такой интересный опрос!».

Итак, были выявлены несколько однозначных моментов:

1. Счастье связано с положительными эмоциями и с высокими духовными ценностями.
2. Счастье не определяют как что-то нечто данное свыше, а связывают с конкретными людьми, событиями и периодами в жизни.

Нет однозначного ответа на то, что же такое счастье, от кого оно зависит, так как подростки связывают счастье, как с личными устремлениями человека, его душевным состоянием, так и с поведением окружающих людей. Как с ощущениями, когда во всех сферах жизнедеятельности все хорошо, так и с яркими эмоциями в определенный момент жизни.

2.2 Анализ факторов, которые, по мнению подростков, влияют на их ощущение счастья.

В первом параграфе мы рассмотрели общее представление подростков о счастье, их определенные установки. Но мы не можем с точностью уверять, что их представления соответствуют их реальности, ведь эти определения, которые они давали, могли быть сформированы под влиянием общества, книг, СМИ, телевидения и т.д. В этом параграфе рассмотрим, что же на самом деле делает подростков счастливыми в данный момент, кто делает их счастливым, от чего зависит счастье. Иначе говоря, какие факторы влияют на ощущение счастья подростками, и какие субъекты участвуют в этом процессе.

Для решения этой задачи в анкете был предоставлен вопрос: **«Что/кто делает Вас счастливым?»**, где можно было выбрать любое количество ответов. Ответы расположились в следующем иерархическом порядке.

<i>Варианты ответов</i>	<i>Проценты, %</i>
1. Достижение успеха	80
2. Понимание со стороны близких	78
3. Душевные разговоры с друзьями/другом	76,5
4. Любимое занятие/хобби	70
5. Тусовки с друзьями	68
6. Когда делаю сюрпризы/подарки родным и близким	63,5
7. Общение, совместная деятельность с родителями (с одним из них)	60
8. Домашние животные	56
9. Нахождение на природе	55,5
10. Новые покупки	53
11. «Вторая половинка»	48,5
12. Общение, совместная деятельность с бабушками, дедушками	48
13. Лично заработанные или карманные деньги	47,5
14. Братья, сестры	47
15. Хорошие оценки в школе	37,5
16. Городские мероприятия/концерты	32,5
17. Социальные сети	31
18. Маленькие дети	30,5
19. Компьютерные игры	26
20. Некоторые блогеры	25
21. Я счастлив независимо ни от чего	18
22. Общение с учителями	13
23. Алкоголь	9,5
24. Сигареты	4

Анализируя таблицу можно выделить следующие аспекты.

1. На первом месте по количеству отметок является успех - зависимость счастья от самой личности
2. На втором и третьем месте стоят понимание со стороны близких и душевные разговоры с друзьями – зависимость от отношения окружающих к подростку, от теплоты взаимоотношений
3. На 4 месте хобби – зависимость от самой личности
4. На пятом и седьмом вновь оказались утверждения про друзей и семью – зависимость от окружающих.
5. На шестом месте сюрпризы для близких – зависимость от самой личности.
6. Также в десятку вошли животные, нахождение на природе и покупки – зависимость от материальных вещей и от внесоциальной среды.
7. Меньше всего отмечали алкоголь, сигареты и общение с учителями. Таким образом, учителя в очень малой степени способствуют ощущению подростками счастья, не вызывают положительных эмоций. Это связано с тем, что они по большей части являются знакомыми людьми, с которыми существуют лишь формальные отношения, а, по мнению абсолютного большинства респондентов, счастливыми их делают родные и близкие люди: друзья, родители, и в половине случаев домашние животные, братья/сестры, бабушки/дедушки (около 50%).
8. Радует, что компьютерные игры указали всего 26%. Это говорит о том, что сфера межличностного взаимодействия, активного досуга является очень значимой, и что в данный момент в современном обществе компьютеры не вытеснили еще живое общение.

Таким образом, можно сделать вывод, что счастье зависит практически в равных долях как от окружения и взаимоотношений с родными и близкими, так и от личных достижений устремлений человека. С небольшой долей перевешивает окружение: семья и друзья. Человек - существо социальное, а для подростков принадлежность к определенной малой группе особенно важно в силу возрастных особенностей.

Этот вывод подтверждает ответ одного из респондентов: «Счастье имеет место быть в жизни каждого человека. Не нужно придумывать себе повод для счастья, ведь то, что мы живы, что у нас есть еда, крыша над головой, близкие люди - это уже счастье. А если этого все таки мало, то нужно трудиться ради своего счастья, при этом не вредить другим людям, ведь понимание счастья у каждого человека свое личное) спасибо за такой интересный опрос!)».

Очень интересным и важным критерием в определении факторов счастья является анализ историй, в которых подростки чувствовали себя самыми счастливыми. Этот показатель отражает прожитый ребенком опыт, а именно то, что отложилось в памяти на долгое время, а значит самое значимое в их жизни. *Данный вопрос направлен на рассмотрение счастья, как жизненного момента.* Респондентам необходимо было закончить предложение: « **Я чувствовал (-а) себя самым счастливым человеком на всем белом свете, когда (опишите самые запоминающиеся истории или одну из них):**

Ответы респондентов были систематизированы и распределены по сферам их жизнедеятельности.

<i>Категория</i>	<i>Примеры</i>
1) Моменты, произошедшие впервые	- первый велосипед в 5 лет - первая любовь - первый поцелуй - первая гитара - первая собака - первая поездка за границу
2) Ситуации с животными	-встреча рассвета с животным -подарили собаку/кота/животное, которое давно хотел -занятие конным спортом -в доме появились животные - когда везла домой щенка - купил хорька
3) Ситуации, связанные с празднованием событий	-День рождения с друзьями (незабываемый подарок, ощущение себя нужным и значимым)/подарили на день рождения то, что давно хотела -День рождения с семьей -встреча с друзьями Нового года - дни рождения друзей -любой праздник -подготовка подарка для подруги/друга
4) Ситуации с друзьями	-когда встречали рассвет -встречали вместе Новый год -праздновали День рождения -когда застряли в лифте -когда катались на санках -совместные прогулки, поездки -встреча после долгой разлуки -когда оставалась с ночевкой у подруги -когда в гостях у подруги бываю -встретилась с подругами детства -вели душевные разговоры -находились на природе -обсуждали книги «Гарри Поттер»

	- забрались на крышу - пели песни 90-х, идя по улице - катались на велосипеде -танцевали под любимые песни -приобретение новых друзей -смотрели на звезды -купались на речке -познакомилась с лучшей подругой -отдых с подругой на море
5) Ситуации, связанные со школой/образованием	-выход на дистанционное образование -экзамен на максимальное количество баллов -получение музыкального образования -когда неожиданно поставили пятерку по математике -сдача экзаменов на положительные оценки 4 и 5 -вручение красного аттестата -когда сдала экзамен
6) Ситуации, связанные со «второй половинкой»	-когда влюбился -взаимные чувства, взаимная симпатия -нахождение вместе -подарки/сюрпризы -когда человек понял, что потерял тебя, а потом вернулся и осознал -поддержка в неопределенной ситуации -первые свидания -когда слышала слова «Я тебя люблю» -поездка в зоопарк
7) Ситуации в лагере	- первая любовь -сама поездка в Артек (заветная мечта), -разные ситуации в лагере -поездка в «ВДЦ "Океан" -МДЦ "Артек" -когда попала в лагерь «Океан» Ps: было очень много упоминаний про поездку в «Артек» и «Океан».
8) Путешествия	-поездки в Финляндию и Швецию, общение там с эмоциональными доброжелательными людьми -поездка в Москву -учеба в Питере 1 месяц -поездки с ансамблем по городам -восхождение на Пик Тальцинского -полет в Турцию -поездка в Крым -поездки в разные города или деревню -поездка в 5 лет в Дубай -отдых на море -поездка в Париж
9) Ситуации связанные с семьей	-поход в Тайгу -когда обнимает отец -нахождение на природе -когда родители жили вместе

	-когда с бабушкой играем и бесимся, как маленькие дети -прогулки с сестрой -долгожданная встреча с братом -когда родители здоровы -проведение времени с сестрой -когда появился племянник -когда появился брат -когда похвалил отец -путешествия с семьей -когда слышу мамин смех -когда не ссорюсь с родителями
10) Достижение успеха	-победа -выигрыш поездки на психологическую школу в Москву -достижения в спорте -успешная сдача экзаменов
11) Удовлетворение биологических потребностей	-поедание вкусной еды (в одиночестве или с друзьями, или с семьей) -переезд в нормальную квартиру -когда выспался
12) Ситуации, связанные с духовными ценностями	- когда люблю и любима (себя, семью, друзей, не только партнера) - когда понимают - когда достигаю умиротворения - когда чувствую себя нужной
13) Ситуации, связанные с приобретением материальной вещи	Покупка: - книги -личного ноутбука -велосипеда - мощного компьютера. Выигрыш денег.
14) Любимое дело, хобби	-когда стоишь на сцене - когда каталась на водяных горках -когда купался весь день на речке -прослушивание музыки - участие в соревнованиях -когда занимался любимым делом -понимание, что день прожит не зря»
Прочее	-когда выписали из больницы -когда смотрела звездопад -когда увидела туманный рассвет на озере - Когда сбылась мечта

Абсолютным лидером в этом вопросе стали рассказы детей времяпровождения с друзьями, со «второй половинкой». Семья в этом плане уступает немного, но, тем не менее является важной, ведь именно в семье происходит познание этого мира. Часто упоминали путешествия в другие города и страны, а также многие писали про лагерь

«Артек» и «Океан». Также в данном вопросе вновь появляется один из главных субъектов – это домашние животные.

Один респондент написал: «Этих моментов очень много благодаря моим друзьям, родителям и молодому человеку, выделить что-то одно невозможно.» В этом предложении суть большинства рассказов.

Еще один высказался про то, что счастье – это больше проживание момента. «Не стоит планировать жизнь. Надо жить **моментом**, потому что все самое запоминающееся будет незапланированным. Всё будет казаться лишним, не к месту, и время не то, но в итоге это и будет самое лучшее решение»

Некоторые примеры рассказов.

✓ «На своём дне рождения, когда я думал что самый ненужный человек, что моим друзьям было бы лучше без меня, девчонки своим подарком доказали обратное. Они подарили мне таинственную коробку, весь день я думал что же в ней находится , к вечеру после гуляний мы пошли посидеть у меня ещё немножко. Придя ко мне мы уселись на диван, и я предложил открыть этот самый подарок, в тот момент когда я его распаковывал, мне хотелось заплакать от счастья, ведь там столько всего было , и плед , и сладости, и много чего ещё, было видно что подарок был собран с любовью. В этот момент, мне казалось что не существует человека более счастливого чем я в этот самый момент , я еле сдержался что б не расплакаться словно ребёнок».

✓ «Когда мы гуляли с друзьями на новый год, творили всякую чепуху, когда я была у любимого человека. Историй очень много, например, как-то раз мы пошли гулять, не было урока. За ним был следующий. Мы пошли на балкон высокого дома, чтобы сфотографировать ту красоту, либо просто отойти от всех, уйти туда, где никого нет. Спускаясь, мы зашли в лифт, смутило меня то, что в лифте было написано "максимум пять человек" А нас шесть Друзья сказали "да поехали". И, конечно же, мы застряли. Пропустив при этом урок».

✓ «Крч, в 11 то ли в 12 я был в лагере. А до этого у меня вообще девушки никогда не было. Ну так вот, встретил я там одну девушку. ТАКАЯ БАЛДЕЖНАЯ:). Ну и вот, я почти всю смену пытался с ней замутить, А я же говорю опыта не было. И вот крч за 9 дней до конца лагеря мне удалось с ней замутить. Ля, вот и тот момент когда она согласилась встречаться был самый запоминающийся в моей жизни.(как минимум это то что первое пришло в голову)».

✓ «Их так много, но если одну, то когда вышла на дистанционное обучение». (Вероятно, у этой девочки были проблемы со взаимоотношениями с одноклассниками или она просто по темпераменту интроверт)».

✓ «Несколько лет назад была в Финляндии и Швеции. Там прекрасная эстетика везде (в зданиях, на улицах), люди доброжелательны, более эмоциональны и общительны. Тогда я почувствовала себя действительно счастливой, потому что будто чувствовала душой, что это то самое место, в котором мне спокойно и хорошо, ничего не тревожит».

✓ «Чаще всего, когда я готовлю или заказываю, а после ем вкусную еду (могу одна, а могу с друзьями, родителями, любимым человеком), то я всегда чувствую себя самым счастливым человеком».

✓ «Когда я осуществила свою самую заветную мечту на то время и выиграла путевку в Артек; когда появились первые заказы и покупатели в моем малом бизнесе».

✓ «Да я каждую пятницу самый счастливый человек на Земле».

Изучив ответы респондентов на данный вопрос, можно сделать вывод, что на самом деле ребенку многого для счастья и не нужно, главное, чтобы было внимание и понимание со стороны родителей, чтобы как можно больше был организован семейный совместный досуг, а также, чтобы были друзья, с которыми можно весело проводить время. Чаще всего, как мы можем наблюдать, позитивные эмоции вызывает активное времяпровождение. Таким образом, самые счастливые моменты подростки связывают в основном с досуговой деятельностью, отдыхом, путешествиями, поездками, которые так или иначе связаны с друзьями и семьей.

Одним из важных факторов счастья для подростков является мнение окружающих людей. Для анализа этого аспекта вниманию подростков был предоставлен отдельный вопрос: «Влияет ли мнение окружающих людей на Ваше состояние счастья? (Выберите все верные суждения, на Ваш взгляд)».

<i>Варианты ответов</i>	<i>Проценты, %</i>
1) Мое счастье не зависит ни от осуждения, ни от одобрения.	45
2) Если окружение осуждает мои поступки/образ жизни, то я становлюсь менее счастливым.	40
3) Я принимаю во внимание лишь мнение счастливых людей.	35
4) Я очень счастливый человек, поэтому окружающие не могут помешать мне быть счастливым (-ой).	23
5) Если окружение одобряет мои поступки/образ жизни, я становлюсь более счастливым (-ой)	5

Ответы на этот вопрос являются достаточно противоречивыми, с одной стороны около половины опрошенных подростков говорят, что их счастье не зависит от мнения, но с другой, многие выбирали указывали, что **осуждение или критика окружающих делают их менее счастливым, а одобрение более счастливым (80% и 10%) соответственно**. Но здесь очень важным аспектом является, что одобрение/похвала в меньшей степени влияет на счастье.

Чтобы более детально разобраться в этом вопросе, рассмотрим примеры ответов на «свободный» вопрос, который был не обязательным: **«Ваши любые мысли на тему счастья, рекомендация, пожелания, предложения (вопрос по желанию)»**. В нем многие акцентировали свое внимание как раз таки на данном аспекте.

Вот один из очень ярких примеров, где респондент пишет о том, как родители (их мнение, поведение, воспитание) негативно влияют на его моральное состояние и самоощущение:

✓ «... а самое главное - когда родители не лезут куда не надо, это наше дело с кем общаться и из каких родов, наше дело курить или пить, вы можете просто по-человечески об этом поговорить, но нет смысла применять насилие (моральное и физическое), так родители всё только портят».

✓ «Я хочу пожелать никогда не зависеть от мнения других людей, *денег*, статуса и всего прочего, что, на самом деле, не имеет никакого значения в этом мире. Самое важно и то, что делает человека по-настоящему и безмерно счастливым - это любовь, семья, друзья и доброжелательность по отношению ко всем-всем людям».

✓ «Счастье - это занятие любимыми делом. Не нужно слушать окружающих. Жизнь одна и её нужно прожить так, как хочешь именно ты, а никак тебе навязывает общество и родители.».

✓ «Если ты счастлив это замечательно. Не нужно заикливаться на грубых словах других людей. Ведь ты живёшь для себя, а не для них.».

✓ «Нужно жить для себя и не слушать других. не строить из себя кого-то и жить в кайф». – про мнения окружающих.»

Таким образом, проанализировав ответы можно сделать вывод, что мнение окружающих близких людей, а особенно родителей, порой значительным образом негативно сказывается как на психологическом состоянии ребенка, так и на его образе жизни. Некоторые респонденты призывают к необходимости прислушиваться к своему внутреннему голосу и меньше обращать внимание на мнение и советы окружающих, обосновывая это уникальным жизненным путем каждого отдельно взятого человека.

Также для решения второй задачи исследования интересно было узнать мнение подростков по такому спорному и вечному вопросу, как зависимость счастья от денег, от материальных вещей. Для этого в вопрос №2, где нужно было выбрать верные суждения, были включены пункты, касающиеся влияния финансового состояния на счастье.

Получились следующие результаты.

<i>Варианты ответов</i>	<i>Проценты, %</i>
Счастье от денег зависит до определенного момента	46
Счастье вообще не зависит от денег	44
Все богатые люди счастливые.	4,5
Все бедные люди несчастны.	3,5

Таким образом, достаточно малое количество респондентов отмечали варианты ответов, касающиеся денег. Преобладает мнение, что зависимость есть до определенного момента или что вообще не зависит. Пример одного из высказываний респондента на открытый вопрос: «Счастье не купишь. Но деньги могут помочь его обрести.».

Данные результаты подтверждаются ответами респондентов на открытые вопросы, описанные ранее. Как к факторам счастья, так и к факторам несчастья подростки очень редко относили деньги или материальные вещи. Это может быть связано с двумя моментами: либо в выборке были дети в основном из обеспеченных семей, либо, действительно, деньги не приносят счастье. Приведу один из примеров ответов: «Я хочу пожелать никогда не зависеть от мнения других людей, *денег*, статуса и всего прочего, что, на самом деле, не имеет никакого значения в этом мире».

В открытом вопросе № 7, где респонденты могли написать любые свои мысли на тему «Счастье», некоторые респонденты сделали выводы, что СЧАСТЬЕ – ОНО В МЕЛОЧАХ, в окружающих нас вещах. Главное нужно уметь их замечать, ценить то, что имеешь на данный момент, не акцентируя свое внимание на негативе. Ведь обращая свое внимание на несчастье, на негатив, можно не заметить или упустить что-то очень прекрасное, важное и значимое в этой жизни. То есть в таком случае мозг человека отсеивает все хорошее, что есть в этом мире и находит подтверждение только тому, как все плохо!

Примеры.

✓ «За счастьем не надо далеко ходить, оно всегда рядышком, просто нужно уметь находить счастье в мелочах».

✓ «Цените то, что у вас есть. Чаще задумывайтесь, почему вы несчастны. Может быть, не все так плохо».

✓ «Счастье - оно в мелочах, оно повсюду. *Не надо акцентировать внимание на негативных мыслях*».

✓ «Чтобы быть счастливым, нужно видеть счастье в мелочах».

✓ «Счастье нужно искать в мелочах, за ним не нужно гнаться, оно само найдет вас, а если вы говорите, что вы несчастны, вы просто не замечаете, что происходит вокруг вас и сколько людей и вещей может принести вам Счастье».

✓ «Прежде всего, счастливым можно быть когда счастливы близкие люди, но а также счастье заключается часто в мелочах. ...».

✓ «Легче относиться к жизни, и счастье будет с вами».

✓ «Если не быть слишком требовательным, любая вещь сойдёт за благо».

✓ «Не старайтесь оправдать чьи-либо ожидания, живите для себя».

Таким образом, чтобы подросток был счастливым, необходимо обращать внимание на мелочи этой жизни, ведь праздники не каждый день. Это будет способствовать ощущению счастья на постоянной основе. Но не менее важны в жизни как детей, так и каждого человека определенные жизненные яркие события, которые скрашивают серые будни «сочными красками». Эти события создают на самом деле основу для коммуникации между людьми, это то, что интересно и увлекательно для многих людей.

2.3 Анализ факторов, которые делают подростков несчастными по их субъективной оценке

В структуре субъективного благополучия детей кроме счастья и удовлетворенности жизнью выделяют негативные эмоции. Ведь важно осознавать не только факторы счастья, но и по аналогии несчастья, то есть то, что вызывает у подростков негативные эмоции, что их беспокоит и тревожит, какие существуют актуальные и значимые для них проблемы.

В связи с этим респондентам был задан ряд вопросов. Первый из них это: **«Что Вас беспокоит/«бесит»/тревожит на данный момент в жизни? (Можно выбрать любое количество вариантов).»** Ответы распределились следующим образом.

<i>Варианты ответов</i>	<i>Проценты, %</i>
Дистанционное обучение	45
Невозможно гулять сколько хочется и где хочется из-за коронавируса	45
Мой внешний вид	43

Сдача экзаменов	39
Неизвестность, что ожидает в будущем	34
Непонимание со стороны родителей	32
Ситуация с оценками в школе	31
Несправедливое отношение окружающих по отношению к Вам	30,5
Отношения со «второй половинкой»	28,5
Уроки	27,5
Когда родители повышают голос	26
Ложь/предательство родного человека	24
Ссора с друзьями	20,5
Нарушение Ваших прав	19,5
Конфликты с учителями	19
Финансовая ситуация в семье	19
Болезнь кого-то из родителей/родных	18,5
Ссоры родителей между собой/развод/раздельное проживание родителей	17
Выполнение работы по дому (уборки, вынос мусора, приготовление еды)	17
Конфликты с сестрой и/или братом	17
Отсутствие карманных денег	16
Чрезмерный контроль родителей	16
Отсутствие друзей	14,5
Смерть близкого человека	13,5
Мало одежды	11,5
Конфликты с бабушкой/дедушкой	8
Болезнь	7,5
Утрата домашнего животного	6,5
Кража/потеря личной вещи	6,5
Проигрыши в компьютерной игре	5,5
Мало еды	5
Родители не хотят взять животное, которое хочется	4,5

Таким образом, мы видим, что лидирующего мнения нет. Это говорит о том, что у каждого из опрошенных свои индивидуальные трудности. Тем не менее почти у половины респондентов присутствуют сложности, связанные с дистанционным обучением. Эта тема стояла остро на момент опроса, потому что данные меры были внезапными, никто не готов был к переходу на новую форму образования, все испытывали стресс. На втором месте оказался фактор, который также связан с эпидемиологической ситуацией в стране.

Удивительно, что на третьем месте - внешний вид, потому что в открытых вопросах об этом говорили единицы. А вообще этот ответ вполне обоснованный, так как подросткам свойственны комплексы, связанные со своим телом в силу биологических особенностей.

Глядя на таблицу, и сравнивая с аналогичным вопросом про счастье, можно сделать вывод, что негативные факторы отмечали гораздо реже. Если сравнить лидирующие позиции (то есть первые в списке по количеству выборов), можно заметить большую разницу (80% и 45% соответственно). Это говорит о преобладании в жизни подростков позитивных моментов.

Таким образом, подростков больше всего беспокоят моменты, связанные со школой, с дистанционным образованием, с ситуацией в стране, а также внешний вид и непонимание, несправедливое отношение со стороны окружающих, в том числе родителей.

Для более точного анализа по данному вопросу респондентам было предложено дополнить предложение: **«В данный момент жизни для полного счастья мне не хватает:».**

Результаты можно наблюдать в графике



Прочее (1-3%): отдельной комнаты/личного пространства, активного образа жизни, новых покупок, зимы, здоровья, внимания родителей, нормальной квартиры, удачи, близкого по душе человека, каникул, мощного компьютера, вкусной еды, привлекательной внешности, путешествий Хобби/успех в деле/достижение целей, домашнего животного.

Все результаты можно сгруппировать в несколько направлений.

1) *Психологические моменты, связанные с самой личностью, дефициты желаемых качеств:*

- ответственность
- спокойствия
- ресурсного состояния
- организованность, распорядок дня/хороший сон

- лень (отсутствие интереса или мотивации)
- уверенность в себе, независимость от чужого мнения
- общительность
- любви к себе/принятии себя
- усидчивости/дисциплинированности

2) *Ситуация в стране и вытекающие последствия (обостренная нехватка прогулок):*

-коронавирус

3) *Взаимоотношения со второй половинкой, родителями, друзьями*

4) *Учеба и поступление в ВУЗ*

5) Деньги, материальные вещи (но на общем фоне нехватка денег является незначительной, всего 17% упоминали об этом).

Далее респондентам было предложено написать, что, по их мнению, или кто чаще всего в жизни их огорчает(-ют)/ делает(-ют) несчастным(-ой).



Прочее (1%): здоровье, еда, нормальные вещи, коронавирус, насилие над животными и людьми, потеря домашних животных.

Мы видим, что ответы достаточно разнообразны, проблемы у каждого индивидуальны. Актуальная проблема для всех вновь взаимоотношения с родителями, друзьями. Достаточно большое количество детей упоминают о непонимании, несправедливом отношении. На втором месте стоит, учебная деятельность и самоопределение. Кроме того, многие отмечают, что они сами являются причиной своих несчастий, их поведение и личностные психологические проблемы.

1) На первом месте факторов несчастья, стоят, конечно, ссоры и конфликты вообще, а также некоторые указывали конкретных субъектов:

- с родителями;
- с друзьями;
- с братьями/сестрами;
- родителей между собой.

Стоит отметить, что ссоры с друзьями и ссоры с родителями набрали равное количество упоминаний.

2) Делает несчастным подростков, по их мнению, отношение к ним окружающих людей. Они выделяют следующее:

- повышение голоса;
- игнорирование/недостаток внимания;
- неуважение/оскорбление/унижение;
- несправедливость;
- предательство близких/неискренность/ложь;
- критика значимых людей/осуждение;
- травля со стороны одноклассников.

Перечисленные выше явления являются причинами конфликтов

3) Школа, оценки, взаимоотношения с учителями и одноклассниками

4) Также беспокоят поступки людей вообще, их пороки: жестокость, вражда, глупость, зависть, окружающий негатив, соц неравенство(иерархия).

4) Личные психологические проблемы:

- одиночество,
- недовольство своим поведением, телом
- неуверенность в себе,
- собственные неудачи,
- неопределенность.
- отсутствие результата, когда что-то не получается

Наблюдается тенденция, что в основном, респонденты указывают причины, касающиеся морали, нравственности и духовности в сфере взаимоотношений с близким окружением и практически не говорят о деньгах и материальных вещах. Также радует, что про физическое здоровье упомянули всего 3 человека из 200, а это значит, что в принципе, по оценке подростков, чувствуют они себя неплохо или просто не считают этот фактор значимым, чего нельзя сказать о психологическом здоровье.

Также в этом вопросе выяснилось, что для многих проблема самоорганизации, планировании, дисциплинированности, самоанализа, внутреннего равновесия, самореализации является также актуальной, ведь это то, чему не учат в школе. Эта

проблема прослеживается в ответе на все 3 вопроса. Можно сделать вывод, что это направление требует особого внимания и отдельного изучения.

Пример респондента, который говорил о важности душевного благополучия:

✓ «Как в свое время сказала Леди Гага: „Я хочу, чтобы люди понимали: мы все — произведения искусства, и не стоит бояться себе и окружающим в этом признаться!“ Счастье - быть в ладу с собой».

Кроме того, респонденты освещали в открытых вопросах достаточно глобальные очень значимые общественные проблемы. Достаточно интересным показался ответ одного респондента, который затронул проблему не только подростков, но и всех людей, связанную с **быстрым темпом жизни, с бесконечной суетой**, с огромным объемом информации:

✓ «Побыть наедине с собой иногда очень нужно. Нужно, чтобы хотя бы часов 5 вас никто не трогал. Тогда вы сможете отдохнуть от быстрого движения этого мира и осмыслить зачем ты так стараешься и много работаешь. Просто потому что это все надоедает, ты не можешь трезво оценить труд который уже проделал и возникает желание все бросить, но данное вам время на раздумья может открыть вам второе дыхание».

Некоторые респонденты писали о **насилии в семье** и о том, что родители/опекуны не дают возможность свободно развиваться, не понимают, иначе говоря нарушают права детей и не создают условия для успешной самореализации ребенка и для всестороннего развития. А также один из них говорит о проблеме **невозможности защитить свои права** без еще большего ущерба.

✓ «Как я считаю, чтобы тинейджер был счастлив, ему достаточно понимающих родителей, свободу слова которую родители часто блокируют, а тинейджеры не в силах доложить об этом, т.к потом от родителей будут еще хлеще проблемы, а самое главное - когда родители не лезут куда не надо, это наше дело с кем общаться и из каких родов, наше дело курить или пить, вы можете просто по-человечески об этом поговорить, но нет смысла применять насилие (моральное и физическое), так родители всё только портят».

✓ «Когда мои опекуны (бабушка и отец, мать наоборот меня поддерживает) давят на учебу, скидывают всю мою невнимательность на использование интернета и заставляют(!) работать. А также, общение с людьми с которыми я в ссоре.»

Очень интересную проблему затронул один респондент, который говорит о **разрушительной любви**, которая доставляет несчастье.

✓ «...Осознанно не включаю любовь в список, потому что любовь может запросто вызывать и несчастье, например, когда мы говорим о любви ребёнка к сильно пьющему родителю.»

Также некоторые из респондентов осветили **философские проблемы** выбора, смысла жизни, связанные со счастьем.

✓ «Невозможность сделать тот выбор, который будет являться верным, ибо такого не существует».

✓ «Человек несчастен, потому что сам выбирает быть несчастным.».

✓ «Счастье - состояние, при котором ты хочешь жить и боишься умереть. Счастье - лишь только миг, за него и держись».

✓ «Человек счастлив, когда не ищет смысла жизни, потому что уже нашёл».

Очень радует и приятно удивляет мышление подростков, то, как они умеют подмечать очень актуальные и значимые проблемы, как могут широко и глубоко мыслить, философски рассуждать, рефлексировать. Поражает открытость, искренность и доброжелательность некоторых респондентов, ведь удалось получить очень много развернутых ответов на непростую тему, а также на вопросы, которые имеют личный характер.

Приведем примеры некоторых пожеланий от респондентов автору исследования, а также высказывания по поводу их заинтересованности данной темой.

✓ «Будьте счастливы».

✓ «Будьте счастливы, несмотря ни на что».

✓ «Благодаря вашей анкете я понял, что в моей жизни вовсе нет никаких проблем и чувствую я себя просто замечательно.»

✓ «Добиться свои цели, то есть окончить техникум и вуз на мою любимую профессию, спасибо за тест мне понравился»

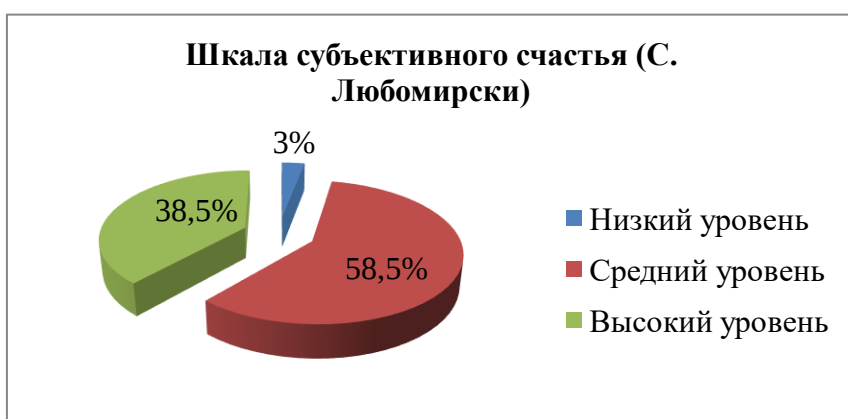
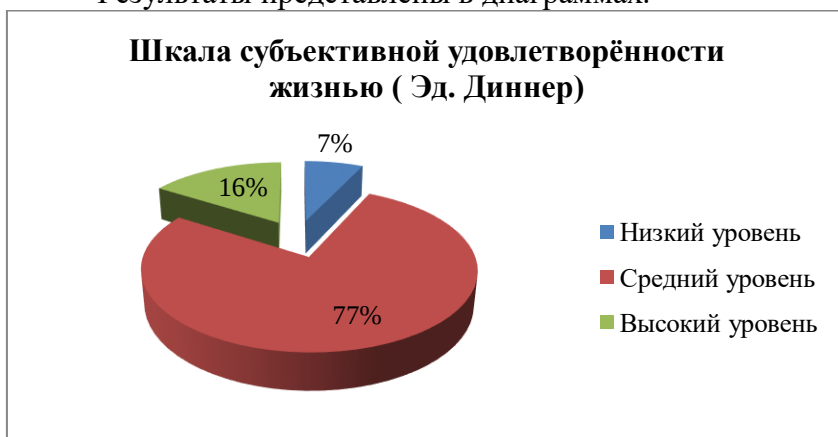
✓ «... спасибо за такой интересный опрос!))».

2.4 Анализ уровня субъективной удовлетворенности жизнью и субъективного счастья

Автором данной работы в исследование были включены такие психологические методики, адаптированные Дмитрием Леонтьевым, такие как **Шкала субъективной удовлетворённости жизнью (Эд. Диннер)** и **Шкала субъективного счастья (С. Любомирски)**. Они являются достаточно простыми в применении, надежными и

валидными. Направлены на определение уровня удовлетворенности жизнью и уровня ощущения подростками себя счастливыми

Результаты представлены в диаграммах.



На диаграмме мы можем наблюдать, что большинство подростков удовлетворены своей жизнью на среднем уровне. То есть это такие подростки, которые в принципе живут не в плохих условиях, и по большей части все хорошо, но могло бы быть и лучше/хуже. Также, многие, кто попал в эту категорию, выбирали в основном промежуточные результаты, что говорит об их неуверенности и неопределенности. Что касается ощущения счастья, то преобладает также среднее значение.

Низкий уровень, как мы видим, диагностирован всего у 7% и 3% соответственно. Данный факт является положительным, ведь очень малое количество детей считают себя несчастным, имеют пессимистичный настрой, и неудовлетворенны условиями своей жизни.

Сравнивая эти две диаграммы, мы видим, что количество респондентов, ощущающих себя абсолютно счастливыми, немного больше количества подростков, полностью удовлетворенных своей жизнью. Это может свидетельствовать о том, что счастье по большей части не равняется удовлетворенности жизнью. Это значит, что для счастья не обязательно иметь превосходные условия жизни и быть удовлетворенным всеми сферами жизнедеятельности. Достаточно радоваться мелочам и быть в гармонии с

собой. Но данные результаты могут быть интерпретированы и с другой точки зрения. Для детей, вполне вероятно, не совсем понятная такая категория, как «удовлетворенность жизнью» в отличие от «счастья».

Заключение

Чтобы ответить на главный вопрос дипломной работы, какие факторы влияют на ощущение счастья в подростковом возрасте, и каков уровень ощущения счастья и удовлетворенности жизнью подростками, в марте 2020 года автором было проведено исследование в форме анкетирования подростков 12-18 лет г. Томска и томской области.

Проанализировав основные результаты исследования, были сделаны следующие **выводы**.

1. *Представления подростков о счастье.*

Однозначно подростки определяют понятие **счастье** как ощущение положительных чувств и эмоций, таких как радость, душевное тепло, уверенность, эйфория, веселье, восторг, легкость, хорошее настроение. Также связывают с высокими духовными ценностями, такими как семья, дружба, верность, честность, справедливость, понимание.

Подростки определяют **счастье** в двух смыслах:

1) в широком: это благополучие жизни, когда во всех сферах жизнедеятельности, когда «все хорошо», в том числе психологическое благополучие (гармония с собой, принятие себя, уверенность в себе и т.д.);

2) в узком: это определенные события в жизни, радостные моменты, такие как достижение успеха, осуществлением мечты, получение подарка, покупка вещи и т.д.

Счастье, по мнению подростков, зависит как от окружающих людей, их поведения, отношения к человеку, так и от самого человека, в основном ассоциируют с конкретными людьми/событиями/периодами в жизни.

2. *Факторы счастья подростков.*

Счастье зависит практически в равных долях как от взаимоотношений с родными и близкими, от внимания и понимания со стороны родителей, так и от личных достижений устремлений человека. С небольшой долей перевешивает значимость окружения: семьи и друзей, ведь человек - существо социальное, а для подростков принадлежность к определенной малой группе особенно важно в силу возрастных особенностей.

Было выявлено, что чаще всего, позитивные эмоции вызывает активное времяпровождение, а именно отдых с друзьями, прогулки, путешествия, поездки, праздники, посещение лагеря, которые так или иначе связаны с друзьями и семьей. Также делают счастливым подростка домашние животные, занятие любимым делом, покупки вещей, нахождение на природе, ситуации успеха, поедание вкусной еды, а также моменты, произошедшие впервые. Стоит отметить, что определенные жизненные

яркие события, которые скрашивают серые будни «сочными красками», очень значимы для подростков, как и для всех людей, ведь эти события создают на самом деле основу коммуникации.

В плане зависимости счастья от денег было выявлено, что, по мнению большинства подростков, зависимость такая существует, но лишь до определенного момента, а некоторые отмечали, что такой зависимости нет вообще. Кроме того, отвечая на открытые вопросы, направленные на выявление факторов счастья и несчастья, и давая определение понятию «счастье», респонденты редко писали о деньгах и материальных вещах, акцентируя больше внимание на духовных.

Данный факт подтверждается утверждениями многих подростков о том, что СЧАСТЬЕ – ОНО В МЕЛОЧАХ, в окружающих нас вещах. Они акцентировали внимание на том, что главное нужно уметь замечать мелочи в повседневной и рутинной жизни, ценить то, что имеешь на данный момент, не акцентируя свое внимание на негативе. Ведь обращая свое внимание на несчастье, на негатив, можно не заметить или упустить что-то очень прекрасное, важное и значимое в этой жизни.

В отношении влияния мнения окружающих людей на ощущения счастья подростками было выявлено, что мнение/осуждение/критика близких людей, а особенно родителей, порой *значительным образом негативно сказывается* как на психологическом состоянии ребенка, так и на его образе жизни. Некоторые респонденты призывают к необходимости прислушиваться к своему внутреннему голосу и меньше обращать внимание на мнение и советы окружающих, обосновывая это уникальным жизненным путем каждого отдельно взятого человека.

3. Факторы несчастья/актуальные проблемы подростков.

Подростков больше всего беспокоят моменты, связанные со школой, с дистанционным образованием, с эпидемиологической ситуацией в стране из-за коронавируса, а также внешний вид, непонимание, несправедливое отношение со стороны окружающих, в том числе родителей.

Для счастья не хватает чаще всего качеств личности, необходимых для психологического благополучия, любви и второй половинки и теплых отношений с родителями, общения с друзьями и отдыха, денег, домашнего животного.

Актуальная проблема для всех – это проблема взаимоотношений с родителями, друзьями, «второй половинкой». Достаточно большое количество детей упоминают о непонимании, несправедливом отношении. На втором месте стоит, учебная деятельность и самоопределение.

Наблюдается тенденция, что в основном, респонденты указывают причины, касающиеся морали, нравственности и духовности в сфере взаимоотношений с близким окружением и практически не говорят о деньгах и материальных вещах.

Кроме того, респонденты освещали в открытых вопросах достаточно глобальные очень значимые общественные проблемы такие как, *быстротечность и суетливость жизни, насилие в семье(физическое и моральное), защита детьми своих прав, разрушительная любовь, философские проблемы выбора, смысла жизни*. Все эти аспекты могут являться основой для других глубоких исследований.

4. *Уровень удовлетворенностью жизнью и ощущение счастья подростками.*

Большинство подростков удовлетворены своей жизнью на среднем уровне. То есть это такие подростки, которые в принципе живут не в плохих условиях, и по большей части все хорошо, но могло бы быть и лучше/хуже. Также, многие, кто попал в эту категорию, выбирали в основном промежуточные результаты, что говорит об их неуверенности и неопределенности. Что касается ощущения счастья, то преобладает также среднее значение.

Был сделан вывод, что счастье по большей части не равняется удовлетворенности жизнью. Это значит, что для счастья не обязательно иметь превосходные условия жизни и быть удовлетворенным всеми сферами жизнедеятельности. Достаточно радоваться мелочам и быть в гармонии с собой.

Хочется отдельно отметить, что очень радует и приятно удивляет мышление подростков, то, как они умеют подмечать очень актуальные и значимые проблемы, как могут широко и глубоко мыслить, философски рассуждать, рефлексировать. Поражает открытость, искренность и доброжелательность некоторых респондентов, ведь удалось получить очень много развернутых ответов на непростую тему, а также на вопросы, которые имеют личный характер.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ

1. Конвенция о правах ребенка: одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990.
2. Декларация прав ребенка: Принята 20.11.1959 Резолюцией 1386 (XIV) на 841 пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН.
3. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ: Принят Государственной Думой 8 декабря 1995 года.
4. Федеральный закон "О государственной социальной помощи" от 17.07.1999 N 178-ФЗ: Принят Государственной Думой 25 июня 1999 года, одобрен Советом Федерации 2 июля 1999 г.
5. Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 N 323-ФЗ: Принят Государственной Думой 1 ноября 2011 года, одобрен Советом Федерации 9 ноября 2011 года.
6. Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" от 24.06.1999 N 120-ФЗ: Принят Государственной Думой 21 мая 1999 года, одобрен Советом Федерации 9 июня 1999 года.
7. Федеральный закон "Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации" от 10.12.1995 N 195-ФЗ: Принят Государственной Думой 15 ноября 1995 г.
8. Федеральная служба государственной статистики [электронный ресурс]: URL: <https://www.gks.ru/folder/13807> (дата обращения: 10.06.2020).
9. Diener E. (1984) Subjective Well-Being. Psychological Bulletin. Vol. 95. No. 3. P. 542— 575.
10. Protecting children s rights in criminal jastice systems [электронный ресурс]: Children who are at risk of coming into conflict with. – 2011. – URL: <https://www.coursehero.com/file/p49g20hl/Children-who-are-at-risk-of-coming-into-conflict-with-the-law-tend-to-display/> (дата обращения 10.05.2020).
11. Баландина А. Крик о помощи»: почему подростки не хотят жить [электронный ресурс]: Газета.ру. – М. – 2019. - URL: <https://www.gazeta.ru/social/2019/04/25/12321139.shtml> (дата обращения 10.06.2020).
12. Бочавер А. А., Докука С. В., Новикова М. А., Сивак Е. В., Смирнов И.Б. Благополучие детей в цифровую эпоху: докл. к XX Апр. междунар. науч. конф. по проблемам развития экономики и общества. – М. - 2019 г.. –. 34 с.

13. Бугачева Светлана Что такое психологическое здоровье? [электронный ресурс]: Психологи. – Беларусь. – 2013. - URL: <https://www.b17.ru/article/14351/> (дата обращения: 23.02.2020).
14. Всемирная организация здравоохранения [электронный ресурс]: Психическое здоровье. - 2019. - URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. (дата обращения: 10.06.2020).
15. Всемирная организация здравоохранения [электронный ресурс]: Данные и статистика – 2015. – URL: <https://www.euro.who.int/ru/health-topics/disease-prevention/tobacco/data-and-statistics> (Дата обращения 10.05.2020).
16. Галиахметова Л. И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью: проблема взаимосвязи/ Вестник Башкирского университета: Педагогика и психология. – Башкирия. – 2015. – 32 с.
17. Головей Л. А., Данилова М. В. Структура субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью в подростковом возрасте // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. - 2019. - Т. 8, вып. 1 (29). – 45 с.
18. Дети в трудной жизненной ситуации: профилактика неблагополучия: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации [электронный ресурс]: Демоскоп Weekly. – М. - 2013.- 8-14 с. - URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2014/0609/analit01.php> (дата обращения: 24.05.2020).
19. Идеографический словарь русского языка. — М.: Издательство ЭТС. Баранов О.С.. 1995 [электронный ресурс]: Академик. – URL: <https://ideographic.academic.ru/3806> (дата обращения: 17.05.2020).
20. Клиническая психология. Словарь / Под ред. Н. Д. Твороговой. М.: ПЕР СЭ, 2007. 416 с.
21. Козлова Н. В., Зуева Д. Е., Богомаз С. А., Левицкая Т. Е., Малков И. Ю. Социально-психологическое здоровье. Структура и основные характеристики социального здоровья [электронный ресурс]: Томск. - 2018. - URL: <https://myhube.ru/socially-psychological-health-structure-main-characteristics-of-social-health/> (дата обращения: 23.02.2020).
22. Кочисов В.К., Гогицаева О.У. Семья как условие социализации личности// Вектор науки тольяттинского государственного университета. Серия: педагогика, психология/ Изд.: Тольяттинский государственный университет. - № 2(21). – 2015. – 53 с.
23. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика. - СПб. - 2000. – 481 с.

24. Кураев Г. А. Пожарская Е. Н. Возрастная психология/ Ростовский государственный университет Учебно-научно-исследовательский институт валеологии. – Ростов-на-Дону. – 2002. – 146 с.
25. Лабковский М. Дети – заложники и жертвы родителей-садистов [Электронный ресурс]: Михаил Лабковский психолог (Официальная страница). – 2017. – URL: <https://labkovskiy.ru/efiry/deti-zalozhniki-i-zhertvy-roditelej-sadistov/> (Дата обращения 20.05.2020).
26. Лабковский Михаил Счастье: теория и практика/ Официальный сайт Михаила Лабковского. – М. – 2017. – URL: <https://labkovskiy.ru/publikatsii/schaste-teoriya-i-praktika/> (Дата обращения: 24.01.2020).
27. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. - 2020. - № 1. – 37 с.
28. Медведев Ю. Цена интеллекта Мозг детей из богатых и бедных семей развивается по-разному [электронный ресурс]: Российская газета - Федеральный выпуск № 122(7288). – 2017. - URL: <https://rg.ru/2017/06/06/uchenye-mozg-detej-iz-bogatyh-i-bednyh-semej-razvivaetsia-po-raznomu.html> (дата обращения: 12.05.2020).
29. Мельникова Н. Н. Феноменология удовлетворенности жизнью и трехфакторная структура опросника УДЖ/ Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса. - 2015. - 221 с.
30. Минздрав России: общая заболеваемость детей за десять лет снизилась на 9% [электронный ресурс]: Министерство здравоохранения РФ. – 2019 (дата обращения 10.06.2020).
31. Национальный проект «Образование» [электронный ресурс]: Министерство просвещения Российской Федерации. – 2019. – URL: <https://edu.gov.ru/national-project/> (дата обращения: 10.06.2020).
32. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь Ожегова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1949-1992. – URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ogegova/12710> (Дата обращения 10.03.2020).
33. Павленок П.Д., Руднева М.Я.. Социальная работа с лицами и группами девиантного поведения: Учеб. пособие. 2007
34. Павлютенкова О. А. Обзор исследований психологического благополучия детей/ Мир науки, культуры, образования. – М. - № 3 (64). – 2017. – 284 с.

35. Педагогический энциклопедический словарь [электронный ресурс]: ненадлежащее обращение с детьми. – 2012. - URL: <https://slovar.cc/enc/ped/2136966.html>. (дата обращения: 15.03.2020).
36. Поздняков А. Бедный, значит неумный [электронный ресурс]: Новые известия. – 2006. – URL: <https://newizv.ru/news/society/16-10-2006/56101-bednyj-znachit-neumnyj> (дата обращения: 12.05.2020).
37. Репринцева Г. И. Социально-педагогическая парадигма повышения родительской компетентности средствами дополнительного сетевого образования// Томск: Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2012. - №8. – 5 с.
38. Роджерс Д., Одиноква В., Ременец О. Перспективы создания общероссийской системы измерения детского благополучия /Детское благополучие, программа «Семья и дети», фонд Тимченко. – Рязань. – 2019. – 27 с.
39. Савченко, Т. Н. Исследование субъективного качества жизни и удовлетворенности жизнью подростков и родителей / Т. Н. Савченко, Г. М. Головина // Прикладная юридическая психология. – 2018. – № 4(45). – С. 88–101.
40. Стратегия здорового образа жизни от Минздрава РФ «диктат медиков или необходимость» [электронный ресурс]: ТАСС. - 2017. - URL: <https://tass.ru/obschestvo/3955134> (дата обращения: 16.02.2020).
41. Трошина О. А., Меняшев Р. Ш., Козьмина Я. Я. Благополучие детей в РФ: нововведения и условия пребывания в дошкольных образовательных организациях/ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. — М.: НИУ ВШЭ, 2016. — 35 с.
42. Ушаков Д. Н. Толковый словарь Ушакова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1935-1940. - URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ushakov/748006> (Дата обращения 10.03.2020).
43. Филипова А. Г. Концепты «Дети», «Семья», «Родители» в политико-правовом пространстве/ Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена/ Изд. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена». – Санкт-Петербург. - 2011. – 170 с.
44. Фролов Ю.И Психология подростка хрестоматия. Российское педагогическое агенство. М., - 1997. -95 с.
45. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы/ Изд-во «Научная книга». – Саратов. - 2008. – 296 с.

46. Шахрай Е. О. Психологическое здоровье – залог успешной жизни [электронный ресурс]: ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики». –2010-2020. - URL: <http://profilaktika.tomsk.ru/?p=25644> (дата обращения: 16.02.2020).
47. Швалёва А. И. Периодизация жизни человека: детство/Вопросы науки и образования/ Олимп. – Иваново. – 2017. – С. 194-197.
48. Этапы детства: что нужно знать, чтобы вырастить счастливого человека [электронный ресурс]: IQ для меня. – 2018. – URL: <http://iqfor.me/2018/08/etapy-detstva-chto-nuzhno-znat-htoby-vyrastit-schastlivogo-cheloveka/> (Дата обращения: 15.06.2020)
49. Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – 74 с.

Приложение А. Программа исследования

Удовлетворенность жизнью подростками и их представления о счастье

Объект: субъективное благополучие подростков

Предмет: факторы, влияющие на состояние счастья подростков

Проблема: какие факторы влияют на ощущения счастья в подростковом возрасте?

Цель: проанализировать, какое представление существует у подростков о счастье и его факторах.

Задачи:

1. Выявить, какие представления о счастье существуют у подростков, их ассоциации и социальные установки. (вопросы № 1, 2(п. 1-7), 4 и 7)
2. Проанализировать, какие факторы, по мнению подростков, влияют на ощущение счастья и удовлетворенности жизнью, а какие делают несчастным (вопросы 2 (п. 8-11)-про деньги, 3, 5, 6, 7)
3. Проанализировать уровень субъективной удовлетворенности жизнью и субъективного счастья подростков. (первые 9 вопросов - психологические методики)

Гипотезы:

- 1) На ощущение счастья подростков, по их оценке, в большей степени влияют такие факторы, как материальная обеспеченность, наличие друзей, привлекательная внешность, наличие «второй половинки»; в меньшей степени теплые взаимоотношения с родителями, оценки в школе, достижение успеха, признание и уважение со стороны окружающих.
- 2) Уровень ощущения себя счастливыми и уровень удовлетворенности жизни подростков находится на среднем уровне.

Операционализация понятий.

Благополучие – это «спокойное и счастливое состояние; жизнь в довольствии и достатке, то есть в материальном благосостоянии» (Ожегов) .¹

Благополучие - многофакторный конструкт, представляющий собой сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов.²

¹ Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь Ожегова [Электронный ресурс]: Словари и Энциклопедии на Академике. - 1949-1992. – URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ogegova/12710> (Дата обращения 10.03.2020.

² Клиническая психология. Словарь / Под ред. Н. Д. Твороговой. – Москва. - 2007. - С. 318.

Детское благополучие – это совокупность материального, физического, психического, психологического и социального благополучия, а также прав, гарантий и возможностей, которые создают основу для здоровья, полноценного всестороннего развития ребенка и его успешности в будущем.¹

Субъективное благополучие – «понятие, выражающее собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное для нее значение с точки зрения усвоенных нормативных представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде в процессе социализации и характеризующееся переживанием удовлетворенности. (Р. М. Шамионов).²

Родственными понятиями, которые чаще всего используются в научной литературе, являются «удовлетворенность жизнью», «счастье». Все они в той или иной мере отражают содержание такого явления, как субъективное благополучие.

Удовлетворенность жизнью - субъективное эмоционально-оценочное отношение к чему-либо и, прежде всего, к труду, жизни, самому себе. (Р. М. Шамионов)³
Субъективно переживаемое состояние, являющееся реакцией на качество взаимодействия «Я - жизнь». (Н. Н. Мельникова)

Счастье - эмоциональное состояние (или переживание), которое характеризуется максимальной выраженностью положительной окраски. Счастье выражает особое ощущение человеком слияния желаемого и действительного, которое затрагивает не отдельные желания, а охватывает человека целиком и сигнализирует субъекту о том, что в его жизни сейчас все происходит именно так, как он желает (Д. Леонтьев)⁴.

Эмпирические индикаторы

Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) для оценки **благополучия детей** учитывает шесть параметров:

- 1.материальное благополучие;
- 2.состояние здоровья и защищенность;
3. образование;
- 4.отношения в семье и со сверстниками;
- 5.поведение и риски;

¹ Павлютенкова О. А. Обзор исследований психологического благополучия детей/ Мир науки, культуры, образования. – М. - № 3 (64). – 2017. – С. 284.

² Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов : Изд-во Сарат. ун-та, 2008. 296 с.

³ Там же.

⁴ Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14—37.

6. субъективное восприятие благополучия самими детьми.¹

Субъективные показатели благополучия:

1. Удовлетворенность жизнью
2. Позитивные эмоции, ощущение счастья
3. Негативные эмоции

Факторы удовлетворенности жизнью: (Куликов, Мельникова).

- 7) Общее эмоциональное состояние в связи с жизненной ситуацией
- 8) Динамический компонент жизнедеятельности (активность/пассивность, наличие стремлений, желаний)
- 9) Чувство насыщенности-пустоты жизни
- 10) Удовлетворенность, связанная с реализацией планов, удовлетворением потребностей
- 11) Ощущение стабильности/нестабильности окружающего мира
- 12) Ожидания от будущего²

Факторы, влияющие на состояние счастья

Психолог **Дмитрий Леонтьев** выделил 3 фактора, влияющих на счастье:

4) **Внешние факторы/окружающая среда:** то, что не зависит от нас, например, семья, в которой родились, экономика, культура, политика.

5) **Внутренние факторы:** общий склад личности (наследственность, генетика), предметная деятельность (личный выбор человека, взаимоотношения с окружающими, достижение целей, любимое дело.)

6) НЕ ВЛИЯЕТ:

- возраст; стереотип, что в молодости более счастливее, чем в старости не верен.
- пол;
- интеллектуальные особенности; «горе от ума»
- объективные показатели здоровья; влияет общее самочувствие человека, его ощущение себя здоровым
- деньги; они влияют лишь до определенного момента, до достижения среднего класса, то есть когда человек может себе позволить хорошее питание, жилье, медицинское

¹ Ярская-Смирнова Е., Романов П., Антонова В., Бирюкова С. Благополучие и неблагополучие в концептуальном аппарате семейной политики и защиты детства в современной России / Политика семьи и детства в постсоциализме: коллектив. моногр. / под ред. В. Шмидт, Е. Ярской-Смирновой, Ж. Черновой. М.: ООО «Вариант»: ЦСПГИ, 2014. – С. 74

² Мельникова Н. Н. Феноменология удовлетворенности жизнью и трехфакторная структура опросника УДЖ/Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса. 2015. С. 212-221.

обслуживание, образование, свободное передвижение. Далее зависит от того, на что человек будет тратить деньги, как их распределять. ¹

Негативные эмоции

Шкала детских стрессоров по Дэвиду Элкинду (причины)

Смерть одного из родителей	100
Развод родителей	73
Раздельное проживание родителей	65
Командировка одного из родителей	63
Смерть близкого родственника	63
Болезнь или травма	53
Повторное вступление в брак одного из родителей	50
Примирение родителей	45
Выход матери на работу	45
Болезнь члена семьи	44
Беременность матери	40
Трудности в школе	39
Рождение брата или сестры	39
Перемены в школе (новый учитель, класс)	39
Изменение финансовой ситуации в семье	38
Болезнь или травма близкого друга	37
Новый кружок или увлечение	36
Ссора с братьями или сестрами	35
Угроза насилия в школе	31
Кража личной вещи	30
Уход из дома старшего брата или сестры	29
Сложности с бабушкой или дедушкой	29
Переезд в другой город	26
Приобретение или утрата питомца	25
Сложности с учителем	24
Смена друзей	17
Изменение привычек отхода ко сну	16
Изменение привычного режима питания	15

¹Леонтьев Дмитрий Счастье – не точка назначения, а путь/ Постнаука. – Москва. – 2016. - URL: <https://olga1982a.livejournal.com/952621.html> (Дата обращения 23.01.2020)

Изменение количества часов, отведенных на телевизор/компьютер/телефон	13
Наказание за обман	11

Все эти события могут случаться с детьми любого возраста, в том числе и с подростками. Стоит отметить, что в подростковом возрасте плюс ко всему добавляются еще такие источники стресса, как Сдача ЕГЭ, ОГЭ, поступление в престижный ВУЗ.

Также подростков может беспокоить и вызывать негативные эмоции: взаимоотношения со «второй половинкой», нарушение прав, недостаточное количество еды/одежды, выполнение работы по дому (домашние обязанности), несправедливое отношение окружающих по отношению к ребенку, отсутствие друзей, ложь/предательство родного человека, дистанционное обучение, непонимание со стороны родителей, комплексы из-за внешнего вида, проигрыши в компьютерной игре, неизвестность, что ожидает в будущем, отсутствие карманных денег.

Методы исследования: психологическое диагностирование (Шкала удовлетворенности жизнью, Шкала субъективного счастья, метод неоконченных предложений) и анкетирование, которое включало в себя открытые вопросы, закрытые вопросы и метод незаконченных предложений.

Исследование проводилось через Гугл-форму, выбор респондентов осуществлялся методом «снежного кома».

Календарный план исследования

<i>Название этапа исследования</i>	<i>Сроки выполнения</i>
Целеполагание	С 17.02.2020 г. по 23.02.2020 г.
Составление списка вопросов	С 2.03.2020 г. по 8.03.2020 г.
Проведение пилотажного (пробного) исследования для выявления недочетов инструментария	С 9.03.2020г. по 15.03. 2020г.
Сбор материалов исследования (проведение интервью)	С 27.04.2020 г. по 3.05.2020 г.
Обработка материалов исследования (расшифровка интервью)	С 4.05.2020 г. по 10.05.2020 г.
Описание и анализ полученных результатов	С 11.05.2020 г. по 17.06.2020 г.

исследования.	
---------------	--

Приложение Б. Инструментарий

Шкала субъективной удовлетворённости жизнью – опросник, в большей степени отражающий рефлексивно-оценочные компоненты. Шкала предложена Э. Диннером в 1985 году, адаптирована Д.А. Леонтьевым¹ и Е.Н. Осиным² в 2003 году на русском языке.

Шкала субъективного счастья (С. Любомирски) – опросник, отражающий эмоционально-чувственные компоненты. Шкала разработана Любомирски в 1999 году, переведена и адаптирована Леонтьевым на русском языке в 2003 году.

Леонтьев Д.А. утверждает, что данные методики демонстрируют достаточно высокие психометрические характеристики (структурная валидность, очевидная и конвергентная валидность, надёжность). Коррелируют с широким рядом показателей субъективного и психологического благополучия. Могут быть использованы в социологических, психологических и междисциплинарных исследованиях.³

Здравствуйте, уважаемые респонденты! Я студентка 4 курса ТГУ. Прошу Вас принять участие в социологическом опросе.

Указывать фамилию, имя не нужно. Все данные, полученные в результате исследования, будут использоваться в обобщенном виде, конфиденциальность гарантируется.

Ваше мнение очень важно для нас. Поэтому огромная просьба к Вам, отвечайте, пожалуйста, честно и самостоятельно.

Заранее благодарю Вас за участие в анкетировании!

Укажите Ваш пол:

- 1. Муж
- 2. Жен

Укажите Ваш возраст: _____

Инструкция: Ниже приведены девять высказываний, с которыми вы можете согласиться или не согласиться. Выберите, пожалуйста, один верный на Ваш взгляд, ответ. Пожалуйста, будьте честны и откровенны в своих ответах.

¹ Леонтьев Д. А. доктор психологических наук, профессор, зав. Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

² Осин Е.Н. — кандидат психологических наук, доцент департамента психологии, заместитель заведующего Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия

³ Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения : Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117—142.

- 1) Почти во всем моя жизнь соответствует моему идеалу.**
1. Совершенно не согласен
 2. Не согласен
 3. Немного не согласен
 4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
 5. Немного согласен
 6. Согласен
 7. Совершенно согласен
- 2) Условия моей жизни превосходные.**
1. Совершенно не согласен
 2. Не согласен
 3. Немного не согласен
 4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
 5. Немного согласен
 6. Согласен
 7. Совершенно согласен
- 3) Я удовлетворен своей жизнью.**
1. Совершенно не согласен
 2. Не согласен
 3. Немного не согласен
 4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
 5. Немного согласен
 6. Согласен
 7. Совершенно согласен
- 4) Пока я достигал всего, чего хотел в жизни.**
1. Совершенно не согласен
 2. Не согласен
 3. Немного не согласен
 4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
 5. Немного согласен
 6. Согласен
 7. Совершенно согласен
- 5) Если бы я мог прожить свою жизнь еще раз, я бы почти ничего в ней не изменил.**
1. Совершенно не согласен
 2. Не согласен
 3. Немного не согласен
 4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
 5. Немного согласен
 6. Согласен
 7. Совершенно согласен

(Ключ: Полученные баллы по всем пунктам суммируются. Таким образом. минимальный возможный балл по шкале - 5, максимальный - 35 баллов.)

5-10 баллов – низкий уровень

11-25 баллов – средний уровень

26-36 баллов – высокий уровень

6) В целом, я считаю себя человеком счастливым

1. Совершенно не согласен
2. Не согласен
3. Немного не согласен
4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
5. Немного согласен
6. Согласен
7. Совершенно согласен

7) По сравнению с большинством сверстников я считаю себя более счастливым

1. Совершенно не согласен
2. Не согласен
3. Немного не согласен
4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
5. Немного согласен
6. Согласен
7. Совершенно согласен

8) Некоторые люди очень счастливы по своей природе. Они радуются жизни независимо от того, что происходит вокруг. Мне также это свойственно

1. Совершенно не согласен
2. Не согласен
3. Немного не согласен
4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
5. Немного согласен
6. Согласен
7. Совершенно согласен

9) Некоторые люди не слишком счастливы. Приподнятым настроением они не отличаются, но и не впадают в депрессию. Мне также это свойственно

1. Совершенно не согласен
2. Не согласен
3. Немного не согласен
4. Неопределенно (и согласен, и не согласен)
5. Немного согласен
6. Согласен
7. Совершенно согласен

(Ключ: Пункты №1(6), 2(7) и 3(8) интерпретируются в прямых значениях, пункт 4(9) - в обратном. Минимальный возможный балл по шкале - 4, максимальный - 28 баллов.)

Вариант ответа	В прямых	В обратных
----------------	----------	------------

	утверждениях	утверждениях
Совершенно не согласен	1 балл	7 баллов
Не согласен	2 балла	6 баллов
Немного не согласен	3 балла	5 баллов
Неопределенно (и согласен, и не согласен)	4 балла	4 балла
Немного согласен	5 баллов	3 балла
Согласен	6 баллов	2 балла
Совершенно согласен	7 баллов	1 балл

Низкий – 4-8 баллов

Средний – 9-20 баллов

Высокий – 21-28 баллов

Анкета для подростков 12-18 лет

Представления подростков о счастье и факторы, которые влияют на их ощущение счастья и несчастья по их субъективной оценке

1) Напишите, пожалуйста, как Вы понимаете, что такое СЧАСТЬЕ? С чем оно у вас ассоциируется? _____

2) Выберите все верные, на ваш взгляд, утверждения.

1. Человек может быть счастливым только после того, как много настрадался.
2. Все люди хотят быть счастливыми.
3. Чтобы быть счастливым, нужно прикладывать усилия для этого, то есть самим его создавать.
4. За счастье нужно бороться.
5. Можно быть просто счастливым, ничего не делая для этого.
6. Счастье в большей степени зависит только от самого человека, его выбора и поступков.
7. Человек может быть счастливым, даже если у него серьезные проблемы в жизни
8. Все богатые люди счастливые.
9. Все бедные люди несчастны.
10. Счастье от денег зависит до определенного момента
11. Счастье вообще не зависит от денег

3) Что/кто делает Вас счастливым? (Выберите все верные на Ваш взгляд варианты ответов).

1. Домашние животные

2. Хорошие оценки в школе
3. Общение, совместная деятельность с бабушками, дедушками
4. Сигареты
5. Когда делаю сюрпризы/подарки родным и близким
6. Компьютерные игры
7. Братья, сестры
8. Новые покупки
9. Тусовки с друзьями
10. Социальные сети
11. Общение, совместная деятельность с родителями (с одним из них)
12. Любимое занятие/хобби
13. Некоторые блогеры
14. Когда меня понимают и слышат
15. Нахождение на природе
16. Общение с учителями
17. «Вторая половинка»
18. Маленькие дети
19. Лично заработанные или карманные деньги
20. Алкоголь
21. Городские мероприятия/концерты
22. Душевные разговоры с друзьями/другом
23. Когда достигаю успеха в каком-либо деле
24. Когда я достигаю своих целей
25. *Я счастлив независимо ни от чего*
26. *Ничего из вышеперечисленного.*
27. Другое _____

4) Влияет ли мнение окружающих людей на Ваше состояние счастья? (Выберите все верные суждения на Ваш взгляд)

1. Если окружение осуждает мои поступки/образ жизни, то я становлюсь менее счастливым.
2. Если окружение одобряет мои поступки/образ жизни, я становлюсь более счастливым (-ой)
3. Я несчастливый человек, поэтому мне все равно, что подумают окружающие.
4. Я очень счастливый человек, поэтому окружающие не могут помешать мне быть счастливым (-ой).
5. Мое счастье не зависит ни от осуждения, ни от одобрения.
6. Я принимаю во внимание лишь мнение счастливых людей.

5) Что Вас беспокоит/«бесит»/тревожит на данный момент в жизни? (Выберите все верные на Ваш взгляд варианты ответов).

1. Ситуация с оценками в школе
2. Конфликты с учителями
3. Сдача экзаменов
4. Смерть близкого человека
5. Отношения со «второй половинкой»
6. Нарушение Ваших прав
7. Мало еды
8. Болезнь
9. Выполнение работы по дому (домашних обязанностей)

10. Болезнь кого-то из родителей/родных
 11. Сложности с бабушкой/дедушкой
 12. Ссоры родителей между собой/развод/раздельное проживание родителей
 13. Неправедливое отношение окружающих по отношению ко Вам
 14. Отсутствие друзей
 15. Утрата домашнего животного
 16. Ложь/предательство родного человека
 17. Дистанционное обучение
 18. Ссора с друзьями
 19. Кража/потеря личной вещи
 20. Выполнение работы по дому (уборки, вынос мусора, приготовление еды)
 21. Уроки
 22. Мало одежды
 23. Непонимание со стороны родителей
 24. Конфликты с сестрой и/или братом
 25. Родители не хотят взять животное, которое хочется
 26. Мой внешний вид
 27. Проигрыши в компьютерной игре
 28. Неизвестность, что ожидает в будущем
 29. Отсутствие карманных денег
 30. Чрезмерный контроль родителей
 31. Невозможно гулять сколько хочется и где хочется из-за коронавируса
 32. Другое _____
-

6) Дополните, пожалуйста, предложения

1. В данный момент жизни для полного счастья мне не хватает: _____
2. Чаще всего в жизни меня огорчает(-ют)/ делает(-ют) несчастным(-ой): _____
3. Я чувствовал(-а) себя самым счастливым человеком на всем белом свете, когда *(самые запоминающиеся истории)*:

7) Ваши любые мысли на тему счастья, рекомендация, пожелания, предложения (вопрос по желанию)

Приложение В. Статистические результаты анкетирования

Общая численность выборки – 200 респондентов.

Обследуемая группа: подростки школ и техникумов г. Томска и Томской области 12-18 лет.

Место проживания

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
Томск	120	60
Томская область	80	40

Пол

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
муж	152	24
жен	48	76

Возраст

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
12	10	5
13	29	14, 5
14	19	9,5
15	34	17
16	39	19,5
17	38	19
18	31	15,5

Шкала субъективной удовлетворённости жизнью (Эд. Диннер)

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
Низкий уровень	14	7
Средний уровень	145	77
Высокий уровень	31	16

Низкий – 5-10 баллов

Средний – 11-25 баллов

Высокий - 26-35 баллов

Шкала субъективного счастья (С. Любомирски)

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
Низкий уровень	6	3
Средний уровень	117	58,5
Высокий уровень	77	38,5

Низкий – 4-8 баллов

Средний – 9-20 баллов

Высокий – 21-28 баллов

Анкета для подростков 12-18 лет

Представления подростков о счастье и факторы, которые влияют на их ощущение счастья и несчастья по их субъективной оценке

1) Напишите своими словами, как Вы понимаете, что такое СЧАСТЬЕ, с чем оно у Вас ассоциируется?

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
1. Семья, родные люди	42	21
2. Положительные эмоции	38	19
3. Верные друзья	28	14
4. Любовь/ вторая половинка	23	11,5
5. Гармония с собой/спокойствие/принятие себя	22	11
6. Наслаждение, удовлетворение ж-ю/желание жить	21	10,5
7. Достижение цели/успех	17	8,5
8. Понимание/поддержка/забота/безусловное принятие	15	7,5
9. Удовлетворение всех потребностей/идеал	14	7
10. Здоровье и благополучие близких и родных	13	6,5
11. Социальное благополучие во всех сферах/все хорошо	13	6,5
12. Элементарные потребности (еда, дом)	10	5
13. Не понимаю/не знаю	9	4,5
14. Деньги/материальные вещи: телефон, ноутбук	9	4,5
15. Момент/мгновение	6	3
16. Любимое дело	6	3
17. Собственное здоровье	6	3
18. Отсутствие негативных эмоций	5	2,5
19. Нахождение на природе	4	2
20. Путешествия	3	1,5
21. Осуществление мечты	3	1,5
22. Понимание, чего хочешь от жизни/самореализация	3	1,5
23. Свобода	3	1,5
24. Лето	2	1
25. Домашнее животное	2	1
26. Хорошие оценки	2	1
27. Внешность	1	0,5

К положительным эмоциям относят: радость, душевное тепло, уверенность, эйфория, веселье, восторг, легкость, хорошее настроение.

Необычные ассоциации со счастьем: что-то сладкое, вкусное, очень приятное, улыбка, отголосок внутри, что-то легкое и невесомое, солнышко

2) Выберите все верные, на Ваш взгляд, утверждения. (Можно выбрать любое количество вариантов)

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
8. Человек может быть счастливым только после того, как много настрадался.	22	11
9. Все люди хотят быть счастливыми.	144	72
10. Чтобы быть счастливым, нужно прикладывать усилия для этого, то есть самим его создавать.	122	61
11. За счастье нужно бороться.	104	52
12. Можно быть просто счастливым, ничего не делая для этого.	75	37,5
13. Счастье в большей степени зависит только от самого человека, его выбора и поступков.	149	74,5
14. Человек может быть счастливым, даже если у него серьезные проблемы в жизни	120	60
15. Все богатые люди счастливые.	9	4,5
16. Все бедные люди несчастны.	7	3,5
17. Счастье от денег зависит до определенного момента	92	46
18. Счастье вообще не зависит от денег	88	44

3) Что/кто делает Вас счастливым?

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
25. Когда достигаю успеха в каком-либо деле	160	80
26. Когда меня понимают и слышат	156	78
27. Душевные разговоры с друзьями/другом	153	76,5
28. Любимое занятие/хобби	140	70
29. Тусовки с друзьями	136	68
30. Когда делаю сюрпризы/подарки родным и близким	127	63,5
31. Общение, совместная деятельность с	120	60

родителями (с одним из них)		
32. Домашние животные	112	56
33. Нахождение на природе	111	55,5
34. Новые покупки	106	53
35. «Вторая половинка»	97	48,5
36. Общение, совместная деятельность с бабушками, дедушками	96	48
37. Лично заработанные или карманные деньги	95	47,5
38. Братья, сестры	94	47
39. Хорошие оценки в школе	75	37,5
40. Городские мероприятия/концерты	65	32,5
41. Социальные сети	63	31
42. Маленькие дети	61	30,5
43. Компьютерные игры	52	26
44. Некоторые блогеры	50	25
45. Я счастлив независимо ни от чего	36	18
46. Общение с учителями	26	13
47. Алкоголь	19	9,5
48. Сигареты	8	4

Другое:

- электронная сигарета IQOS
- чувство свободы (вождение на машине)
- счастливые родственники и близкие друзья
- деньги
- когда я в Америке
- времяпровождение с моим классом на природе
- когда поддерживают близкие люди

**4) Влияет ли мнение окружающих людей на Ваше состояние счастья?
(Выберите все верные суждения, на Ваш взгляд)**

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
6) Мое счастье не зависит ни от осуждения, ни от одобрения.	90	45
7) Я принимаю во внимание лишь мнение счастливых людей.	70	35
8) Я очень счастливый человек, поэтому окружающие не могут помешать мне быть счастливым (-ой).	46	23
9) Если окружение осуждает мои поступки/образ жизни, то я становлюсь менее счастливым.	40	80
10) Если окружение одобряет мои поступки/образ жизни, я становлюсь более счастливым (-ой)	10	5

5) Что Вас беспокоит/«бесит»/тревожит на данный момент в жизни? (Можно выбрать любое количество вариантов).

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
Дистанционное обучение	90	45
Невозможно гулять сколько хочется и где хочется из-за коронавируса	90	45
Мой внешний вид	86	43
Сдача экзаменов	78	39
Неизвестность, что ожидает в будущем	68	34
Непонимание со стороны родителей	64	32
Ситуация с оценками в школе	62	31
Несправедливое отношение окружающих по отношению к Вам	61	30,5
Отношения со «второй половинкой»	57	28,5
Уроки	55	27,5
Когда родители повышают голос	52	26
Ложь/предательство родного человека	48	24
Ссора с друзьями	41	20,5
Нарушение Ваших прав	39	19,5
Конфликты с учителями	38	19
Финансовая ситуация в семье	38	19
Болезнь кого-то из родителей/родных	37	18,5
Ссоры родителей между собой/развод/раздельное проживание родителей	34	17
Выполнение работы по дому (уборки, вынос мусора, приготовление еды)	34	17
Конфликты с сестрой и/или братом	34	17
Отсутствие карманных денег	32	16
Чрезмерный контроль родителей	32	16
Отсутствие друзей	29	14,5
Смерть близкого человека	27	13,5
Мало одежды	23	11,5
Конфликты с бабушкой/дедушкой	16	8
Болезнь	15	7,5
Утрата домашнего животного	13	6,5
Кража/потеря личной вещи	13	6,5
Проигрыши в компьютерной игре	11	5,5
Мало еды	10	5
Родители не хотят взять животное, которое хочется	9	4,5

Другое:

- Эпидемия (разрушились планы, невозможность путешествовать) – 3 человека
- Проект, допуск к экзаменам
- Ничего не беспокоит – 3 человека
- Дистанционное поступление в ВУЗ

6) Дополните, пожалуйста, предложения.

1. В данный момент жизни для полного счастья мне не хватает:

Варианты ответов	Частота, кол. Чел.	Проценты, %
2. "Второй половинки"/любимого/любви	33	16,5
3. Психологического благополучия	24	12
4. Денег	17	8,5
5. Всего хватает	17	8,5
6. Свободы/независимости от учебы	15	7,5
7. Понимающих родителей/понимания	15	7,5
8. Окончание карантина из-за коронавируса	13	6,5
9. Друзей/общения/отдыха	24	12
10. Прогулок	9	4,5
11. Свободного времени	8	4
12. Учеба: оценки, поступление, экзамены	8	4
13. Домашнего животного	6	3
14. Хобби/успех в деле/достижение целей	6	3
15. Путешествий	4	2
16. Привлекательной внешности(вес, брекеты)	4	2
17. Вкусной еды	3	1,5
18. Компьютера мощного	3	1,5
19. Внимания родителей	3	1,5
20. Каникул	2	1
21. Близкого по душе человека	2	1
22. Удачи	2	1
23. Нормальной квартиры	1	0,5
24. Семейного времяпровождения(ужина, досуга)	1	0,5
25. Здоровья	1	0,5
26. Зимы	1	0,5
27. Новых покупок	1	0,5
28. Активного образа жизни	1	0,5
29. Отдельной комнаты/личного пространства	1	0,5

Психологическое благополучие/здоровье: ответственность, уверенность в себе, общительность, организованность, дисциплинированность, мотивация, саморазвитие, ресурсное состояние, любовь к себе, принятие себя, спокойствие, хороший сон

2. Чаще всего в жизни меня огорчает(-ют)/ делает(-ют) несчастным(-ой):

<i>Варианты ответов</i>	<i>Частота, кол. Чел.</i>	<i>Проценты, %</i>
1. Оскорбляющее поведение близких	66	33
2. Конфликты с близкими: с друзьями, в семье	62	31
3. Психологические проблемы личного характера	42	21
4. Поступки людей, негатив	28	14
5. Школа/оценки/учителя	17	8,5
6. Ничего	14	7
7. Отсутствие денег	4	2
8. Здоровье	3	1,5
9. Еда, нормальные вещи	2	1
10. Коронавирус	2	1
11. Насилие над животными/людьми	1	0,5
12. Потеря домашних животных	1	0,5

Оскорбляющее поведение близких: повышение голоса; игнорирование/недостаток внимания; неуважение/оскорбление/унижение; несправедливость; предательство близких/неискренность/ложь; критика значимых людей/осуждение; травля со стороны одноклассников.

Конфликты с близкими: с родителями, с друзьями, с братьями/сестрами, родителей между собой.

Личные психологические проблемы: одиночество, недовольство своим поведением, телом, неуверенность в себе, собственные неудачи, неопределенность, отсутствие результата, ничего не получается.

Поступки людей, их пороки: жестокость, вражда, глупость, зависть, окружающий негатив, соц неравенство(иерархия).

3. Я чувствовал(-а) себя самым счастливым человеком на всем белом свете, когда (опишите самые запоминающиеся истории или одну из них):

<i>Категория</i>	<i>Примеры</i>
14) Моменты, произошедшие впервые	- первый велосипед в 5 лет - первая любовь - первый поцелуй - первая гитара - первая собака - первая поездка за границу
15) Ситуации с животными	-встреча рассвета с животным -подарили собаку/кота/животное, которое давно хотел -занятие конным спортом -в доме появились животные

	- когда везла домой щенка - купил хорька
16) Ситуации, связанные с празднованием событий	-День рождения с друзьями (незабываемый подарок, ощущение себя нужным и значимым)/подарили на день рождения то, что давно хотела -День рождения с семьей -встреча с друзьями Нового года - дни рождения друзей -любой праздник -подготовка подарка для подруги/друга
17) Ситуации с друзьями	-когда встречали рассвет -встречали вместе Новый год -праздновали День рождения -когда застряли в лифте -когда катались на санках -совместные прогулки, поездки -встреча после долгой разлуки -когда оставалась с ночевкой у подруги -когда в гостях у подруги бываю -встретилась с подругами детства -вели душевные разговоры -находились на природе -обсуждали книги «Гарри Поттер» - забрались на крышу - пели песни 90-х, идя по улице - катались на велосипеде -танцевали под любимые песни -приобретение новых друзей -смотрели на звезды -купались на речке -познакомилась с лучшей подругой -отдых с подругой на море
18) Ситуации, связанные со школой/образованием	-выход на дистанционное образование -экзамен на максимальное количество баллов -получение музыкального образования -когда неожиданно поставили пятерку по математике -сдача экзаменов на положительные оценки 4 и 5 -вручение красного аттестата, -когда сдала экзамен
19) Ситуации, связанные со «второй половинкой»	-когда влюбился -взаимные чувства, взаимная симпатия -нахождение вместе -подарки/сюрпризы -когда человек понял, что потерял тебя, а потом вернулся и осознал -поддержка в неопределенной ситуации -перовые свидания, -когда слышала слова «Я тебя люблю» -поездка в зоопарк

20) Ситуации в лагере	- первая любовь -сама поездка в Артек (заветная мечта была), -разные ситуации в лагере -поездка в «ВДЦ "Океан" -МДЦ "Артек" -когда попала в лагерь «Океан» Ps: было очень много упоминаний про поездку в «Артек» и «Океан».
21) Путешествия	-поездки в Финляндию и Швецию, общение там с эмоциональными доброжелательными людьми -поездка в Москву -учеба в Питере 1 месяц -поездки с ансамблем по городам -восхождение на Пик Тальцинского -полет в Турцию -поездка в Крым -поездки в разные города или деревню -поездка в 5 лет в Дубаи -отдых на море -поездка в Париж
22) Ситуации связанные с семьей	-поход в Тайгу -когда обнимает отец -нахождение на природе -когда родители жили вместе -когда с бабушкой играем и бесимся, как маленькие дети -прогулки с сестрой -долгожданная встреча с братом -когда родители здоровы -проведение времени с сестрой -когда появился племянник -когда появился брат -когда похвалил отец -путешествия с семьей -когда слышу мамин смех -когда не ссорюсь с родителями
23) Достижение успеха	-победа -выигрыш поездки на психологическую школу в Москву -достижения в спорте -успешная сдача экзаменов
24) Удовлетворение биологических потребностей	-поедание вкусной еды (в одиночестве или с друзьями, или с семьей) -переезд в нормальную квартиру -когда выспался
25) Ситуации, связанные с духовными ценностями	- когда люблю и любима (себя, семью, друзей, не только партнера) - когда понимают - когда достигаю умиротворения - когда чувствую себя нужной
26) Ситуации, связанные с	Покупка: - книги

приобретением материальной вещи	-личного ноутбука -велосипеда - мощного компьютера. Выигрыш денег.
14) Любимое дело, хобби	-когда стоишь на сцене - когда каталась на водяных горках -когда купался весь день на речке -прослушивание музыки - участие в соревнованиях -когда занимался любимым делом -понимание, что день прожит не зря»
Прочее	-когда выписали из больницы -когда смотрела звездопад -когда увидела туманный рассвет на озере - Когда сбылась мечта

7) Ваши любые мысли на тему счастья, рекомендация, пожелания, предложения (вопрос по желанию).

«Счастье имеет место быть в жизни каждого человека. Не нужно придумывать себе повод для счастья, ведь то, что мы живы, что у нас есть еда, крыша над головой, близкие люди - это уже счастье. А если этого все таки мало, то нужно трудиться ради своего счастья, при этом не вредить другим людям, ведь понимание счастья у каждого человека свое личное) спасибо за такой интересный опрос!)».

«Благодаря вашей анкете я понял, что в моей жизни вовсе нет никаких проблем и чувствую я себя просто замечательно.»

«Добиться свои цели,то есть окончить техникум и вуз на мою любимую профессию ,спасибо за тест мне понравился.».

«Побольше бы таких тестов)))».

«Чтобы быть счастливым, нужно видеть счастье в мелочах»

«Прежде всего счастливым можно быть когда счастливы близкие люди, но а также счастье заключается часто в мелочах. Как я считаю, чтобы тинейджер был счастлив, ему достаточно понимающих родителей, свободу слова которую родители часто блокируют, а тинейджеры не в силах доложить об этом, т.к потом от родителей будут еще хлеще проблемы, а самое главное - когда родители не лезут куда надо, это наше дело с кем общаться и из каких родов, наше дело курить или пить, вы можете просто по-человечески об этом поговорить, но нет смысла применять насилие (моральное и физическое), так родители всё только портят».

«Побыть наедине с собой иногда очень нужно. Нужно, чтобы хотя бы часов 5 вас никто не трогал. Тогда вы сможете отдохнуть от быстрого движения этого мира и осмыслить зачем ты так стараешься и много работаешь. Просто потому что это все

надоедает, ты не можешь трезво оценить труд который уже проделал и возникает желание все бросить, но данное вам время на раздумья может открыть вам второе дыхание».

«Я хочу пожелать никогда не зависеть от мнения других людей, денег, статуса и всего прочего, что, на самом деле, не имеет никакого значения в этом мире. Самое важно и то, что делает человека по-настоящему и безмерно счастливым - это любовь, семья, друзья и доброжелательность по отношению ко всем-всем людям».

«Счастье нужно искать в мелочах, за ним не нужно гнаться, оно само найдет вас , а если вы говорите что вы несчастны ,вы просто не замечаете что происходит вокруг вас и сколько людей и вещей может принести вам Счастье».

«Не стоит планировать жизнь. Надо жить моментом, потому что все самое запоминающееся будет незапланированным. Всё будет казаться лишним, не к месту, и время не то, но в итоге это и будет самое лучшее решение»

«Как в свое время сказала Леди Гага: „Я хочу, чтобы люди понимали: мы все — произведения искусства, и не стоит бояться себе и окружающим в этом признаться!“ Счастье - быть в ладу с собой».

«Счастье - это занятие любимыми делом. Не нужно слушать окружающих. Жизнь одна и её нужно прожить так, как хочешь именно ты, а никак тебе навязывает общество и родители.»

"Никогда ни о чем не жалеть", ценить то что имеешь и стараться это приумножить, ценить теплые радостные моменты, не держать в себе зла (уметь прощать).»

«Любите) любовь - мощнейшая сила, на которой держится все. Именно любовь заставляет мою сердечную мышцу сокращаться и делает меня счастливым)»

«Счастливым можно быть всегда, даже если случилось что-то плохое. Всё просто зависит от нас и наших мыслей, действий, и прочего.»

«Если ты счастлив это замечательно. Не нужно заикливаться на грубых словах других людей. Ведь ты живёшь для себя, а не для них.»

«С одной стороны, счастье нужно заслужить. А с другой, счастья достоин каждого и к каждому оно приходит в свое время».

«За счастьем не надо далеко ходить, оно всегда рядышком, просто нужно уметь находить счастье в мелочах.»

«Цените то, что у вас есть. Чаще задумывайтесь, почему вы несчастны. Может быть, не все так плохо».

«Счастье - оно в мелочах, оно повсюду. **Не надо акцентировать внимание на негативных мыслях.**

«Нужно жить для себя и не слушать других. не строить из себя кого-то и жить в кайф».

«Для счастья достаточно: 2х ног, 2х рук, видящие глаза, здоровых родителей и близких))))».

«Самокритика - это хорошо, но важно знать грань между ней и "накручиванием" себя.».

«Если не быть слишком требовательным, любая вещь сойдёт за благо.».

«Счастье - это когда ветер в лицо и яркое солнце слепит глаза.».

«Не старайтесь оправдать чьи-либо ожидания, живите для себя».

«Человек несчастен, потому что сам выбирает быть несчастным.».

«Счастье не купишь. Но деньги могут помочь его обрести.».

«Всегда говорите , что думаете, молчание ломает судьбы».

«Нужно ценить каждый момент в жизни. Это очень важно.».

«Не обращайтесь внимание, делайте то, что вам по душе.».

«У каждого своё счастье, не нужно разрушать чужое».

«Легче относиться к жизни, и счастье будет с вами».

«Думать сегодняшним днём, а не вчерашним».

«Перестань расстраиваться по пустякам».

«Будьте счастливы, не смотря ни на что».

«Идти к своей цели и не унывать».

«Каждый может быть счастливым».

«Будьте счастливы».

Кабинет - Антиплагиат

users.antiplagiat.ru/cabinet

Авиабилеты Яндекс Поведенческие фа... Академия Google

ПЕРЕМЕСТИТЬ УДАЛИТЬ ИСТОРИЯ ОТЧЕТОВ

☐ Название		Дата загрузки	Оригинальность	
☐ ВКР_Манакова Ксения Руслановна	✓	22 Июнь 2020 07:54	91,81%	ПОСМОТРЕТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 документ Показывать по 10 20 50 100 1/1

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ ПОМОЩЬ КОНТАКТЫ

Пользовательское соглашение Соглашение об обработке персональных данных АО "Антиплагиат" 2005-2020 © Все права защищены

8:02 22.06.2020