

Заключение. Эффективное руководство детским садом является основополагающим фактором для повышения качества образования и создания творческой атмосферы. Владение маркетинговыми инструментами позволяет директору принимать обоснованные решения в условиях рыночной экономики. Кроме того, руководитель обязан руководствоваться четко сформированной системой ценностей, что способствует разработке стратегий, ориентированных на общественные и потребительские интересы, а также на прогнозирование внешних рисков. Руководитель, обладающий глубокими знаниями и умениями, способен налаживать продуктивное взаимодействие не только внутри педагогического коллектива, но и с внешними участниками — социальными, коммерческими структурами и государственными органами. Высокий уровень маркетинговой компетенции позволяет ему успешно внедрять стратегии развития, решать задачи маркетинга и формировать условия, способствующие эффективной маркетинговой деятельности команды.

Список цитируемых источников

1. Петрушко, Т. В. Социально-психологические проблемы в вопросе профессионального самоопределения педагога / Т. В. Петрушко // Молодой учёный. — 2023. — № 47. — С. 192—194
2. Гериева, А. И. Маркетинговая деятельность в современном дошкольном образовательном учреждении / А. И. Гериева // Научный альманах. — 2022. — № 5. — 1 (31).
3. Соколова, И. Реализация теоретических аспектов педагогического менеджмента в системе дошкольного образования / И. Соколова // Дошкольное воспитание. — 2022 — №2. — С. 66—72.
4. Антонова, С. В. Актуальность маркетинговой деятельности в дошкольной образовательной организации / А. В. Антонова, И. В. Убоженко // Научный альманах. — 2023. — N 4—2 (18) — URL: <http://МШ:/^тм%исот.шМос/па.2023.04.02.029^Е4> (дата обращения 15.12.2025).
5. Белая, К. Ю. Руководство ДОО. Контрольно-диагностическая функция / К. Ю. Белая. — М.: ТЦ Сфера, 2023. — 64 с.

УДК 37.015.3

Романов Даниил Владимирович, Лобанова Анна Вячеславовна, кандидат психологических наук, доцент
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный психолого-педагогический университет», Москва, Российская Федерация, dan11@yandex.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ, ПОПАВШИХ В ТРУДНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ

Данная статья посвящена изучению психологического благополучия старших подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию (ТЖС). Исследование основывается на теоретической модели многомерного психологического благополучия К. Рифф и направлено на выявление взаимосвязи между личностными ресурсами: стрессоустойчивостью, социальной поддержкой и уровнем благополучия в условиях неблагоприятных условий. В рамках исследования проведено эмпирическое изучение 100 подростков из различных категорий ТЖС и контрольной группы, использованы стандартизированные методики для оценки субъективного благополучия — внутренней устойчивости, веры в собственные силы и социальной поддержки. Ожидаемые результаты позволяют определить ключевые факторы, способствующие адаптации и психологическому здоровью подростков, а также разработать рекомендации для психологов и педагогов по поддержке данной уязвимой группы.

Ключевые слова: психологическое благополучие; подростки; трудная жизненная ситуация; стрессоустойчивость; социальная поддержка; личностные ресурсы; адаптация; эмоциональная устойчивость.

Romanov Daniil Vladimirovich, Lobanova Anna Vyacheslavovna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Moscow State University of Psychology and Education”,
Moscow, Russian Federation, dan11@yandex.ru

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF OLDER ADOLESCENTS IN DIFFICULT SITUATIONS

This article is devoted to the study of the psychological well-being of older adolescents in difficult life situations. The research is based on the theoretical model of multidimensional psychological well-being by K. Riff and aims to identify the relationship between personal resources, stress tolerance, social support and well-being in adverse conditions. As part of the study, an empirical study of 100 adolescents from various categories of TJ and the control group was conducted, standardized methods were used to assess subjective well-being, internal stability, self-confidence and social support. The expected results make it possible to identify key factors contributing to the adaptation and psychological health of adolescents, as well as to develop recommendations for psychologists and educators to support this vulnerable group.

Key words: psychological well-being; adolescents; difficult life situation; stress tolerance; social support; personal resources; adaptation; emotional stability.

Введение. Актуальность обусловлена значительной распространенностью трудных жизненных ситуаций среди старших подростков и их негативным влиянием на психологическое развитие. Интерес к проблеме преодоления жизненных трудностей и сохранения благополучия личности в неблагоприятных условиях имеет давнюю историю в психологии. Истоки его изучения можно проследить в работах основателей гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс) и в исследованиях стресса и копинга (Р. Лазарус, С. Фолкман). Однако концептуализация именно психологического благополучия как комплексного феномена, отличного от простого отсутствия болезни, была системно представлена в работах К. Рифф в конце 1980—1990-х годах. Именно ее многомерная модель стала ключевой теоретической основой для многочисленных эмпирических исследований. Актуальность работы носит комплексный характер: она обусловлена социально-правовой значимостью проблемы, возрастной уязвимостью целевой группы и научной потребностью в более детальном и дифференцированном изучении факторов психологического благополучия. Полученные в исследовании данные могут стать основой для разработки эффективных адресных программ психолого-педагогического сопровождения этой уязвимой группы в образовательных учреждениях.

Несмотря на растущий интерес к вопросам психологического благополучия подростков и роли личностных ресурсов в его обеспечении, в научной литературе недостаточно системных данных о том, каким образом трудные жизненные ситуации влияют на эмоциональное состояние и адаптивность старших подростков. В частности, остаются нерешёнными вопросы о взаимосвязи таких компонентов как внутренняя опора (внутренние ресурсы и установки), стрессоустойчивость, а также особенности их сочетания у подростков, переживающих негативные события или условия.

К тому же, выявление особенностей проявления и взаимодействия этих конструктов с фактором пола, социальным статусом и уровнем социальной поддержки требует дальнейшего изучения. В свете этого возникает необходимость проведения комплексного исследования, которое бы интегрировало психологические, социальные и культурные аспекты для определения наиболее эффективных стратегий поддержки подростков в сложных жизненных ситуациях.

Научная новизна исследования представлена следующими аспектами: изучение особенностей психологической адаптации именно в старшем подростковом возрасте с учётом психофизиологических и социальных характеристик старших подростков; определении предикторов психологического благополучия подростков в условиях трудных жизненных ситуаций на основе факторов личностных ресурсов и социальной поддержки.

Целью настоящего исследования является проведения сравнительного анализа уровня, структурных особенностей и факторов психологического благополучия у старших подростков из различных категорий трудных жизненных ситуаций (ТЖС) и их сверстников из условно благополучной среды.

Достижение поставленной цели планируется через выполнение ряда исследовательских *задач*:

1. Проанализировать и систематизировать современные научные подходы к пониманию психологического благополучия и его особенностей в старшем подростковом возрасте в контексте законодательно определенных категорий ТЖС.
2. Подобрать и обосновать комплекс диагностических методик, адекватных цели и задачам исследования.
3. Сформировать исследовательскую выборку, включающую старших подростков из нескольких конкретных категорий ТЖС (например, дети, оставшиеся без попечения родителей, и дети из малоимущих семей), а также контрольную группу.
4. Выявить уровень и структурные особенности психологического благополучия, совладающего поведения и воспринимаемой социальной поддержки в сравниваемых группах.
5. Установить взаимосвязи между показателями психологического благополучия, копинг-стратегиями и социальной поддержкой в исследуемых группах.
6. На основе полученных результатов разработать научно-практические рекомендации для психологов и педагогов образовательных учреждений по поддержке психологического благополучия старших подростков из различных категорий ТЖС.

Основная часть. В качестве основных научно-методологических основ выступили идеи и концепции гуманистической, стрессоустойчивой и позитивной психологических теорий, позволяющих всесторонне анализировать личностное развитие, механизмы адаптации и субъективное ощущение благополучия. Гуманистическая теория А. Маслоу, которая рассматривает человека как целостную личность, движимую иерархией потребностей: от физиологических и безопасности — к потребности в любви, уважении и, в конечном итоге, к самореализации [1]. После удовлетворения базовых нужд человек стремится к раскрытию своего внутреннего потенциала и гармонии. Также, используются идеи теории стрессоустойчивости Лазаруса-Фолкмана, где стресс понимается как результат взаимодействия человека со средой и его когнитивной оценки ситуации. Стрессоустойчивость определяется способностью активно реагировать на стрессовые ситуации с помощью копинг-стратегий: либо решая проблему, либо регулируя эмоциональное состояние, что подтверждается методиками, например, «Способы совладающего поведения». Наконец, внедряется концепция психологического благополучия К. Рифф, которая рассматривает благополучие не как отсутствие проблем, а как активное осуществление личностного потенциала [2, 3]. В основе лежат шесть компонентов: самопринятие, позитивные отношения, автономия, управление средой, личностный рост и наличие целей. В качестве инструмента —

«Шкала психологического благополучия» — помогает оценить степень субъективной удовлетворенности жизнью и ощущение внутренней целостности.

В ходе реализации исследования использовались методы теоретического анализа, эмпирические методы опрос, анкетирование, методы математической статистики.

Для оценки психологического состояния использовались следующие методики:

1. Шкала психологического благополучия (PWB) (Ryff, 1989) — измеряет уровень субъективного благополучия, самоактуализации и удовлетворенности жизнью [4].

2. Шкала стрессоустойчивости (Resilience Scale for Adolescents, RSA) — выявляет уровень устойчивости к стрессам у подростков.

3. Тест веры в свои силы (Self-Efficacy Scale) — определяет уровень внутренней уверенности и веры в собственные возможности.

4. Социальная поддержка (Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS) — оценка уровня поддержки со стороны семьи, друзей и школы.

В исследовании приняли участие 100 старших подростков (15—17 лет), обучающихся в общеобразовательных школах Подмосковья. Создана равномерная группа по половому признаку (50 мальчиков и 50 девочек), а также учитывались социально-экономические показатели семей участников. В исследовании приняли участие две группы: подростки, находящиеся в трудной жизненной ситуации, и группа условно благополучных подростков.

Все участники проходили опрос в условиях школьных классов под наблюдением исследователей. Для обеспечения анонимности и честности ответов участников информировали о цели исследования и получали согласие родителей (для несовершеннолетних).

Данные обрабатывались с помощью пакетных программ SPSS и R. Для анализа взаимосвязей использовались корреляционный анализ по Пирсону (или Спирману, если данные не нормальны), а для сравнения групп — *t*-тест или *U*-критерий Манна—Уитни. Для выявления структурных связей использовалась факторное и регрессионное анализы.

На основе теоретического анализа и эмпирического исследования предполагается следующее:

Высокий уровень психологического благополучия будет связан с высокой стрессоустойчивостью и сильной верой в свои силы.

Подростки, испытывающие трудности (например, семейные кризисы), будут демонстрировать более низкий уровень внутриродового ресурса и благополучия по сравнению с условно «более стабильной» группой.

Предикторы (например, устойчивость, социальная поддержка, вера в себя) значительно объяснят вариацию уровня психологического благополучия.

Взаимосвязи между личностными ресурсами и психологическим благополучием могут различаться у мальчиков и девочек, что будет отражено в статистически значимых отличиях.

Реализация данных предположений позволит выявить ключевые факторы, способствующие психологической устойчивости и благополучию подростков в трудных жизненных ситуациях, а также определить возможные направления вмешательств и профилактических программ.

Заключение. Результаты исследования дадут представление о роли личностных ресурсов (устойчивости и веры в свои силы) и социальной поддержки в обеспечении психологического благополучия старших подростков, сталкивающихся с трудными жизненными обстоятельствами. Выделенные закономерности послужат основой для разработки целевых программ психологической помощи и профилактики дезадаптивных состояний в подростковой среде.

Дальнейшие исследования могут расширить выборку, включить дополнительные переменные (например, уровень мотивации, эмоциональной грамотности) и обратить внимание на индивидуальные особенности семейных условий и культурных факторов.

Список цитируемых источников

1. Maslow, A. H. A theory of human motivation. *Psychological Review* / A. H. Maslow. — 1943. — 50 (4). — С. 370—396.
2. Ryff, C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being / C. D. Ryff // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1989. — Vol. 57, № 6. — P. 1069—1081.
3. Ryff, C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. Keyes // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1995. — Vol. 69, № 4. — P. 719—727.
4. Шкалы психологического благополучия (К. Рифф; адаптация Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко) // *Психологический журнал*. — 2019. — Т. 40, № 3. — С. 87—97.