

УДК 37.015.31

Казанцева О. А., Гурьянова Т. А.*Алтайский государственный педагогический университет
656031, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Молодёжная, д. 55, Российская Федерация*

РОЛЬ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ И ПРОИЗВОЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ БЛАГОПОЛУЧИИ ПОДРОСТКОВ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

АННОТАЦИЯ

Цель. Анализ роли воспринимаемой социальной поддержки и произвольной регуляции в психологическом благополучии подростков-правонарушителей и подростков, проживающих в семьях в социально опасном положении.

Процедура и методы. В ходе эмпирического исследования на выборке из 82 подростков мужского пола от 11 до 17 лет проведена диагностика с помощью шкалы воспринимаемой социальной поддержки MSPSS Д. Зимета, шкалы для изучения произвольной регуляции в подростковом возрасте Т. О. Риппинен, шкалы воспринимаемого стресса (ШВС-Д) Б. П. Уайт и многомерной шкалы удовлетворённости жизнью школьников (ШУДЖИ). В ходе обработки результатов использовались корреляционный и регрессионный анализ.

Результаты. Установлено, что школьное благополучие зависит лишь от произвольной регуляции, а удовлетворённость собой, отношениями в семье и с друзьями зависит от воспринимаемой социальной поддержки и произвольной регуляции. При контроле воспринимаемой поддержки и произвольной регуляции вклад воспринимаемого стресса в благополучие становится незначимым, что указывает на вероятную важность этих ресурсов для совладания со стрессом и снижения его влияния на благополучие.

Теоретическая и практическая значимость. Уточнены теоретические представления о роли социальной поддержки и произвольной регуляции на особой выборке подростков; подтверждён важный для практической деятельности вывод о решающем значении произвольной регуляции в школьном благополучии.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

воспринимаемая социальная поддержка, воспринимаемый стресс, подростки в трудной жизненной ситуации, произвольная регуляция, психологическое благополучие, удовлетворённость жизнью

БЛАГОДАРНОСТИ

Авторы благодарят за оказанную помощь и поддержку начальника центра временного содержания несовершеннолетних правонарушителей Главного управления МВД РФ по Алтайскому краю Л. Д. Лисафину, директора КГБОУ ВУ «Алтайская краевая специальная общеобразовательная школа закрытого типа» В. В. Филиппова, заместителя начальника управления по социальной политике Министерства социальной защиты Алтайского края, начальника отдела по вопросам семьи, материнства и детства С. В. Колмыкову.

СТРУКТУРА

[Введение](#)[Выборка и методы исследования](#)[Результаты](#)[Обсуждение результатов](#)[Заключение](#)**O. Kazantseva, T. Guryanova***Moscow Region State University**ul. Very Volashinoi 24, Mytishchi 141014, Moscow Region, Russian Federation*

THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT AND EFFORTFUL CONTROL IN THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF ADOLESCENTS IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

ABSTRACT

Aim. To analyze the role of perceived social support and effortful control in the psychological well-being of juvenile delinquents and adolescents in difficult life situations.

Methodology. In the course of empirical research based on a sample of 82 male adolescents from 11 to 17 years old, diagnostics were carried out using the scale of perceived social support MSPSS by D. Zimet, the scale for studying effortful control in adolescence by T.O. Rippinen, Perceived Stress Scale (PSS) by B.P. White, and the multidimensional students' life satisfaction scale (MSLSS). In the course of processing the results, correlation and regression analysis were used.

Results. It is demonstrated that school well-being depends only on effortful control, while self-satisfaction, satisfaction with relationships in the family and with friends depends on perceived social support and effortful control. In the course of controlling perceived support and effortful control the contribution of perceived stress to well-being becomes insignificant, which indicates the likely importance of these resources for coping with stress and reducing its impact on well-being.

Research implications. The study clarifies theoretical ideas about the role of perceived social support and effortful control based on a special sample of adolescents, as well as confirms the conclusion that is important for practice about the decisive role of voluntary regulation in school well-being.

KEYWORDS

teenagers in a difficult life situation, psychological well-being, life satisfaction, effortful control, perceived social support, perceived stress

ACKNOWLEDGMENTS

The research was supported by L.D. Lisafina, the head of the temporary detention center for juvenile offenders of the Head Department of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation for the Altai Territory; V.V. Filippov, the headmaster of the Regional State Budgetary General Educational Institution "Altai regional special general education school of a closed type"; S.V. Kolmykova, the Deputy Head of the Department for Social Policy of the Ministry of Social Protection of the Altai Territory, Head of the Department for Family Affairs, Motherhood and Childhood.

ВВЕДЕНИЕ

Счастье и благополучие ребёнка не только являются главной заботой добросовестных родителей, но и могут рассматриваться как важный фактор здорового развития личности, приобретающий в этой связи как научное, так и практическое значение. Низкий уровень благополучия подростков может быть, с одной стороны, следствием накопленного негативного жизненного опыта, а с другой стороны, условием совершения девиантных поступков. Дети в трудной жизненной ситуации находятся в центре внимания социальных служб и специалистов в области защиты детства, педагогики, психологии, медицины. Целью данной работы является анализ роли воспринимаемой социальной поддержки и произвольной регуляции в психологическом благополучии подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации: подростков, проживающих в семьях в социально опасном положении, и подростков, совершивших антиобщественные действия до достижения возраста привлечения к уголовной ответственности. Хотя субъективное и психологическое благополучие подростков привлекает к себе значительный интерес со стороны психологов [1–3; 8], очень редкими остаются исследования этих явлений на выборках подростков с антиобщественным поведением [13] и подростков, проживающих в семьях, в которых родители не исполняют своих обязанностей по воспитанию и содержанию детей [10].

Понятия «счастье», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие» широко используются в современной психологии для обозначения ряда близких явлений. Обобщая результаты теоретического анализа подходов к психологическому анализу счастья и благополучия, Д. А. Лентьев делает вывод, что субъективное благополучие – это «субъективная шкала, обобщённо 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» [4, с. 26]. Он указывает, что ещё в 1976 г. Ф. Эндриус и С. Уизи в составе субъективного благополучия выделили три компонента: удовлетворённость жизнью, позитивные эмоции и негативные эмоции [16]. В дальнейшем благодаря работам Э. Динера и его коллег получила широкую известность концепция, в которой удовлетворённость жизнью выступает в качестве когнитивного компонента субъективного благополучия, а позитивная и негативная эффективность составляют эмоциональный компонент [8]. Удовлетворённость жизнью рассматривается при этом как «глобальная оценка человеком своей жизни» [18].

Понятие «психологическое благополучие», получившее распространение благодаря работам К. Рифф, отличается от понятия субъективного благополучия, указывая, скорее, на те факторы, которые дают возможность достигнуть процветания и счастья, несмотря на возникающие трудности и

сложные жизненные ситуации. По Д. А. Леонтьеву, психологическое благополучие – «это предиктор субъективного благополучия, характеризующий меру зрелости и оптимальности личностных механизмов саморегуляции жизнедеятельности» [4, с. 26]. Близкую к этому явлению реальность описывает предложенное Д. А. Леонтьевым понятие «личностный потенциал» [4].

В работах К. Рифф предложена модель психологического благополучия, описывающая его структуру и положенная в основу соответствующего опросника. Эта модель включает шесть компонентов: автономию, личностный рост, цели в жизни, позитивные отношения, самопринятие и управление средой [19]. Разделяя мнение К. Рифф о важности перечисленных факторов для благополучия и позитивного функционирования личности, хотелось бы вместе с тем подчеркнуть важность анализа позитивной роли других социально-психологических и личностных ресурсов в совладании с жизненными трудностями и достижении субъективного благополучия.

Говоря о психологическом благополучии подростков, можно предположить важнейшую роль одного из ресурсов, близкого к тому, что в модели К. Рифф обозначено как «позитивные отношения» – это социальная поддержка со стороны окружающих людей: семьи, друзей, значимых других. Социальная поддержка имеет значение в любом возрастном периоде, однако её роль особенно велика для детей и подростков [5]. Ребёнок даже в подростковом возрасте является во многом несамостоятельным и зависимым от взрослого, так что наличие социальной поддержки со стороны родителей и значимых других является чрезвычайно важным фактором благополучного развития.

Ещё один важный ресурс благополучия подростков – произвольная регуляция как способность сознательно контролировать поведение и внимание, лежащая в основе саморегуляции [15, с. 81]. Произвольная регуляция может иметь значение для субъективного благополучия подростков ввиду её существенного влияния на учебную деятельность: низкая произвольность зачастую приводит к слабой успеваемости и накоплению проблем в учёбе. В ходе лонгитюдного исследования ранее было показано, что при переходе из начальной школы в среднюю важными ресурсами повышения благополучия детей являются показатели саморегуляции, такие как планирование целей, программирование действий, оценивание их результата и гибкость регуляции [8].

Результаты недавнего систематического обзора более 300 исследований [17] показывают, что произвольная регуляция относится к числу важнейших факторов противоправного и антисоциального поведения. Поведенческие проблемы не только вызывают стресс у подростка, но и ухудшают его отношения со значимыми другими, ослабляя тем самым социальные ресурсы совладания с трудностями. Роль произвольной регуляции особенно важно учитывать в работе с детьми и подростками с трудностями в учебной деятельности и поведении, для которых типичными проблемами являются

вызванные различными причинами отклонения в развитии произвольной сферы [6; 12].

Роль этих ресурсов благополучия может быть связана с тем, что они помогают подросткам совладать с трудными жизненными ситуациями и вызванным ими стрессом. Такое предположение выглядит особенно уместно в отношении социальной поддержки: известно, что использование социальной поддержки рассматривается в качестве одной из конструктивных стратегий совладания [11]. Произвольная регуляция имеет большое значение для активного, деятельного совладания со стрессом, позволяя подростку заставить себя выполнять те необходимые действия, которые не приносят непосредственного улучшения эмоционального состояния, но помогают в преодолении трудностей и достижении долгосрочных целей.

Исследование этих факторов психологического благополучия важно изучить на примере подростков, проживающих в семьях в социально опасном положении, и подростков-правонарушителей. Они по определению находятся в непростых жизненных ситуациях и, по всей видимости, чаще обычных подростков сталкиваются с объективно сложными проблемами, которые невозможно решить самостоятельно, переживая в связи с этим высокий уровень стресса. При этом можно предполагать, что по крайней мере некоторые из подростков этих категорий испытывают дефицит социальной поддержки (ввиду неблагополучия семьи и отношений с родителями) и (или) произвольной регуляции поведения вследствие педагогической запущенности либо проблем органического характера.

На основе проделанного теоретического анализа была выдвинута гипотеза: удовлетворённость жизнью подростков, находящихся в трудных жизненных ситуациях или совершивших правонарушения, связана с воспринимаемой социальной поддержкой и произвольной регуляцией поведения. Одним из механизмов их возможного влияния на удовлетворённость жизнью является использование этих ресурсов для совладания со стрессом.

ВЫБОРКА И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Выборку составили 82 подростка в возрасте от 11 до 17 лет (средний возраст $M = 14,15$; стандартное отклонение $SD = 1,80$) мужского пола. Из их числа: 51 респондент являются подростками-правонарушителями, помещёнными по решению суда в центры временного содержания несовершеннолетних правонарушителей и специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа, в основном за совершение общественно опасного деяния до достижения возраста уголовной ответственности; 31 респондент проживают в семьях, находящихся в социально опасном положении, в которых родители не исполняют своих обязанностей по содержанию и воспитанию детей, могут злоупотреблять алкоголем, утратили связь с рынком труда, и,

как следствие, семья имеет низкий материальный достаток, родители часто проявляют гипоопеку в воспитании детей, имеют низкий образовательный уровень и низкую родительскую компетентность.

Для оценки удовлетворённости жизнью как показателя субъективного благополучия использовалась многомерная шкала удовлетворённости жизнью школьников (ШУДЖИ) [7]. Методика состоит из 30 утверждений, образующих пять шкал: удовлетворённость отношениями в семье, удовлетворённость школой, удовлетворённость отношениями с учителем, удовлетворённость собой и удовлетворённость отношениями с друзьями. Степень согласия с каждым из утверждений требуется оценить по шкале от 1 – «никогда» до 5 – «всегда». В данном исследовании шкалы показали высокую внутреннюю согласованность: величина коэффициента α Кронбаха лежит в пределах от 0,85 до 0,92.

Диагностика социальной поддержки проводилась с помощью русскоязычной версии многомерной шкалы восприятия социальной поддержки MSPSS Д. Зимета с соавторами в адаптации К. А. Чистопольской с соавторами [9]. Методика состоит из 12 утверждений, составляющих три шкалы: социальная поддержка семьи, социальная поддержка друзей, социальная поддержка от «значимых других». В данной версии используется семибалльная шкала ответов от 1 – «совершенно не согласен» до 7 – «полностью согласен».

Шкала для изучения произвольной регуляции в подростковом возрасте Т. О. Риппинен с соавторами использовалась для оценки произвольной регуляции [15]. Методика образована из 16 утверждений, которые объединяются в две субшкалы: регуляции активности и тормозного контроля и общую шкалу произвольной регуляции. В методике используется шкала ответов от 1 – «почти всегда неверно» до 5 – «почти всегда верно». В данном исследовании внутренняя согласованность субшкал оказалась не вполне удовлетворительной (α Кронбаха составила соответственно 0,42 и 0,65), поэтому использовалась только общая шкала произвольного контроля, для которой внутренняя согласованность оказалась достаточной (α Кронбаха = 0,72).

Оценка стресса проводилась с помощью детской шкалы воспринимаемого стресса (ШВС-Д) Б. П. Уайт в адаптации Н. Е. Харламенковой с соавторами [14]. Шкала образована из 13 утверждений, согласие с которыми оценивается с помощью четырёхбалльной шкалы от 1 – «никогда» до 4 – «часто». Коэффициент внутренней согласованности шкалы (α Кронбаха) составил 0,66, что является приемлемым показателем для использования шкалы в исследовательских целях.

Обработка полученных данных проводилась с помощью корреляционного и регрессионного анализа в программе Statistica 10.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Сравнение групп подростков-правонарушителей и подростков, находящихся в трудных жизненных ситуациях, с помощью U-критерия Манна-Уитни указывает на отсутствие статистически значимых различий между ними по всем измеренным показателям. В этой связи дальнейший анализ результатов проводится по всей выборке подростков вместе.

По результатам корреляционного анализа (табл. 1) каждый показатель удовлетворённости жизнью подростков прямо и статистически значимо связан с каждым из показателей социальной поддержки. Аналогичным образом прямые связи с каждым из показателей удовлетворённости демонстрирует произвольная регуляция. Воспринимаемый стресс обратно статистически значимо связан с удовлетворённостью отношениями в семье, удовлетворённостью собой и удовлетворённостью друзьями и не показывает связей с удовлетворённостью школой и отношениями с учителем. Возраст не имеет статистически значимых связей с показателями удовлетворённости жизнью.

Таблица 1 / Table 1

Коэффициенты корреляции между показателями удовлетворённости жизнью, социальной поддержки, произвольной регуляции и воспринимаемого стресса (N = 82) / Correlations between indicators of life satisfaction, social support, effortful control and perceived stress (N = 82)

Показатели	Показатели удовлетворённости...				
	отношениями в семье	школой	отношениями с учителями	собой	друзьями
Поддержка семьи	0,55***	0,23*	0,23*	0,40***	0,37***
Поддержка друзей	0,36***	0,35**	0,35**	0,51***	0,61***
Поддержка других людей	0,48***	0,34**	0,36***	0,52***	0,52***
Произвольная регуляция	0,54***	0,47***	0,45***	0,46***	0,36***
Воспринимаемый стресс	-0,33**	-0,16	-0,15	-0,25*	-0,33**
Возраст	0,18	0,05	0,09	0,01	0,14

Примечание. Значимость: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Анализ корреляций воспринимаемого стресса с социальной поддержкой показывает наличие значимых обратных связей с каждой из шкал социальной поддержки (r от $-0,40$ до $-0,42$; все $p \leq 0,001$). Обнаруживается также обратная связь между воспринимаемым стрессом и произвольной регуля-

цией ($r = -0,28$; $p \leq 0,01$). Произвольная регуляция имеет довольно существенные прямые связи с каждой из шкал социальной поддержки (r от 0,38 до 0,48; все $p \leq 0,001$).

Чтобы оценить индивидуальный вклад каждого из показателей социальной поддержки, произвольности и стресса в удовлетворённость жизнью подростков, был проведён регрессионный анализ для каждой из шкал ШУДЖИ. Ввиду того, что выборка характеризуется достаточно широким возрастным диапазоном, в каждую из регрессионных моделей для контроля в качестве ещё одной независимой переменной был включён возраст. Были проанализированы пять регрессионных моделей (табл. 2), каждая из которых объясняла от 28% до 44% дисперсии шкал удовлетворённости жизнью. Величина фактора инфляции дисперсии (VIF), не превышающая 5, указывает на отсутствие мультиколлинеарности в наших данных, а распределение остатков приближенно соответствует нормальному.

Таблица 2 / Table 2

Результаты регрессионного анализа зависимости показателей удовлетворённости жизнью от социальной поддержки, произвольной регуляции и воспринимаемого стресса подростков ($N = 82$) / The results of regression analysis of the dependence of life satisfaction indicators on social support, effortful control and perceived stress of adolescents ($N = 82$)

Предикторы	Показатели удовлетворённости подростков...				
	Отношениями в семье	школой	отношениями с учителями	собой	друзьями
Стандартизованные регрессионные коэффициенты:					
Поддержка семьи	0,32*	-0,24	-0,24	-0,12	-0,25
Поддержка друзей	-0,16	0,25	0,21	0,30*	0,51***
Поддержка других людей	0,18	0,17	0,23	0,30*	0,25
Произвольная регуляция	0,34**	0,42***	0,40***	0,29**	0,16
Воспринимаемый стресс	-0,09	0,03	0,05	0,04	-0,07
Возраст	0,12	-0,02	0,02	-0,10	0,03
Характеристики модели:					
R ²	0,44	0,28	0,28	0,39	0,43
F(5; 76)	9,69	4,92	4,81	7,97	9,58
Статистическая значимость p	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001	p < 0,001

Примечание. Значимость: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Результаты регрессионного анализа указывают, что удовлетворённость отношениями в семье прямо связана с произвольной регуляцией и воспринимаемой поддержкой со стороны семьи. Удовлетворённость школой, как и удовлетворённость отношениями с учителями, статистически значимо связана только с произвольной регуляцией. Удовлетворённость собой показала прямые связи с произвольной регуляцией и двумя шкалами социальной поддержки: поддержкой со стороны друзей и других людей. Удовлетворённость отношениями с друзьями статистически значимо связана только с поддержкой со стороны друзей. Возраст не показывает статистически значимого вклада ни в одной из моделей.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Полученные результаты подтверждают гипотезу о том, что социальная поддержка и произвольная регуляция являются важными факторами удовлетворённости жизнью у подростков, находящихся в трудных жизненных ситуациях или совершивших правонарушения. Эффект социальной поддержки распространяется на удовлетворённость отношениями в семье, отношениями с друзьями и удовлетворённость собой. При этом показатели школьного субъективного благополучия – удовлетворённость школой и отношениями с учителями – связаны только с произвольной регуляцией, но не с социальной поддержкой. Вывод о важности произвольной регуляции как ресурса психологического благополучия полностью согласуется с аналогичными выводами В. И. Моросановой о роли осознанной саморегуляции [8].

Воспринимаемый стресс не вносит вклада в удовлетворённость жизнью таких подростков при учёте произвольной регуляции и социальной поддержки в ходе регрессионного анализа, хотя на уровне парных корреляций воспринимаемый стресс показывает связи с удовлетворённостью внешкольными сферами отношений. Это может означать, что для удовлетворённости жизнью таких подростков важны не столько объективные трудности и связанный с ними воспринимаемый стресс, сколько личностные и социальные ресурсы совладания с ними, к числу которых относятся социальная поддержка и сформированная произвольная регуляция. Представление о том, что социальная поддержка и произвольная регуляция являются важными ресурсами совладания со стрессом, подтверждается выявленными обратными связями воспринимаемого стресса с этими показателями.

Полученные в нашем исследовании данные о роли социальной поддержки во многом аналогичны результатам исследования Л. А. Шайгеровой с соавторами [13]. Так же, как в её работе, нами было установлено, что существенное значение для благополучия подростков имеет воспринимаемая поддержка со стороны друзей и значимых других людей, она позитивным образом сказывается на удовлетворённости подростков собой. При этом

воспринимаемая поддержка со стороны семьи, не показавшая в исследовании Л. А. Шайгеровой вклада в благополучие, по нашим данным, вносит частный, но значимый вклад: она сказывается лишь на удовлетворённости отношениями в семье.

Исходя из полученных результатов, в прикладном плане мы видим значимым аспектом профилактики противоправного поведения подростков работу педагогов-психологов образовательных учреждений с родителями. Понимание родителями важности поддержки с их стороны, а главное, осуществление этой поддержки поможет повысить удовлетворённость жизнью подростков. При этом родителей следует обучать проявлению поддержки с помощью методов активного обучения. Психологам, работающим в образовательных учреждениях, особое внимание необходимо уделять тем подросткам, которые оказываются изолированными, а тем более отвергаемыми в школьных коллективах. Дети, не имеющие друзей, не поддерживаемые сверстниками, попадают в группу риска по девиантному поведению. Проведение тренингов по развитию коммуникативных навыков, обучающих детей устанавливать и развивать здоровые отношения, просить о помощи в случае необходимости, поддерживать друг друга в разных жизненных ситуациях, должно стать системной, регулярной, плановой работой психологической службы любого образовательного учреждения.

Считаем важной составляющей профилактики противоправного поведения подростков также развитие у них произвольной регуляции. Дети с трудностями контроля поведения хорошо заметны ещё в первых классах школы. Именно произвольная регуляция играет большое значение в том, как ученик приспосабливается к новым правилам и требованиям. Способность ребёнка выполнять правила школьной жизни будет определять его возможности осваивать образовательную программу и его адаптацию в школьную среду. Безусловно, для освоения образовательной программы будут иметь значение и интеллектуальные возможности ребёнка. Однако даже при хорошем интеллектуальном потенциале без развитой произвольной регуляции ребёнок будет испытывать затруднения в использовании своих интеллектуальных ресурсов. В связи с этим мы считаем, что в коррекционно-развивающих программах педагогов-психологов, по которым работают с детьми, имеющими трудности в обучении, первой задачей должно стоять развитие произвольной регуляции.

Ограничения нашего исследования связаны с относительно небольшим объёмом выборки и её составом, включающим лишь подростков мужского пола. Обнаруженные эффекты социальной поддержки, произвольности и стресса невозможно перенести на популяцию девочек-подростков, в их выборках требуются отдельные исследования. К ограничениям исследования также относится корреляционный дизайн исследования, не позволяющий с уверенностью делать вывод о причинно-следственном характере связей.

Дальнейший анализ личностных и социальных ресурсов субъективного благополучия подростков при контроле воспринимаемого стресса в других подростковых группах (в частности, девочек-подростков, подростков, оставшихся без попечения родителей) составляет перспективу данного исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, выявлены связи удовлетворённости жизнью с воспринимаемой социальной поддержкой и произвольной регуляцией, что позволяет сделать вывод о важной роли этих ресурсов для психологического благополучия. Наличие социальной поддержки помогает успешнее преодолевать трудности и справляться со стрессом, что выражается в более высокой удовлетворённости собой, семьёй и отношениями с друзьями. Профилактика неблагополучия в этих сферах может включать психологическое просвещение взрослых членов семьи подростка, а также формирование у него коммуникативных навыков, облегчающих поддержание позитивных отношений, важных для получения социальной поддержки.

Для удовлетворённости школьной жизнью решающее и исключительное значение имеет уровень развития произвольной регуляции. Этот ресурс школьного благополучия, по всей видимости, сложно компенсировать другими. Следовательно, для профилактики школьного неблагополучия важно совершенствовать работу по раннему выявлению и коррекции нарушений в развитии произвольной регуляции детей.

ДАТА ПУБЛИКАЦИИ

Статья поступила в редакцию: 12.06.2023

Статья размещена на сайте: 09.10.2023

ЛИТЕРАТУРА

1. Головей Л. А., Данилова М. В. Структура субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью в подростковом возрасте // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2019. Т. 8. № 1. С. 38–45.
2. Гордеева Т. О., Лункина М. В., Сычев О. А. Источники оптимистического мышления и благополучия подростков // Вопросы психологии. 2018. № 5. С. 13–32.

3. Ермолаева М. В., Смирнова О. В. Особенности родительского общения как фактор психологического благополучия подростков // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 1. С. 51–62.
4. Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37.
5. Лифинцев Д. В., Серых А. Б., Лифинцева А. А. Социальная поддержка как фактор психического благополучия детей и подростков // Национальный психологический журнал. 2016. № 4. С. 71–78.
6. Мачинская Р. И., Захарова М. Н., Ломакин Д. И. Регуляторные системы мозга у подростков с признаками девиантного поведения. Междисциплинарный анализ // Физиология Человека. 2020. Т. 46. № 3. С. 37–55.
7. Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников / О. А. Сычев, Т. О. Гордеева, М. В. Лункина, Е. Н. Осин, А. Н. Сиднева // Психологическая наука и образование. 2018. № 6. С. 5–15.
8. Моросанова В. И., Бондаренко И. Н., Фомина Т. Г. Осознанная саморегуляция и личностно-мотивационные особенности младших подростков с различной динамикой психологического благополучия // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24. № 4. С. 5–21.
9. Обновленная версия шкалы MSPSS как инструмент исследования субъективной оценки личностью воспринимаемой социальной поддержки / К. А. Чистопольская, С. Н. Ениколопов, Е. Л. Николаев, Г. А. Мысина, С. Э. Дровосеков // Высшее образование в условиях глобализации: тренды и перспективы развития: материалы XII Международной учебно-методической онлайн-конференции, Чебоксары, 29 октября 2020 г. / под ред. А. Ю. Александрова, Е. Л. Николаева. Чебоксары: Издательство Чувашского университета, 2020. С. 323–326.
10. Отчарова Е. В., Полина А. П. Совладающее поведение как фактор поддержания психологического благополучия подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации // Национальная ассоциация ученых. 2020. № 61-4. С. 37–40.
11. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 82–118.
12. Рахманина И. Н., Овсянникова Т. Ю., Тайсаева С. Б. Особенности нейрopsихологического пространства подростков с отклоняющимся поведением // Вестник Психотерапии. 2019. № 72. С. 46–57.
13. Роль различных источников социально-психологической поддержки в субъективном благополучии несовершеннолетних, ожидающих решения суда в следственном изоляторе / Л. А. Шайгерова, А. Г. Долгих, Ф. И. Ушков, О. В. Алмазова // Прикладная юридическая психология. 2019. № 4. С. 39–49.
14. Самооценка и косвенная оценка стресса и стрессовой ситуации детьми 8–12 лет / Н. Е. Харламенкова, Д. А. Никитина, Е. Н. Дымова, Н. Е. Ша-

- талова // Психология. Журнал Высшей Школы Экономики. 2023. Т. 20. № 1. С. 151–167.
15. Шкала для изучения произвольной регуляции у подростков / Т. О. Риппинен, Е. Р. Слободская, Н. Б. Семенова, Л. В. Лаптева, О. С. Корниенко, Н. А. Федорова // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 1. С. 81–93.
 16. Andrews F. M., Withey S. B. Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality. New York: Plenum Press, 1976. 455 p.
 17. DeLisi M., Vaughn M. G. Foundation for a temperament-based theory of antisocial behavior and criminal justice system involvement // Journal of Criminal Justice. 2014. Vol. 42. № 1. P. 10–25.
 18. Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures / W. Pavot, E. D. Diener, C. R. Colvin, E. Sandvik // Journal of personality assessment. 1991. Vol. 57. № 1. P. 149–161.
 19. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life // Current directions in psychological science. 1995. Vol. 4. № 4. P. 99–104.

REFERENCES

1. Golovey L. A., Danilova M. V. [The structure of subjective well-being and satisfaction with life in adolescence]. In: *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya* [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology], 2019, vol. 8, no. 1, pp. 38–45.
2. Gordeeva T. O., Lunkina M. V., Sychev O. A. [External sources of optimistic thinking and well-being in adolescents]. In: *Voprosy psikhologii* [Voprosy Psychologii], 2018, no. 5, pp. 13–32.
3. Ermolaeva M. V., Smirnova O. V. [Characteristics of parental communication as a factor of adolescents' psychological well-being]. In: *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye* [Psychological science and education], 2020, vol. 25, no. 1, pp. 51–62.
4. Leontiev D. A. [Happiness and well-being: toward the construction of the conceptual field]. In: *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny* [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes], 2020, no. 1, pp. 14–37.
5. Lifintsev D. V., Serykh A. B., Lifintseva A. A. [Social support as a factor of well-being in childhood and adolescence]. In: *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal* [National Psychological Journal], 2016, no. 4, pp. 71–78.
6. Machinskaya R. I., Zakharova M. N., Lomakin D. I. [Brain regulatory functions in adolescents with signs of deviant behavior. An interdisciplinary analysis]. In: *Fiziologiya Cheloveka* [Human Physiology], 2020, vol. 46, no. 3, pp. 37–55.
7. Sychev O. A., Gordeeva T. O., Lunkina M. V., Osin E. N., Sidneva A. N. [Multi-dimensional students' life satisfaction scale]. In: *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2018, no. 6, pp. 5–15.
8. Morosanova V. I., Bondarenko I. N., Fomina T. G. [Personality and motivational features and conscious self-regulation in early adolescents with different dynamics of psychological well-being]. In: *Psikhologicheskaya nauka*

- i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2019, vol. 24, no. 4, pp. 5–21.
9. Chistopolskaya K. A., Enikolopov S. N., Nikolaev E. L., Mysina G. A., Drovoisekov S. E. [An updated version of the MSPSS scale as a tool for studying the subjective assessment of perceived social support by an individual]. In: *Vysshee obrazovanie v usloviyakh globalizatsii: trendy i perspektivy razvitiya: materialy XII Mezhdunarodnoi uchebno-metodicheskoi onlain-konferentsii (Cheboksary, 29 oktyabrya 2020 g.)* [Higher education in the context of globalization: trends and development prospects: proceedings XII International academic online-conference (Cheboksary, October 29, 2020)]. Cheboksary, Izdatel'stvo Chuvashskogo universiteta Publ., 2020, pp. 323–326.
 10. Ovcharova E. V., Polina A. P. [Coping behavior as a factor in maintaining the psychological well-being of adolescents in difficult life situations]. In: *Natsional'naya assotsiatsiya uchenykh* [National Association of Scientists], 2020, no. 61-4, pp. 37–40.
 11. Rasskazova E. I., Gordeeva T. O., Osin E. N. [Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric properties and applications of the COPE inventory]. In: *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 2013, vol. 10, no. 1, pp. 82–118.
 12. Rachmanina I. N., Ovsyannikova T. Yu., Taysaeva S. B. [The features of neuropsychological space teenagers with deviant behavior]. In: *Vestnik Psikhoterapii* [Bulletin of Psychotherapy], 2019, no. 72, pp. 46–57.
 13. Shaygerova L. A., Dolgikh A. G., Ushkov F. I., Almazova O. V. [The role of various sources of socio-psychological support in the subjective well-being of minors awaiting a court decision in a pre-trial detention center]. In: *Prikladnaya yuridicheskaya psikhologiya* [Applied Legal Psychology], 2019, no. 4, pp. 39–49.
 14. Kharlamenkova N. E., Nikitina D. A., Dymova E. N., Shatalova N. E. [Self-assessment and indirect assessment of stress and stressful situation by children aged 8–12 (in Russian)]. In: *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei Shkoly Ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 2023, vol. 20, no. 1, pp. 151–167.
 15. Rippinen T. O., Slobodskaya E. R., Semenova N. B., Lapteva L. V., Kornienko O. S., Fedorova N. A. [Effortful control scale in adolescents]. In: *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2018, vol. 39, no. 1, pp. 81–93.
 16. Andrews F. M., Withey S. B. Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality. New York, Plenum Press, 1976. 455 p.
 17. DeLisi M., Vaughn M. G. Foundation for a temperament-based theory of antisocial behavior and criminal justice system involvement. In: *Journal of Criminal Justice*, 2014, vol. 42, no. 1, pp. 10–25.
 18. Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures / W. Pavot, E. D. Diener, C. R. Colvin, E. Sandvik. In: *Journal of personality assessment*, 1991, vol. 57, no. 1, pp. 149–161.

19. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life. In: *Current directions in psychological science*, 1995, vol. 4, no. 4, pp. 99–104.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Казанцева Ольга Александровна – кандидат психологических наук, Уполномоченный по правам ребёнка в Алтайском крае; e-mail: helgakaz@mail.ru

Гурьянова Татьяна Александровна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Института психологии и педагогики Алтайского государственного педагогического университета; e-mail: guryanova09@mail.ru

Olga A. Kazantseva – Cand. Sci. (Psychology), Commissioner for Children’s Rights in the Altai Territory; e-mail: helgakaz@mail.ru

Tatiana A. Guryanova – Cand. Sci. (Psychology), Assoc. Prof., Department of Psychology, Institute of Psychology and Pedagogy, Altai State Pedagogical University; e-mail: guryanova09@mail.ru

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ / FOR CITATION

Казанцева О. А., Гурьянова Т. А. Роль социальной поддержки и произвольной регуляции в психологическом благополучии подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации // Российский социально-гуманитарный журнал. 2023. № 3. URL: www.evestnik-mgou.ru

Kazantseva O. A., Guryanova T. A. The role of social support and effortful control in the psychological well-being of adolescents in difficult life situations. In: *Russian Social and Humanitarian Journal*, 2023, no. 3. Available at: www.evestnik-mgou.ru