

**Факторы субъективного благополучия в младшем подростковом возрасте**

**Жилкова Дарья Анатольевна**

*Студент (магистр)*

Бакинский филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова,

Факультет психологии, Баку, Азербайджан

*E-mail: dasha.zhilkova@mail.ru*

**Актуальность темы:** Тема субъективного благополучия младших подростков в Азербайджане имеет большое значение из-за быстрого изменения социально-культурной ситуации и трудностями, с которыми сталкиваются подростки в условиях глобализации и технологического прогресса. Важно исследовать, как восприятие благополучия подростков связано с их социальной адаптацией и академической успеваемостью, особенно с учетом столкновения традиционных ценностей и современных требований.

**Цель исследования:** Рассмотреть взаимосвязь между благополучием, социальной средой, академическими показателями и личностными качествами.

Данное исследование рассматривает проблему субъективного благополучия подростков как важного аспекта психологического развития в условиях современных социальных изменений. Подростковый возраст – период формирования личности, установок и ценностей, когда влияние окружающей среды особенно заметно. Именно в этот период закладываются основы эмоционального и психологического здоровья взрослой личности.

На протяжении истории философы рассуждали над понятием «счастье», предлагая различные концепции и критерии для описания истинного благополучия. Аристотель [3], например, выделял эвдемонию, рассматривая счастье как совершенствование личности через развитие добродетелей и самореализацию. Одним из теоретиков теории потребности был Абрахам Маслоу [2], он подчеркивал важность самоактуализации, и одна из ключевых идей заключалась в удовлетворении базовых потребностей как средства, позволяющее ощутить полноту жизни.

Современные исследования субъективного благополучия разделяются на два основных подхода: гедонизм, который основывается на стремлении к получению удовольствия и избеганию страданий, и эвдемонизм, данный подход основывается на том, что счастье связано с осмысленной жизнью, самореализацией и внутренней гармонией.

В 1984 году Эд Динер [5] вводит понятие субъективного благополучия, акцентируя внимание на том, что человек сам оценивает уровень своего счастья, независимо от внешних жизненных условий. Позже Кэрол Рифф [4] опираясь на различия между гедонизмом и эвдемонизмом разработала опросник для количественной оценки субъективного благополучия. Данный опросник имеет такие переменные, как самопринятие, позитивные отношения с другими, автономия, целеустремленность, личностный рост, управление окружением.

В рамках собственного исследования, проводимом на выборке, состоящей из 60 учеников восьмого класса в городе Баку, планируется применение нескольких методик:

- Опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко)
  - Шкала самооценки Розенберга
  - Шкала психологического благополучия (Warwick-Edinbourg)
  - Диагностика киберкоммуникативной зависимости
  - Социометрия (методика Я. Морено).

Полученные данные будут сопоставлены с академической успеваемостью учащихся, что позволит выявить потенциальную взаимосвязь между уровнем самооценки, социальными связями, эмоциональным состоянием и учебными результатами. Такой комплексный подход не только углубит понимание структуры субъективного благополучия подростков, но и создаст базу для практических рекомендаций по улучшению психологической поддержки и образовательного процесса в современных условиях.

### **Источники и литература**

- 1) Асадуллин М.Р. Теоретический анализ понятия «психологическое благополучие» человека. 2022. // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования, 11(6A), 221–233.
- 2) Водяха С.А. Современные концепции психологического благополучия личности. 2023. // Вопросы психологии, 19(2), 76–91.
- 3) Маслоу А. Мотивация и личность (3-е изд., пер. с англ.). 2019. // СПб.: Питер.
- 4) Светлов Р.В. Концепция эвдемонии в контексте аристотелевской рациональной теологии. 2022. // Вопросы теологии, 4(3), 342–351.
- 5) Diener E. Subjective well-being. 1984. // Psychological Bulletin, 95(3), 542–575.