



УДК 159.9.072

EDN HVXDGY

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-3-288-299>

Дискуссионная статья

Современные исследования психологического благополучия субъектов образования

Г. В. Солдатова¹, С. М. Шингаев^{✉1}

¹ Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования им. К. Д. Ушинского, 191002, Россия, г. Санкт-Петербург, ул. Ломоносова, д. 11–13, лит. А

Для цитирования: Солдатова, Г. В., Шингаев, С. М. (2024) Современные исследования психологического благополучия субъектов образования. *Психология человека в образовании*, т. 6, № 3, с. 288–299.
<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-3-288-299> EDN HVXDGY

Получена 14 июня 2024; прошла рецензирование 26 июня 2024; принята 26 июня 2024.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © Г. В. Солдатова, С. М. Шингаев (2024). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY-NC 4.0.

Аннотация

Введение. Проблема психологического благополучия личности в последние годы становится все более популярной. Это связано с тем, что в современном обществе благополучие превратилось в значимую социальную и личную ценность. При этом в отличие от других видов благополучия психологическое благополучие является одновременно и целью, и средством для достижения других целей (в частности, улучшения функционирования в рамках практически любой деятельности). В связи с этим изучение проблемы благополучия не могло не затронуть и участников образовательного процесса. В настоящее время появляется все больше эмпирических исследований психологического благополучия субъектов образования (в наибольшей степени — учащихся). Однако на данный момент очень мало обобщений результатов подобных исследований. Это затрудняет объективную оценку состояния проблемы, что, в свою очередь, существенно усложняет разработку психологических средств формирования и поддержания психологического благополучия участников образовательных отношений. Однако результаты исследования психологического благополучия довольно быстро «устаревают», в связи с чем необходимо осуществлять периодическую систематизацию результатов актуальных исследований.

Материалы и методы. В данной статье представлен обзор публикаций, посвященных исследованиям психологического благополучия учащихся и педагогов общеобразовательных организаций.

Результаты исследования. В статье обсуждаются результаты эмпирических исследований, посвященных психологическому благополучию основных субъектов образования — учащихся и педагогов. На основании их анализа сделан вывод о в целом неоптимальном состоянии данной проблемы: многие участники образовательных отношений балансируют на грани психологического благополучия и неблагополучия. Также перечислены специально разработанные для системы образования методики диагностики психологического благополучия, которые могут быть использованы в практических и исследовательских целях.

Заключение. На основании анализа современных исследований показано, что изученность проблемы психологического благополучия субъектов образования явно недостаточна. Многие важнейшие вопросы остались за рамками исследований (в частности, структура психологического благополучия учеников и педагогов, его роль в учебной и профессионально-педагогической деятельности, наиболее важные факторы и т. п.). Это обстоятельство существенно затрудняет разработку практического инструментария и системы психологического сопровождения педагогов и учащихся, что могло бы существенно повысить качество их деятельности и жизни в целом.

Ключевые слова: психологическое благополучие, субъекты образования, учащиеся, педагоги, общеобразовательные организации

Discussion article

Modern research on the psychological well-being of the participants of the education process

G. V. Soldatova¹, S. M. Shingayev^{✉1}

¹ Saint Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education named after K. D. Ushinsky, Letter A, 11–13 Lomonosova Str., Saint Petersburg 191002, Russia

For citation: Soldatova, G. V., Shingayev, S. M. (2024) Modern research on the psychological well-being of the participants of the education process. *Psychology in Education*, vol. 6, no. 3, pp. 288–299. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-3-288-299> EDN HVXDBGY

Received 14 June 2024; reviewed 26 June 2024; accepted 26 June 2024.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © G. V. Soldatova, S. M. Shingayev (2024). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under [CC BY-NC License 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Abstract

Introduction. The issue of psychological well-being of an individual has drawn increasing attention in recent years. This is explained by the fact that well-being has become a significant social and personal value in modern society. Unlike other types of well-being, psychological well-being is both a goal in itself and a means to achieve other goals (these can be broadly described as improved performance in virtually any activity). Education is one of the many spheres which could not be ignored by psychological well-being studies: there is a growing number of such studies, with most of them focusing on the psychological well-being of students. However, the results of such studies have not become subject of sufficient generalization, which makes it difficult to objectively assess the state of the problem. This, in turn, significantly complicates the development of psychological tools aimed at building and maintaining the psychological well-being of the participants of the education process. Further, the results of psychological well-being studies quickly become outdated, which makes it necessary to carry out their periodic systematization.

Materials and Methods. The article provides an overview of publications devoted to the psychological well-being of students and teachers of general education schools.

Results. The article analyses the results of empirical research on the psychological well-being of students and teachers as the main participants of the education process. The analysis allows a conclusion that the situation with the psychological well-being of students and teachers is not optimal: many of them are balancing between psychological well-being and ill-being. The article also provides a list of methods to measure psychological well-being that were specifically developed for the education system and can be used for practical and research purposes.

Conclusions. Our analysis clearly shows that the psychological well-being of students and teachers is insufficiently studied. There are no studies that focus on some of the most important problems: the structure of the psychological well-being of students and teachers, the role of psychological well-being in teachers' work, the most important factors of psychological well-being, etc. The lack of research on such problems significantly complicates the development of practical tools and a system of psychological support for teachers and students, while developing such tools and system could significantly improve the quality of teachers' and students' activities and life in general.

Keywords: psychological well-being, participants of education process, students, teachers, general education schools

Введение

В исследованиях благополучия личности выделяются разные его аспекты (физическое, экономическое, психологическое, социальное, духовное и т. п.). Психологическое благополучие является официально утвердившимся научным понятием. История его изучения составляет чуть более полувека. Однако накопленное количество публикаций настолько велико, что

существует весьма серьезная проблема их систематизации. Большая часть работ имеет исследовательский характер (с существенным преобладанием теоретических исследований над эмпирическими). В отечественной психологии исследования феномена психологического благополучия переживают момент перехода от стадии зарождения (теоретическая разработка основных понятий) к стадии активного развития (эмпирические исследования). Проблема

формирования благополучия (или профилактики неблагополучия) представлена в научной литературе очень слабо (особенно — с опорой на экспериментальные разработки).

Психологическое благополучие различных субъектов образования — новое исследовательское направление в психологии. Его появление отражает гуманистический вектор развития современной науки (в частности, педагогической психологии). Психологическое благополучие участников образовательного процесса (особенно педагогов и учащихся) имеет большое значение для практики образовательного процесса.

Некоторые аспекты психологического благополучия ранее находили отражение в ряде направлений психологических исследований в образовательной сфере. Так, в отношении учащихся исследовалось состояние их психического здоровья, эффективность школьной адаптации, психологическая безопасность образовательного процесса и т. п. Психологическое благополучие педагогов имплицитно входило в состав предметных областей таких направлений исследований, как профессиональное выгорание, профессиональное здоровье, педагогическая направленность и т. п. Весьма перспективным является и исследование проблем психологического благополучия остальных участников образовательных отношений (в частности, административных работников, а также родителей учащихся), к сожалению, еще практически не начинавшееся.

В данном случае, обсуждая психологическое благополучие участников системы образования, мы сосредоточимся на субъектах образовательных отношений, реализуемых в общеобразовательных учреждениях. Нашей целью будет осветить степень изученности проблемы психологического благополучия педагогов и обучающихся, а также возможные перспективы дальнейших исследований.

Материалы и методы

Основным методом исследования для решения поставленных задач в нашей работе является анализ научной литературы. В качестве основных критериев для отбора анализируемых работ будут рассматриваться их содержательная (критериальная) адекватность, преимущественно эмпирический характер и степень актуальности.

Под содержательной адекватностью в данном случае понимается отбор только тех исследований, которые согласуются с определенным по-

ниманием феномена психологического благополучия. В настоящее время существует значительный разброс как в трактовках самого понятия, так и его критериев. Наиболее часто встречаются такие термины, как психологическое (well-being) и субъективное благополучие (subjective well-being), качество жизни (quality of life), психическое здоровье (mental health), удовлетворенность (satisfaction), переживание счастья (happiness) и др. Зачастую эти понятия не только пересекаются, но и неоправданно отождествляются друг с другом. Под психологическим благополучием мы будем понимать относительно устойчивое (т. е., доминирующее в определенный период жизни) психическое состояние личности. Его «ядром» является отношение человека к своей жизни в целом и наиболее значимым ее аспектам в частности (Солдатова 2021). Таким образом, из поля анализа выпадает большой ряд исследований, ассоциирующих психологическое благополучие со свойствами личности, так как в данном случае более адекватно было бы использовать термин «личностное благополучие». Очевидно, что психологическое благополучие включает не только субъективные (основанные на самоотчетах), но и более объективированные критерии (доступные для «внешнего» изучения). В рамках концепции психологического благополучия Г. В. Солдатовой рассматриваются три его аспекта: психофизиологический (наиболее значимый показатель — функциональное состояние), сугубо «психологический» (эмоциональное благополучие, самоэффективность) и социально-психологический (удовлетворенность жизнью, целеполагание) (Солдатова 2021).

Последние два критерия предполагают, что для анализа будут отобраны только работы эмпирического характера, выполненные относительно недавно (не старше 10 лет) и на «отечественном материале».

Результаты

Психологическое благополучие учащихся общеобразовательных учреждений

В отечественной психологии с каждым годом появляется все больше исследований, посвященных психологическому благополучию учащихся. Однако на данный момент защищено всего три кандидатские диссертации, посвященные: оценке психологического благополучия школьников в системе работы психологической службы образовательной организации (Воронина 2002), субъективному благополучию подростков в образовательных средах с разным

уровнем психологической безопасности (Елисеева 2011) и самоуважению как фактору психологического благополучия и учебной мотивации подростков (Лункина 2021). В последние годы появились посвященные данной проблематике учебно-методические пособия (Дубровина 2023; Михайлина, Нелюбова 2017; Солдатова 2021). Выпущена первая монография, посвященная проблеме психологического благополучия учащихся в образовательной среде (Ахрямкина, Чаус 2012). Растет количество научных статей, посвященных психологическому благополучию учащихся, появляются сборники статей научно-практических конференций в рамках данной тематики («Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве» (Братчикова 2013); «Благополучие в образовании» (Канонир, Савенков 2024)). Все это говорит о наличии выраженной позитивной динамики в возрастании интереса к психологическому благополучию учащихся со стороны ученых и практиков.

Однако вопрос о критериях психологического благополучия учащихся является довольно дискуссионным. Полагаем, что значимыми показателями (в дополнение к базовым) можно считать отношение к учебной деятельности (мотивация обучения, удовлетворенность учебной деятельностью) и образовательной организации (Солдатова 2021).

Разработан целый ряд методик для диагностики школьного психологического благополучия учащихся (например, методика «Опросник субъективного благополучия в школе» Т. Н. Канонир), а также разных его аспектов — эмоционального состояния (методика «Веселый — грустный» для оценки эмоционального отношения к обучению в школе дошкольников и младшеклассников М. Н. Ильиной), удовлетворенности школой и учебной деятельностью (например, многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников Е. С. Хьюбера в адаптации О. А. Сычева, методика диагностики удовлетворенности учащихся школьной жизнью А. А. Андреева и др.). Представляет большой интерес для исследователей и практиков обзор методик диагностики психологического благополучия в образовании, требований к ним и к проведению мониторинга данных показателей (Канонир и др. 2024).

К сожалению, на сегодня практически нет исследований, которые могли бы охарактеризовать ситуацию в сфере психологического благополучия учащихся «в целом» (на репрезентативных выборках обучающихся разных возрастов и типов образовательных организаций). Обычно представляются результаты исследо-

ваний довольно ограниченных по возрасту выборок испытуемых-школьников при отсутствии групп сравнения. Таким образом, имеющихся на данный момент эмпирических данных для более или менее обоснованных выводов явно недостаточно.

Довольно популярным является исследование психологического благополучия не как самостоятельного явления, а в связи с другими феноменами. Здесь наиболее важной проблемой является поиск связей с академической успеваемостью и различными переменными, которые могут рассматриваться в качестве обуславливающих ее факторов. Результаты анализа большого количества более ранних исследований на зарубежных и отечественных выборках учащихся показывают, что психологическое благополучие и успеваемость учащихся взаимосвязаны, а в качестве предикторов психологического благополучия могут рассматриваться характеристики учащихся, в частности, демографические — пол (девочки чаще склонны к благополучию, чем юноши), возраст (по мере взросления оно снижается), состояние здоровья, самые разнообразные личностные свойства, характеристики семьи (например, уровень ее благосостояния), а также характеристики образовательного процесса (в частности, уровень безопасности образовательной среды, специфика организации учебной деятельности, особенности личности педагога, его отношения к учащимся и т. п.) и особенности отношений с окружающими — учащимися, учителями и родителями (Солдатова 2021). При этом необходимо учитывать, что специфика связей между показателями может различаться в разных классах (в связи с изменением характера и условий учебной деятельности). Однако выявление подобного рода закономерностей требует масштабных лонгитюдных исследований.

Рассмотрим актуальные данные относительно психологического благополучия учащихся общеобразовательных учреждений.

Психологическое благополучие учащихся начальных классов

Установлено, что современные дети, обучающиеся в первых–пятых классах общеобразовательной школы, гораздо выше оценивают себя по сравнению с их ровесниками тридцатилетней давности. Однако уже в четвертом классе происходит некоторое снижение самооценки у девочек, самооценки и уровня притязаний — у мальчиков. В данном случае делается вывод, что большим психологическим благополучием характеризуются мальчики, так как у них нет

такого большого разрыва между «Я реальным» и «Я идеальным», как у девочек (Андреева, Москвитина 2019).

Однако в лонгитюдном исследовании, посвященном динамике субъективного благополучия учеников начальной школы, выявлено, что девочки третьего–четвертого классов больше (чем мальчики) удовлетворены школой, хотя постепенно разрыв между ними снижается. Субъективное благополучие учащихся растет до 10–12 лет, после чего постепенно снижается, в частности, в отношении удовлетворенности жизнью (Канонир и др. 2020).

По результатам исследований, в которых сравнивались выборки учащихся с разным учебным статусом — имеющих сложности в обучении (на примере синдрома гиперактивности и дефицита внимания), одаренных и «обычных» учеников, установлено, что даже гиперактивные школьники воспринимают себя вполне «благополучными» (79 % против 87 % «одаренных»). В контрольной группе (обычных учащихся) психологически благополучных также большинство (87 %). Учащиеся начальных классов с синдромом гиперактивности характеризуются рядом черт: большинство субъективно ощущают себя психологически благополучными; это субъективное восприятие характеризуется меньшим количеством амбивалентных, но большим разнообразием отрицательных стрессовых связей (по сравнению с обычными детьми того же возраста). В качестве основного источника стресса ими воспринимается ближайшее социальное окружение. Субъективное восприятие психологического благополучия одаренных учащихся отличается от такового у других детей большим количеством стрессогенных отрицательных связей (источником которых являются одноклассники); они испытывают более амбивалентное отношение со стороны родителей (Ахрямкина, Чаус 2012).

Исследование, в котором приняли участие ученики четвертого класса, показало, что существует связь между уровнем учебных достижений ученика и его удовлетворенностью школой, но она имеет нелинейный характер. Наиболее удовлетворены учащиеся со средним уровнем учебных достижений. При этом основные трудности учащихся с низкими учебными результатами наблюдаются только в сфере отношений со сверстниками, тогда как неудовлетворенность учащихся с самым высоким уровнем достижений кроется в более критическом взгляде на свою школьную среду. Различий в аффективном компоненте благополучия между учащимися с разными уровнями учебных достижений обнару-

жено не было, т. е. учащиеся с разным уровнем учебных достижений испытывают как позитивные, так и негативные чувства, связанные со школой (Канонир 2019).

Результаты исследования факторов психологического благополучия учеников начальной школы свидетельствуют, что оно определяется мотивацией: «внутренней», или личным интересом к учебе (положительная связь), и «внешней» — требованиями со стороны учителей и родителей (отрицательная связь). Существенную роль в школьном благополучии и внутренней мотивации ученика играют личные отношения с учителем, его восприятие ребенком как личности, уровень поддержки. Существует специфика психологического благополучия, связанная с содержанием обучения: в частности, содержание учебной программы, воздействуя на учебную мотивацию, может усиливать или ослаблять его (Гордеева и др. 2019).

Таким образом, результаты перечисленных исследований свидетельствуют, что учащиеся начальной школы характеризуются положительным самоощущением, являющимся основой их психологического благополучия.

Психологическое благополучие учащихся средних классов

В крупнейшем исследовании психологического благополучия учащихся, выборку которых составили более семи тысяч 15-летних подростков из более чем двухсот образовательных организаций 43 регионов России, в сравнении с зарубежными сверстниками из разных стран, был установлен ряд важных моментов. Оказалось, несмотря на то что уровень эмоционального благополучия российских подростков «ниже среднего», оценки осмысленности жизни и удовлетворенности ею, напротив, выше. Наибольший вклад в психологическое благополучие подростков вносит показатель самооффективности (оценка своих возможностей и потенциала). Самооффективность существенно зависит от уровня поддержки со стороны педагогов и родителей и, в свою очередь, влияет на учебную мотивацию, чувство принадлежности к школе. Установлено, что педагоги, одноклассники и родители учащихся оказывают приблизительно равное по силе влияние на их психологическое благополучие. Российские подростки больше ориентированы на оценки педагогов и получают существенно меньше психологической поддержки от родителей. Они характеризуются более низким уровнем общей самооффективности, учебных целей, а также чувства принадлежности к школе. Их психологическое благополучие

почти не связано с социально-экономическим статусом их семей, который, тем не менее, обнаруживает надежные положительные связи с их академическими достижениями. Вероятно, что его роль в благополучии подростков опосредована характером детско-родительских отношений. В данном исследовании на репрезентативной выборке показано, что юноши более благополучны, чем девушки по показателям удовлетворенности жизнью, оценки ее осмысленности, уровня эмоционального благополучия (Гордеева, Сычев 2023).

В исследовании стрессоустойчивости подростков было установлено, что они испытывают высокий уровень стресса, наиболее часто связанного со школой, учебой и взаимодействием со взрослыми людьми. Учащиеся женского пола чаще страдают от одиночества и критического отношения к себе, а мужского — испытывают достоверно большую стрессовую нагрузку (что парадоксально) из-за «мистических» страхов). В отношении личностного благополучия девушки оценивают себя как обладательниц более высокой компетентности и личностного роста, а юноши — автономности, самопринятия и направленности на позитивные отношения. Личностное благополучие подростков значимо отрицательно связано с показателями школьного стресса (Галашева, Головей 2023).

Другие исследователи также подтверждают, что учащиеся средней школы имеют высокий уровень межличностной и повышенный — школьной тревожности (Андреева, Москвитина 2019).

Обнаружены данные, согласно которым важным индикатором психологического состояния подростка является профиль его самоуважения. Учащиеся с «благоприятным» (основанным на учебной компетентности) профилем самоуважения закономерно оказались более психологически благополучными, чем остальные их сверстники, которые вынуждены формировать «компенсаторный профиль самоуважения» (Лункина 2021).

Следовательно, результаты рассмотренных исследований показывают, что психологическое благополучие учащихся средних классов является во многом «сниженным», важнейший вклад в него вносят академическая успеваемость и оценка своих способностей.

Психологическое благополучие учащихся старших классов

Установлено, что уровень субъективного благополучия старшеклассников, несмотря на высокую вариативность, находится в пределах средних значений. При этом 29 % респон-

дентов показывают уровень «ниже среднего». Высокий и очень высокий уровень удовлетворенности своей жизнью демонстрируют 48 % респондентов (вариативность данного показателя также довольно высока). Однако обнаружено снижение значений по шкалам функционального состояния — активности, бодрости, тонуса, повышения напряженности и тревоги. Удовлетворенность жизнью наиболее тесно связана с показателями личностного благополучия учащихся. Также показатели психологического и личностного благополучия тесно связаны с параметрами профессионального самоопределения старшеклассников (Головей и др. 2019).

В другом исследовании также был выявлен средний уровень психического благополучия старшеклассников, особенно в отношении показателей «напряженность и чувствительность», «психиатрическая симптоматика», «изменения настроения», «значимость социального окружения», «самооценка здоровья» и «удовлетворенность повседневной деятельностью», а также низкий уровень личностного благополучия (Пузько, Чернявская 2017).

Было показано, что отношение старшеклассников к школе и к самим себе обусловлено их полом. У юношей большую роль играет статус в компании сверстников, а у девушек — самоутверждение в сфере учебы (Вартанова 2020).

Обнаружено исследование, в котором детально описана динамика психического состояния старшеклассников к моменту окончания школы (правда, на недостаточно репрезентативной выборке). Его результаты свидетельствуют о нарастании негативных переживаний и общей астенизации, связанных с итоговыми выпускными испытаниями (Чикова, Панферова 2016).

На психологическое благополучие учащихся может оказывать влияние специфика образовательной организации. Исследование учащихся восьмых–десятых классов специализированных и общеобразовательных школ показало, что обучение в школе для одаренных детей является значимым фактором удовлетворенности учебой и большей защищенности от психологического насилия во взаимодействии с учителями и одноклассниками. В обеих выборках обнаружено определенное количество учащихся, испытывающих эмоциональный дискомфорт. При этом учащиеся специализированных школ чаще переживают фрустрацию в межличностных отношениях, «скачки» настроения и пессимизм, а учащиеся общеобразовательных школ — тяжесть выполняемых заданий и неудовлетворенность повседневной деятельностью. Однако

в данном случае сложно сказать, чем вызваны эти различия — психологическими особенностями самих обучающихся или характеристиками образовательной среды (вероятно, обоими факторами). Установлено, что во взаимодействии с учителями учащиеся общеобразовательных школ менее всего защищены от игнорирования, а специализированных — от принуждения (Лактионова и др. 2023).

Следовательно, уровень психологического благополучия старшеклассников выдерживает наибольшие испытания, связанные со школьной жизнью, и является формой переживания «кризиса выпускника».

Психологическое благополучие педагогов

Психологическое благополучие педагога зачастую постулируется как крайне важная социальная проблема. Однако уровень эмпирической изученности данной проблемы остается крайне низким. Исследователей чаще интересует вопрос факторов (причин) психологического благополучия. В настоящее время в этом научном поле защищены только две диссертации, в которых рассматриваются особенности личности как факторы психологического благополучия педагогов (Заусенко 2012; Ставцев 2022), хотя именно эта группа факторов является наименее «контролируемой».

В качестве значимых критериев психологического благополучия педагогов, кроме общих для всех, также следует рассматривать отношение педагога к своей к профессиональной деятельности, удовлетворенность ею.

На данный момент разработан целый ряд методик диагностики различных аспектов психологического благополучия педагогов — в частности, методика диагностики отношения к профессиональной деятельности педагога Г. В. Лозовой, опросник для диагностики структуры эмоциональности в профессионально-педагогической деятельности Т. Г. Сырицо на основе методики Л. А. Рабинович, методика изучения удовлетворенности организацией воспитательного процесса и жизнедеятельностью в учебном заведении Е. Н. Степановой и др. Также для этой цели пригодны общие методики диагностики психологического благополучия — например, опросник «Шкала субъективного благополучия» А. Перруде-Баду, Г. Мендельсон, Ж. Чиче (A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche) в адаптации А. А. Руквишниковой, тест индекс жизненной удовлетворенности Б. Ньюгартен (B. Newgarten) в адаптации Н. В. Паниной, «Оксфордский опросник

счастья» М. Аргайла (M. Argyle), методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана и др.

В 2020 году в разгар пандемии ковида и дистанционного обучения нами было проведено исследование психологического благополучия педагогических работников образовательных организаций. Использовался опросник «Шкала субъективного благополучия» А. Перруде-Баду, Г. Мендельсон, Ж. Чиче (A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche) в адаптации А. А. Руквишниковой. В соответствии с определенными для российской выборки нормативами было установлено, что «в целом» педагоги обладают средним уровнем психологического благополучия. На практике это означает, что нет явно выраженного ни благополучия, ни неблагополучия. Наиболее высоко педагоги оценили уровень своей социальной поддержки, а наиболее низко — свое здоровье. Особый интерес представляет показатель оценки педагогами качества своего сна (как наименее «управляемый»). Обладая невысоким уровнем выраженности, он отличается повышенной вариативностью, что говорит о том, что значительная часть педагогов недовольна качеством своего сна. Корреляционный анализ показал, что качество сна педагогов определяется их настроением, ощущением себя в «хорошей форме», низкими уровнями одиночества и беспокойства. Высокие коэффициенты вариации свидетельствуют о том, что значительная часть педагогов не удовлетворена своим настроением, здоровьем, физической формой, повседневной деятельностью, переживает состояния скуки, беспокойства, чрезмерной чувствительности и потребности в одиночестве. Корреляционный анализ позволяет утверждать, что интегральный показатель психологического благополучия педагогов определяется отсутствием переживания скуки, хорошим настроением и ощущением хорошего здоровья. Тем не менее полученные данные дают несколько более «позитивную картину» психологического благополучия педагогов, чем ожидалось. Существуют основания предполагать, что это может быть вызвано эффектом «социальной желательности» (так как многие педагоги склонны отвечать «как надо») — именно поэтому особую значимость приобретают такие «косвенные» показатели, как оценка качества сна и здоровья (Коршунова, Солдатова 2020).

Отношение педагогов к своей профессиональной деятельности может быть охарактеризовано как крайне амбивалентное. В целом его можно охарактеризовать как весьма «среднее»

(с некоторым «перевесом» в положительную сторону). Примерно каждого второго педагога сильно раздражают его подопечные. Многих педагогов характеризует довольно пассивная позиция в отношении своего саморазвития, часть из них продолжают работать только в силу объективной необходимости (Полякова 2013).

Обсуждение результатов

Анализ исследований проблемы психологического благополучия субъектов образования свидетельствует, что количество эмпирических исследований на данный момент — явно недостаточно для формулирования полновесных обобщений, необходимых для разработки качественного психологического инструментария, связанного с разработкой программ профилактики и коррекции неблагополучия и формирования различных аспектов школьного благополучия.

Проблема психологического благополучия учащихся имеет большое значение не только в контексте получения образования (академической компетентности и успешности), но и «сама по себе», поскольку психологическое благополучие может являться значимым фактором здоровья учеников, современное состояние которого приближается к катастрофическому. Кроме того, анализ современного состояния проблемы формирования учебных компетенций показывает, что традиционные методы работы («знаниевый» подход, директивные модели взаимодействия) с учащимися практически исчерпали свой потенциал. Возможно, именно подход, ориентированный не только на формирование необходимых знаний, умений, навыков (компетенций), но и связанных с ними параметров психологического благополучия может стать тем скрытым резервом, который позволит повысить качество образования современных школьников.

В сфере психологического благополучия учащихся остается еще множество вопросов, не нашедших должного рассмотрения на эмпирическом уровне. Например, неясны динамические тенденции развития психологического благополучия личности в процессе обучения в школе, их влияние на дальнейшую жизнь будущих специалистов. Необходим поиск факторов, от которых зависит как психологическое благополучие учащихся (с точки зрения организации образовательного процесса, применения определенных педагогических технологий), так и их учебная успешность (в том числе, в их взаимосвязях, как прямых, так и опосредованных).

Проблема психологического благополучия педагогов также нуждается в дальнейшей разработке по двум причинам: для оптимизации профессиональной деятельности самого педагога и улучшения его психологического комфорта; для оказания косвенного воздействия на психологическое благополучие учащихся и их родителей (поскольку «благополучный» педагог обладает более высоким профессиональным и личностным потенциалом, чем «средний» или, тем более, «неблагополучный»).

Существует масса вопросов, требующих дальнейших эмпирических исследований. В частности, необходимо: для оценки актуального состояния проблемы — проведение масштабных исследований психологического благополучия педагогических специалистов (как в целом, так и по разным категориям, например, в разных типах образовательных организаций, различных специализациях и т. п.); для определения социального значения психологического благополучия педагогов — определение его связей с параметрами профессиональной деятельности (в том числе ее эффективности), состояния учащихся и их родителей и т. п.; для выявления механизмов управления данным состоянием — поиск наиболее значимых факторов психологического благополучия педагогов и т. п.

Существуют основания полагать, что психологическое благополучие разных субъектов образования — взаимосвязанные феномены (особенно сильно — педагогов и учащихся). Однако эта проблема пока не нашла должного эмпирического освещения.

Необходимо проведение системных исследований психологического благополучия полноценных участников современных образовательных отношений — родителей учащихся.

Все это вместе взятое позволит оптимизировать качество образовательного процесса, управление которым до сих пор представляет значительные трудности и таит в себе массу загадок.

Выводы

В целом анализ представленных исследований свидетельствует, что психологическое благополучие субъектов образования можно охарактеризовать как «пограничное» между «благополучием» и «неблагополучием». Наиболее сильно в психологическом сопровождении нуждаются учащиеся средних и старших классов, а также педагогические работники.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

Вклад авторов

Г. В. Солдатова — разработка концепции. Методология. Формальный анализ. Исследова-

ние. Обработка данных. Подготовка текста — черновик.

С. М. Шингаев — разработка концепции. Методология. Подготовка текста — доработка и редактирование. Визуализация. Администрирование проекта.

Author Contributions

Galina V. Soldatova: Conceptualization. Methodology. Formal analysis. Investigation. Data Curation. Writing — Original Draft.

Sergey M. Shingayev: Conceptualization. Methodology. Writing — Review & Editing. Visualization. Project administration.

Литература

- Андреева, А. Д., Москвитина, О. А. (2019) Психологическое благополучие учащихся 1–5-х классов в контексте современной социальной ситуации. *Вопросы образования*, № 3, с. 203–222. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2019-3-203-223>
- Ахрямкина, Т. А., Чаус, И. Н. (2012) *Психологическое благополучие учащихся в образовательной среде*. Самара: Изд-во Самарского филиала МГПУ, 104 с.
- Братчикова, Ю. В. (сост.). (2013) *Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве. Сборник научных статей*. Екатеринбург: Изд-во УрГПУ, 143 с.
- Вартанова, И. И. (2020) Эмоциональное отношение к школе и самоотношение старшеклассников различного пола и возраста. *Психологическая наука и образование*, т. 25, № 3, с. 40–48. <https://doi.org/10.17759/pse.2020250304>
- Воронина, А. В. (2002) *Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук*. Томск, Томский Государственный Университет, 220 с.
- Галашева, О. С., Головей, Л. А. (2023) Повседневный стресс и психологическое благополучие мальчиков и девочек подросткового возраста. *Психология человека в образовании*, т. 5, № 4, с. 500–511. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-4-500-511>
- Головей, Л. А., Данилова, М. В., Груздева, И. А. (2019) Психоэмоциональное благополучие старшеклассников в связи с готовностью к профессиональному самоопределению. *Психологическая наука и образование*, т. 24, № 6, с. 63–73. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240606>
- Гордеева, Т. О., Сычев, О. А. (2023) От чего зависит психологическое благополучие российских подростков: Анализ результатов PISA 2018. *Сибирский психологический журнал*, № 88, с. 85–104. <https://doi.org/10.17223/17267080/88/5>
- Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Лункина, М. В. (2019) Школьное благополучие младших школьников: Мотивационные и образовательные предикторы. *Психологическая наука и образование*, т. 24, № 3, с. 32–42. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240303>
- Дубровина, И. В. (2023) *Психологическое благополучие школьников в системе современного образования*. М.: Юрайт, 180 с.
- Елисеева, О. А. (2011) *Субъективное благополучие подростков в образовательных средах с разным уровнем психологической безопасности. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук*. М., Московский государственный психолого-педагогический университет, 23 с.
- Заусенко, И. В. (2012) *Личностные детерминанты психологического благополучия педагога. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук*. Екатеринбург, Уральский государственный педагогический университет, 23 с.
- Канонир, Т. Н. (2019) Субъективное благополучие в школе и отношения с одноклассниками у учащихся начальной школы с разным уровнем учебных достижений. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, т. 16, № 2, с. 378–390. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2019-2-378-390>
- Канонир, Т. Н., Куликова, А. А., Орел, Е. А. (2020) Лонгитюдное исследование субъективного благополучия в школе у учащихся младших классов. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, № 4 (158), с. 461–479. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.4.921>
- Канонир, Т. Н., Куликова, А. А., Орел, Е. А. (2024) Измерение благополучия в образовании. В кн.: Т. Н. Канонир, А. И. Савенков (ред.). *Благополучие в образовании: Современные исследования*. М.: НИУ ВШЭ, с. 221–235.

- Канонир, Т. Н., Савенков, А. И. (ред.). (2024) *Благополучие в образовании: Современные исследования*. М.: НИУ ВШЭ, 240 с.
- Коршунова, О. В., Солдатова, Г. В. (2020) Психологическое благополучие педагогов общеобразовательных организаций. *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*, № 8 (186), с. 382–386. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2020.8.p382-386>
- Лактионова, Е. Б., Орлова, А. В., Кондакова, И. В., Тузова, А. С. (2023) Отношение к образовательной среде и психологическое благополучие учащихся специализированных и общеобразовательных школ. *Педагогический ИМИДЖ*, т. 14, № 3 (48), с. 500–515. <https://doi.org/10.32343/2409-5052-2020-14-3-500-515>
- Лункина, М. В. (2021) *Основания самоуважения как фактор психологического благополучия и мотивации учебной деятельности подростков. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук*. М., МГУ, 33 с.
- Михайлина, М. Ю., Нелюбова, Я. К. (2017) *Диагностика эмоционального благополучия школьников: профилактическая работа с семьями в социально опасном положении*. Саратов: Саратовский областной институт развития образования, 62 с.
- Полякова, О. Б. (2013) *Профессиональные деформации личности: понятие, структура, диагностика, особенности*. М.: Московский психолого-социальный университет, 266 с.
- Пузько, В. И., Чернявская, В. С. (2017) Психологическое благополучие и стратегии совладающего поведения у старшекласников. *Мир науки, культуры, образования*, № 1 (62), с. 269–273. EDN: [XXJPSV](https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2017.1.p269-273)
- Солдатова, Г. В. (2021) *Психологическое благополучие личности в системе образования*. СПб.: Изд-во СПб АППО, 78 с.
- Ставцев, А. А. (2022) *Позитивные качества личности как предиктор психологического благополучия педагогов в профессиональной деятельности (на модели VIA)*. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук. СПб., Санкт-Петербургский государственный университет, 29 с.
- Чикова, О. М., Панферова, О. В. (2016) Психические состояния старших школьников. В кн.: *Актуальные проблемы современной педагогики и психологии в России и за рубежом. Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции 10 февраля 2016 г. Вып. 3*. Новосибирск: Инновационный центр развития образования и науки, с. 217–219.

References

- Akhryamkina, T. A., Chaus, I. N. (eds.). (2012) *Psikhologicheskoe blagopoluchie uchaschchikhsya v obrazovatel'noj srede [Psychological well-being of students in an educational environment]*. Samara: Samara Campus of the Moscow city university Publ., 104 p. (In Russian)
- Andreeva, A. D., Moskvitina, O. A. (2019) Psikhologicheskoe blagopoluchie uchaschchikhsya 1–5-kh klassov v kontekste sovremennoj sotsial'noj situatsii [Psychological well-being in first- to fifth-grades in the context of contemporary social situation of development]. *Voprosy obrazovaniya — Educational Studies Moscow*, no. 3, pp. 203–222. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2019-3-203-223> (In Russian)
- Bratchikova, Yu. V. (comp.). (2013) *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve. Sbornik nauchnykh statej [Psychological well-being of the individual in the modern educational space. Collection of scientific articles]*. Ekaterinburg: Ural State Pedagogical University Publ., 143 p. (In Russian)
- Chikova, O. M., Panferova, O. V. (2016) Psikhicheskie sostoyaniya starshikh shkol'nikov [Mental states of high school students]. In: *Aktual'nye problemy sovremennoj pedagogiki i psikhologii v Rossii i za rubezhom. Sbornik nauchnykh trudov po itogam mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii 10 fevralya 2016 g. Вып. 3 [Current problems of modern pedagogy and psychology in Russia and abroad. Collection of scientific papers on the results of the international scientific and practical conference on February 10, 2016. Iss. 3]*. Novosibirsk: Innovative Development Center of Education and Science Publ., pp. 217–219. (In Russian)
- Dubrovina, I. V. (2023) *Psikhologicheskoe blagopoluchie shkol'nikov v sisteme sovremennogo obrazovaniya [Psychological well-being of schoolchildren in the modern education system]*. Moscow: Yurajt Publ., 180 p. (In Russian)
- Eliseeva, O. A. (2011) *Sub'ektivnoe blagopoluchie podrostkov v obrazovatel'nykh sredakh s raznym urovnem psikhologicheskoy bezopasnosti [Subjective well-being of adolescents in educational environments with different levels of psychological security]. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, Moscow State University of Psychology & Education, 23 p. (In Russian)
- Galasheva, O. S., Golovey, L. A. (2023) Povsednevnyj stress i psikhologicheskoe blagopoluchie mal'chikov i devochek podrostkovogo vozrasta [Everyday stress and psychological well-being of male and female adolescents]. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii — Psychology in Education*, vol. 5, no. 4, pp. 500–511. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-4-500-511> (In Russian)
- Golovey, L. A., Danilova, M. V., Gruzdeva, I. A. (2019) Psikhooemotsional'noe blagopoluchie starsheklassnikov v svyazi s gotovnost'yu k professional'nomu samoopredeleniyu [Psycho-emotional well-being of high school students in relation to their readiness for professional self-determination]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie — Psychological Science and Education*, vol. 24, no. 6, pp. 63–73. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240606> (In Russian)

- Gordeeva, T. O., Sychev, O. A. (2023) Ot chego zavisit psikhologicheskoe blagopoluchie rossijskikh podrostkov: Analiz rezul'tatov PISA 2018 [What determines the psychological well-being of Russian adolescents: Analysis of PISA 2018 results]. *Sibirskij psikhologicheskij zhurnal — Siberian psychological journal*, no. 88, pp. 85–104. <https://doi.org/10.17223/17267080/88/5> (In Russian)
- Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., Lunkina, M. V. (2019) Shkol'noe blagopoluchie mladshikh shkol'nikov: Motivatsionnye i obrazovatel'nye prediktory [School well-being of primary school children: Motivational and educational predictors]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie — Psychological Science and Education*, vol. 24, no. 3, pp. 32–42. <https://doi.org/10.17759/pse.2019240303> (In Russian)
- Kanonir, T. N. (2019) Sub'ektivnoe blagopoluchie v shkole i otnosheniya s odnoklassnikami u uchashchikhsya nachal'noj shkoly s raznym urovnem uchebnykh dostizhenij [Subjective well-being of primary school students with different achievement levels]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki — Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, vol. 16, no. 2, pp. 378–390. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2019-2-378-390> (In Russian)
- Kanonir, T. N., Kulikova, A. A., Orel, E. A. (2020) Longityudnoe issledovanie sub'ektivnogo blagopoluchiya v shkole u uchashchikhsya mladshikh klassov [Longitudinal study of school-related subjective well-being among primary school students]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny — Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, no. 4 (158), pp. 461–479. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.4.921> (In Russian)
- Kanonir, T. N., Kulikova, A. A., Orel, E. A. (2024) Izmerenie blagopoluchiya v obrazovanii [Measuring well-being in education]. In: T. N. Kanonir, A. I. Savenkov (eds.). *Blagopoluchie v obrazovanii: sovremennye issledovaniya [Well-being in education: Modern research]*. Moscow: HSE University Publ., pp. 221–235. (In Russian)
- Kanonir, T. N., Savenkov, A. I. (eds.). (2024) *Blagopoluchie v obrazovanii: Sovremennye issledovaniya [Well-being in education: Modern research]*. Moscow: HSE University Publ., 240 p. (In Russian)
- Korshunova, O. V., Soldatova, G. V. (2020) Psikhologicheskoe blagopoluchie pedagogov obshcheobrazovatel'nykh organizatsij [Psychological well-being of teachers of educational organizations]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*, no. 8 (186), pp. 382–386. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2020.8.p382-386> (In Russian)
- Laktionova, E. B., Orlova, A. V., Kondakova, I. V., Tuzova, A. S. (2023) Otnoshenie k obrazovatel'noj srede i psikhologicheskoe blagopoluchie uchashchikhsya spetsializirovannykh i obshcheobrazovatel'nykh shkol [An attitude of students in specialized and secondary schools to the educational environment and their psychological well-being]. *Pedagogicheskij IMIDZh — Pedagogical IMAGE*, vol. 14, no. 3 (48), pp. 500–515. <https://doi.org/10.32343/2409-5052-2020-14-3-500-515> (In Russian)
- Lunkina, M. V. (2021) Osnovaniya samouvazheniya kak faktor psikhologicheskogo blagopoluchiya i motivatsii uchebnoj deyatel'nosti podrostkov [The foundations of self-esteem as a factor of psychological well-being and motivation of educational activities of adolescents]. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, Moscow State University, 33 p. (In Russian)
- Mikhajlina, M. Yu., Nelyubova, Ya. K. (2017) *Diagnostika emotsional'nogo blagopoluchiya shkol'nikov: Profilakticheskaya rabota s sem'yami v sotsial'no opasnom polozhenii [Diagnostics of emotional well-being of schoolchildren: Preventive work with families in a socially dangerous situation]*. Saratov: Saratov Regional Institute of Education Development Publ., 62 p. (In Russian)
- Polyakova, O. B. (2013) *Professional'nye deformatsii lichnosti: Ponyatie, struktura, diagnostika, osobennosti [Professional personality deformations: Concept, structure, diagnosis, features]*. Moscow: Moscow Psychological and Social University Publ., 266 p. (In Russian)
- Puzko, V. I., Chernyavskaya, V. S. (2017) Psikhologicheskoe blagopoluchie i strategii sovladayushchego povedeniya u strasheklassnikov [Psychological well-being and strategies of coping behavior in high school students]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*, no. 1 (62), pp. 269–273. EDN: XXJPSV (In Russian)
- Soldatova, G. V. (2021) *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sisteme obrazovaniya [Psychological well-being of the individual in the education system]*. Saint Petersburg: Saint Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education Publ., 78 p. (In Russian)
- Stavtsev, A. A. (2022) *Pozitivnye kachestva lichnosti kak prediktor psikhologicheskogo blagopoluchiya pedagogov v professional'noj deyatel'nosti (na modeli VIA) [Positive personality traits as a predictor of psychological well-being of teachers in their professional activities (using the VIA model)]*. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Saint Petersburg, Saint Petersburg State University, 29 p. (In Russian)
- Vartanova, I. I. (2020) Emotsional'noe otnoshenie k shkole i samootnoshenie starsheklassnikov razlichnogo pola i vozrasta [Emotional attitude to school and self-attitude of high school students of different sex and ages]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie — Psychological Science and Education*, vol. 25, no. 3, pp. 40–48. <https://doi.org/10.17759/pse.2020250304> (In Russian)
- Voronina, A. V. (2002) *Otsenka psikhologicheskogo blagopoluchiya shkol'nikov v sisteme profilakticheskoy i korrektsionnoj raboty psikhologicheskoy sluzhby [Assessment of the psychological well-being of schoolchildren in the system of preventive and correctional work of the psychological service]*. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Tomsk, Tomsk State University, 220 p. (In Russian)

Zausenko, I. V. (2012) *Lichnostnye determinanty psikhologicheskogo blagopoluchiya pedagoga [Personal determinants of a teacher's psychological well-being]. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Ekaterinburg, Ural State Pedagogical University, 23 p. (In Russian)

Сведения об авторах

Галина Викторовна Солдатова, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования им. К. Д. Ушинского
SPIN-код: 9752-5971, e-mail: appo.psy@mail.ru; lozgal@mail.ru

Сергей Михайлович Шингаев, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии, Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования им. К. Д. Ушинского
SPIN-код: 1043-7169, ResearcherID: S-4159-2016, Scopus AuthorID: 56964987900, ORCID: 0000-0001-7546-7375,
e-mail: appo.psy@mail.ru; sshingaev@mail.ru

Authors

Galina V. Soldatova, Candidate of Sciences (Psychology), Professor, Department of Psychology, Saint Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education named after K. D. Ushinsky
SPIN: 9752-5971, e-mail: appo.psy@mail.ru; lozgal@mail.ru

Sergey M. Shingayev, Doctor of Sciences (Psychology), Associate Professor, Professor, Department of Psychology, Saint Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education named after K. D. Ushinsky
SPIN: 1043-7169, ResearcherID: S-4159-2016, Scopus AuthorID: 56964987900, ORCID: 0000-0001-7546-7375,
e-mail: appo.psy@mail.ru; sshingaev@mail.ru