

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ В ИНКЛЮЗИВНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

С.Н. Махновец¹, Т.А. Попкова^{1,2}

¹ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», г. Тверь

^{1,2}АНО ВО «Московский гуманитарно-экономический университет», г. Тверь

Представлены теоретические и методологические материалы, раскрывающие феномен психологического благополучия личности. Показано, что психологическое благополучие человека (ребенка в особенности), его самооценка и, соответственно, эмоциональное состояние связаны с феноменом принятия, фактором включенности (совместности), фактором психологического здоровья и фактором успешности достижений. Подчеркнуто, что изменения в образовательной инклюзивной среде прежде всего должны быть направлены на создание необходимых условий по бережному отношению к психологическому здоровью субъектов образовательного процесса как системообразующему фактору психологического благополучия. Отмечено, что фактор успешности достижений является для детей (особенно детей с ОВЗ) важной основой для личностного развития, поддержки эмоционального состояния, необходимого для общего психического развития. Достижение психологического благополучия личности в инклюзивном образовательном пространстве является неотъемлемой частью развития системы образования, с одной стороны, и закономерным следствием социальных изменений, происходящих в обществе, – с другой.

Ключевые слова: *психологическое благополучие, инклюзивное образование, психологическое здоровье, позитивная психология, позитивная педагогика.*

Жизненный аспект формирующегося психологического благополучия взрослеющего человека следует искать в пространстве проблем его взаимодействия с внешней средой, а в контексте данной статьи – в инклюзивном образовании как стратегическом ориентире развития самой системы образования.

Инклюзивное образование призвано обеспечить продуктивное включение и участие каждого ребенка в систему общего образования, которое и будет способствовать его психологическому благополучию и полноценной социализации [10]. Инклюзивное образование при этом отражает и характеризует значимость и специфичность самой образовательной деятельности. Образовательная деятельность представляет собой не данную исходно онтологическую целостность, а

выступает как форма и определенный результат системных преобразований. То есть она не дана исходно как целостность, а должна быть обеспечена в качестве таковой. Отсюда со всей очевидностью следует, что образовательная деятельность может быть эксплицирована лишь с позиций системности (системного комплекса), через раскрытие в дальнейших исследованиях системообразующих факторов психологического благополучия субъектов инклюзивного (персонифицированного) образования.

Благополучие как многомерный психологический конструкт получило свое отражение в многочисленных исследованиях как отечественных, так и зарубежных ученых.

Исторически первое определение понятия «благополучие» трактовалось в терминах «чувства» («переживания») и определялось как баланс позитивного и негативного аффектов (Н. Брэдберн, Э. Динер). Благополучие рассматривается учеными как «целостное переживание, отражающее успешность функционирования индивида в социальной среде, сопровождающееся благоприятным эмоциональным фоном, функциональным состоянием организма и психики и позитивным самоотношением, доверительным отношением к миру» [1]. Переживание общей удовлетворенности собственной жизнью напрямую связано с эмоциональным равновесием и преобладанием позитивно окрашенных эмоциональных состояний [6].

Одним из первых и наиболее распространенных в западной психологии направлений изучения психологического благополучия является гедонистический подход, разрабатываемый преимущественно в контексте когнитивной и поведенческой психологии (М.Е. Селигман, М.В. Фордайс, Н.М. Брэдберн и др.). Основным индикатором психологического благополучия последователями данной теории понимается как «переживание счастья» и «субъективное благополучие» человека, при этом наиболее эффективный способ достижения этих состояний – успешная социальная адаптация, приспособление к конкретным жизненным условиям и обстоятельствам [7, 15, 17].

В отечественной психологии феномен «психологическое благополучие» рассматривается как показатель качества жизни, субъективного благополучия, психического и психологического здоровья личности (Н.А. Батурин, С.А. Башкатов, Б.С. Братусь, Н.В. Гафарова, И.В. Дубровина, И.А. Джидарьян, А.В. Петровский, П.П. Фесенко, О.В. Хухлаева, Р.М. Шамионов, М.Г. Ярошевский, и др.).

С точки зрения И.В. Дубровиной, следует различать психическое и психологическое здоровье личности. Психическое здоровье – «результат психического развития человека на всех этапах онтогенеза, которое обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности» [4].

Психическое здоровье является одной из важнейших составляющих психологического здоровья и условием психологического благополучия человека. Психологическое здоровье – это «психологическое свойство развитой личности» [5, с. 21], «динамическая совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи» [16]. Как отмечает И.В. Дубровина, «становление и укрепление психического здоровья, и развитие психологической культуры личности определяют психологическое здоровье человека, закладывают основу его психологического благополучия» [5].

Круг работ, посвящённых проблеме психологического благополучия субъектов образования, достаточно узок. Феномен психологического благополучия участников образовательной среды являлся предметом ограниченного круга исследований (С.А. Водяха, М.В. Григорьева, О.А. Елисеева, Е.Б. Лактионова и др.) [13].

Существует несколько подходов к пониманию и оцениванию психологического благополучия у детей и подростков. Психологическое благополучие школьников рассматривается исследователями как субъективное ощущение удовлетворенности жизнью или как состояние психологического здоровья. Многофакторные модели психологического благополучия (М. Ягода, К. Рифф, Ю.В. Бессонова, А.М. Прихожан) указывают на связь психологического благополучия с физиологическими и социально-психологическими характеристиками личности, которые являются основой для самореализации человека. При этом главными критериями психологического здоровья являются «позитивное самоощущение и позитивное восприятие окружающего мира; высокий уровень развития рефлексии; наличие стремления улучшить качество основных видов деятельности; успешное прохождение возрастных кризисов; адаптированность к социуму (в том числе к семье и школе), умение выполнять основные социальные и семейные роли» [2, 4].

Зарождение ощущения благополучия происходит в дошкольном и школьном детстве. Его истоки можно рассматривать в контексте разработанного Л.С. Выготским положения о социальной ситуации развития, основу которой и составляют переживания ребенком среды своего обитания и себя в этой среде [3]. С точки зрения Л.С. Выготского, социальная ситуация развития является важнейшей характеристикой условий, обеспечивающих позитивное развитие ребенка. Если ребенок переживает среду своего обитания как благополучную, если семейная и школьная ситуация воспринимается ребенком как благополучная и обеспечивающая его психологический комфорт, то эта среда обладает развивающим эффектом и способствует развитию у школьника чувства доверия к себе и окружающему миру. Анализируя среду обитания детей

дошкольного и школьного возраста, в первую очередь стоит обращать внимание на два важнейших института социализации: семейная система и образовательная организация. Психологическая реальность ребенка изменяется под влиянием изменений в социальной среде.

Инклюзивное образование сегодня представляет собой действительно перспективное стратегическое направление не только образовательной политики, но и практики, затрагивает в значительной степени как основы общего образования, так и дополнительного профессионального. Инклюзия, с точки зрения стратегического социокультурного проекта в образовании, – это изменение образовательной системы и принятие каждого ребёнка на уровне всей школы. Инклюзивное образование предусматривает не только активное включение и участие детей и подростков с ограниченными возможностями в образовательный процесс в школе, но в большей мере перестройку всего процесса массового образования как системы для обеспечения образовательных потребностей всех детей. Это гибкая система, которая учитывает потребности всех детей не только с проблемами развития, но и разных этнических групп, пола, возраста, принадлежности к той или иной социальной группе. Система обучения подстраивается под ребёнка, а не ребёнок под систему.

Чтобы образовательная организация действительно стала инклюзивной (в полном соответствии с понятием «инклюзии» – ориентированной на любого ребенка, с любыми образовательными потребностями), необходимы сущностные изменения [12]. Эти изменения прежде всего должны быть направлены на создание необходимых условий, обеспечивающих психологическое благополучие субъектов образовательного процесса.

В предыдущих наших статьях была обоснована метасистемность инклюзивного образования [9], раскрыт социокультурный аспект инклюзивного образования [10], феномен толерантности в контексте инклюзивного образования [11], феномен совместной деятельности как системный комплекс психологического благополучия и успешности субъектов персонифицированного (инклюзивного) образования [12]. Показано, что психологическое благополучие человека (ребенка в особенности), его самооценка и, соответственно, эмоциональное состояние связаны с феноменом принятия, фактором включенности (совместности), фактором психологического здоровья и фактором успешности достижений [10].

В контексте данной статьи следует особо подчеркнуть, что изменения в образовательной инклюзивной среде прежде всего должны быть направлены на создание необходимых условий по бережному отношению к психологическому здоровью субъектов образовательного процесса как системообразующему фактору психологического

благополучия. При этом важно отметить, что сущность психологического здоровья проявляется в том, что человек находит достойное с его точки зрения, удовлетворяющее его место в культурно-социальной среде своей жизнедеятельности.

Для психологического здоровья важно иметь возможности для удовлетворения социальных потребностей в общении, потребности уважения к своей личности, чувствам, переживаниям, а также потребности к познанию. Другими словами, психологическое здоровье можно рассматривать как позитивное самоощущение ребенка (позитивный эмоциональный фон настроения), высокий уровень развития у него рефлексии, успешное прохождение возрастных кризисов и адаптированность к социуму (умение приспосабливаться к изменяющимся условиям). Психологическое здоровье – состояние внутреннего благополучия личности, состояние устойчивости, стабильности, определенности в жизни и оптимистический жизнерадостный настрой.

Одной из составляющих психологического здоровья является здоровье психическое как результат полноценного психического развития человека на всех возрастных этапах, реализация «стремления людей быть всем, чем они могут» и постепенное осознание особенностей своих психических и личностных качеств. Психическое развитие как основа психического здоровья необходимо для того, чтобы человек мог осваивать культуру, постепенно накапливать интеллектуальные, волевые и эмоциональные силы для полноценного включения в жизнь общества своего времени. К основным критериям психического здоровья следует отнести соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности и характер реакций – внешним раздражителям, значению жизненных событий; адекватный возрасту уровень зрелости эмоционально-волевой и познавательной сфер личности; адекватность в микросоциальных отношениях; способность самоуправления поведением, разумного планирования жизненных целей и поддержания активности в их достижении и др. При этом важно отметить, что для детей с ОВЗ, имеющих отклонения в психическом развитии, требуется особый подход.

Психическое здоровье – очень существенный, но лишь один из элементов феномена более высокого уровня развития – психологического здоровья, которое обеспечивает позитивное взаимодействие человека с миром.

Психологическое здоровье – это психологическое свойство развитой личности. Оно представляет собой одно из важнейших состояний личности и связано с нравственным развитием человека, с понятием «духовное становление личности», которое возникает на основе гармоничного психического развития, осознания особенностей

своего развития (психологическая грамотность), развивающихся духовных потребностей, охватывающих нематериальные стороны бытия и ведущих к формированию психологической культуры личности [4]. Основу психологической культуры личности составляет отношение к человеку как высшей ценности и комплекс эмоциональных переживаний, основанных на осознании человеком безусловной нравственной ответственности перед людьми, обществом и самим собой за свои отношения, поступки, за свое поведение и жизнь в целом. Это позволяет человеку воспринимать и понимать чувства и переживания других людей, откликаться на них, сочувствовать, содействовать, испытывать чувства совести, стыда, благодарности и пр.

Психическое здоровье, психологическая грамотность и психологическая культура личности в своем единстве и взаимопроникновении обеспечивают психологическое здоровье, как показатель которого можно рассматривать нравственную направленность переживания человеком своего психологического благополучия [5].

Психологическое благополучие характеризует состояние и особенности внутреннего мира человека, которые и определяют так называемое «переживание благополучности». Это внутреннее состояние человека, которое сигнализирует человеку об удовлетворенности конкретной ситуацией и жизнью в целом. Оно проецируется и на поведение. Поэтому понятие «психологическое благополучие» определяет также поведение, продуцирующее и проявляющее ситуативное благополучие, что находит свое отражение в успешности деятельности.

Фактор успешности достижений является для детей (особенно детей с ОВЗ) важной основой для личностного развития, поддержки эмоционального состояния, необходимого для общего психического развития. Известно, что позитивный результат совместной деятельности вызывает положительные эмоции. Если при некоем действии (реализации цели) у ребенка с ОВЗ накапливаются положительные эмоции, то наступает момент, когда цель его совместной деятельности (предмет) превращается в мотив. Тогда говорят о «сдвиге мотива на цель». Другими словами, через положительные эмоции в ходе совместной деятельности у партнеров развивается интерес к этой деятельности, что дополнительно усиливает ощущение успешности и повышает уровень самореализации каждого ребенка. Положительные эмоции служат тем «мостиком», который связывает данный предмет с системой существующих мотивов. Основная поведенческая формула для проблемных детей при этом будет выражаться содержанием «Я-могу» и «Я-успешен». При этом успешен потому, что достигнут результат, получено признание со стороны окружающих. Успешность вызывает у

субъекта деятельности такое эмоциональное состояние, которое выражает его личное позитивное отношение к деятельности, позволяющее ему ощущать собственную удовлетворенность. Именно потребность в успехе как фундаментальная социальная потребность человека побуждает личность ставить новые цели и стремиться к их реализации. Осознание личных достижений, своих возможностей, эмоционально поддержанных окружающими, мотивирует к деятельности, к развитию необходимых жизненных компетенций, что способствует психологическому благополучию.

Важным представляется понимание того, что психологическое благополучие – это прежде всего переживание личности, основанное на его опыте, в отношении его опыта и порождения опыта. Речь идет о понимании психологического благополучия как явления, базовой инстанцией которого выступает переживание опыта и опыт переживаний. При этом опыт – это не только нечто случившееся, происходящее, но и потенциальное (перспективно-конструктивное либо перспективно-деструктивное). Единство времен для субъекта здесь означает движение как в одном, так и в другом направлениях, что задает определенные векторы для переживания настоящего. Однако происходит не просто фиксация опыта, его отражение, но формирование отношения к этому опыту, соотнесение его с ценностно-смысловым статусом личности и успешностью в целом.

В различных жизненных пространствах субъект реализует активность, сопряженную с определенными ценностно-смысловыми образованиями. Пространство со-бытия в этом отношении является особым. Главной характеристикой этого пространства является выстраивание отношений с другими субъектами, а также опосредованно ими – и отношением к себе. При этом личность проявляет свою субъектность в способах интеграции и упорядочивания личностных отношений, таких как «Мое к Другому», «Другого ко Мне», «Мое представление об отношении ко Мне Другого» и «Его представление о моем к нему отношении». При этом следует обратить особое внимание на фрустрированность этих отношений, характерных для современной инклюзивной образовательной среды.

Фрустрированность этих отношений и в целом со-бытия с «Другими», пожалуй, больше всего влияет на переживание субъективного неблагополучия личности. Это связано прежде всего с тем, что «Другой» выступает изначально инстанцией себя, источником социальной и персональной идентичности личности. Социальное бытие, как отмечает Т.Д. Марцинковская, связано с социальными переживаниями, которые отражают отношение человека к социальному окружению и своему месту в нем; становлением «Я-образа». А осознание смысла индивидуального бытия человека корреспондирует с

индивидуальными переживаниями, отражающими отношение к себе [8]. Соответственно, выстраивание отношений, где результат зависит в большей мере от способности личности учесть свою и чужую субъектность, сохранить свою идентичность, является основой успешности, конструктивности события и психологического благополучия.

Важно также отметить и то, что мера благополучия, его определение и влияние как на процессы осмысления, постижения значений своей и чужой активности, так и на качество своей собственной, имеют различия в зависимости от места, занимаемого человеком на континууме своей жизни, своего личностного и субъектного развития.

Обратим внимание на то, что одной из главных задач инклюзивного образования выступает создание условий для позитивного развития личности каждого ребенка (особенно ребенка с ограниченными возможностями здоровья). Под условиями в данном случае понимается взаимодействие школьника со сверстниками и педагогами в рамках психологической защищенности и поддержки. Именно создание условий взаимодействия участников образовательного процесса с позиций психологической защищенности и поддержки личности ребенка и составляет психологический аспект инклюзивного образования.

Образовательная среда школ воспринимается и переживается как детьми, так и взрослыми участниками образовательного процесса как содержащая некоторые угрозы их психологическому благополучию. Отсутствие защищенности может проявляться в унижениях и оскорблении со стороны педагогов, администрации, соучеников. Помимо среды образовательной организации на ребенка также оказывают влияние и другие социальные институты: семейное окружение, референтная группа сверстников, с которыми ребенок общается очно или в социальных сетях, средства массовой информации и многое другое. При этом, как показывают исследования А.М. Прихожан [14], необходимо уделять особое внимание развитию таких компонентов психологического благополучия, как суверенность, самопринятие, готовность к саморазвитию, позитивные представления о своем прошлом, настоящем и будущем, компетентность, принятие других, отношения со сверстниками противоположного пола, удовлетворенность актуальным этапом жизни, характеристики Я-концепции.

Это возможно при условии, если образовательная организация будет осуществлять оценку, мониторить психологическое благополучие личности. Наиболее теоретически обоснованными являются следующие варианты оценки психологического благополучия личности [14]:

– оценка субъективного ощущения, переживания психологического благополучия;

- диагностика психологического здоровья как важного условия психологического благополучия школьника;
- оценка уровня саморазвития и стремления к самоактуализации у обучающихся (актуально начиная с подросткового возраста);
- оценка особенностей когнитивной сферы школьников, прежде всего оптимистического стиля мышления и способности к рефлексивной деятельности;
- диагностика особенностей социальной ситуации развития и среды обитания ребенка, прежде всего семейной ситуации развития и психологической безопасности образовательной организации

Школа, организуемая как экосистема взаимодействующих сообществ на основе различных типов детско-взрослых деятельностей, создает условия для личностного самоопределения учащихся и освоения ими важнейших ценностей. Более того, тезис: «От экологии образования – к его качеству и качеству жизни», озвученный автором данной статьи в конце 1980-х годов предыдущего столетия, особо актуален и в настоящее время.

Существует множество современных подходов к образовательному процессу, показавших практическую и эмпирически подтвержденную эффективность, одним из которых является позитивная психология и педагогика. Этот подход, в рамках которого научное и практическое психолого-педагогическое сообщество видит потенциал удовлетворения современных запросов общества к образованию. Главной задачей данного направления психологии и педагогики являются исследования, создание и изучение подходов к развитию навыков достижения психологического благополучия, психологической стабильности, оптимального функционирования в процессе жизнедеятельности, непрерывности обучения и развития.

Таким образом, достижение психологического благополучия личности в инклюзивном образовательном пространстве является неотъемлемой частью развития системы образования, с одной стороны, и закономерным следствием социальных изменений, происходящих в обществе, – с другой.

Список литературы

1. Ахрямкина Т.А., Чаус И.Н. Психологическое благополучие учащихся в образовательной среде: монография. Самара: СФ ГБОУ ВПО МГПУ, 2012. 104 с.
2. Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. ст. / Сост.: Ю.В. Братчикова. Екатеринбург, 2013. С. 30–35.

3. Выготский Л.С. Собрание сочинений. В 6 т.: Т. 4. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
4. Дубровина И.В. Психологическое благополучие школьников. М.: Юрайт, 2017. 140 с.
5. Дубровина И.В. Психологическое благополучие личности как феномен // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2019. № 2. С. 166–175.
6. Елисеева О.А. Субъективное благополучие подростков и психологическая безопасность образовательной среды [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2011. Том 3. № 3. URL: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n3/47424.shtml (дата обращения: 19.11.2022).
7. Знаков В.В. Теоретические основания психологии человеческого бытия // Психологический журн. 2013. Т. 34. № 2. С. 29–38.
8. Марцинковская Т.Д. Феноменология и механизмы развития: историко-генетический подход // Психологические исследования. 2012. Т. 5. № 24. С. 12–17.
9. Махновец С.Н., Махновец Л.А. Метасистемность инклюзивного образования. Глава 2 // Психология труда, организации и управления в условиях цифровой трансформации общества. Абдурахманов Р.А., Алдашева А.А., Бабий Л.В., Баев М.С., Бариляк И.А., Водопьянова Н.Е., Воищева Н.М., Гофман О.О., Гудименко Ю.Ю., Гусев А.Н., Демиденко Н.Н., Ератина Е.А., Жалагина Т.А., Жаров В.С., Журавлев А.Л., Занковский А.Н., Зеленова М.Е., Караванова Л.Ж., Китова Д.А., Клюева О.А. Махновец Л.А., Махновец С.Н. и др. Тверь: Тверской государственный университет, 2021. С. 33–47.
10. Махновец С.Н. Социокультурный аспект инклюзивного образования // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». 2021. № 1. С. 118–124.
11. Махновец С.Н. Толерантность в контексте инклюзивного образования // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». 2021. № 4 (57). С. 87–92.
12. Махновец С.Н., Махновец Л.А. Совместная деятельность как системообразующий фактор инклюзивного образования. // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». 2022. №1 (58). С. 166–175.
13. Отношение к образовательной среде и психологическое благополучие учащихся специализированных и общеобразовательных школ / Е.Б. Лактионова, А.В. Орлова, И.В. Кондакова, А.С. Тузова // Педагогический ИМИДЖ. 2020. Т. 14. № 3 (48). С. 500–515.
14. Прихожан А.М. Разработка модели психологического благополучия подростков и юношей // Психология и школа. 2010. № 2. С. 3–28.
15. Селигман Мартин Э.П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / Пер. с англ. М.: София, 2006. 368 с.
16. Хухлаева О.В. Психологическое здоровье учащихся как цель работы школьной психологической службы // Школьный психолог. 2007. № 14. С. 2–45.

17. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Изд-во СГУ. 2004. 174 с.

Об авторах:

МАХНОВЕЦ Сергей Николаевич – профессор, доктор психологических наук, профессор кафедры дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, д. 33); e-mail: msn-prof@yandex.ru

ПОПКОВА Татьяна Алексеевна – кандидат психологических наук, заведующая кафедрой психологических и гуманитарных наук, Тверской институт (филиал) АНО ВО «Московский гуманитарно-экономический университет» (170006, Тверь, ул. Дмитрия Донского, д. 37), доцент кафедры педагогики и психологии начального образования ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, д. 33); e-mail: pettal@yandex.ru

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE PERSON IN THE INCLUSIVE EDUCATIONAL SPACE

S.N. Makhnovets¹, T.A. Popkova^{1,2}

¹Tver State University, Tver

^{1,2}Moscow University for the Humanities and Economics, Tver

Theoretical and methodological materials are presented that reveal the phenomenon of the psychological well-being of the individual. It is shown that the psychological well-being of a person (a child in particular), his self-esteem and, accordingly, the emotional state is associated with the phenomenon of "acceptance", the factor of inclusion (compatibility), the factor of psychological health and the factor of success of achievements. It is emphasized that changes in the educational inclusive environment, first of all, should be aimed at creating the necessary conditions for a careful attitude to the psychological health of the subjects of the educational process as a backbone factor of psychological well-being. It is noted that the success factor of achievements is for children (especially children with disabilities) an important basis for personal development, support for the emotional state necessary for overall mental development. Achieving the psychological well-being of an individual in an inclusive educational space is an integral part of the development of the education system, on the one hand, and a natural consequence of social changes taking place in society, on the other.

Keywords: *psychological well-being, inclusive education, psychological health, positive psychology, positive pedagogy.*