



Структура операциональной модели субъективного благополучия детей старшего подросткового и юношеского возраста

Методологические основы модели

Исходя из понимания многомерности конструкта «субъективное благополучие», теоретико-методологическими основаниями его изучения в рамках нашего исследования стали положения теорий и концепций, позволяющие объяснить специфику субъективного благополучия подростков, в том числе социально уязвимых категорий.

К ним можно отнести:

- концепции субъективного благополучия, в рамках которых СБ рассматривается как глобальная оценка удовлетворенности жизнью, а также отмечается тесная связь субъективного благополучия с конструктами «счастье», «качество жизни», «удовлетворенность жизнью» и «позитивный аффект», а критерием оценки является «удовлетворенность» (Diener, 2006)¹;
- концепцию Селигмана (2011) о благополучии, полагающего, что дети, независимо от условий воспитания, должны иметь «возможность процветания» (т. е. иметь высокий уровень благополучия); их субъективное благополучие есть чувство хорошего и эффективного функционирования на индивидуальном и межличностном уровнях²;
- положения экологического контекстного подхода (Kelly 2006), позволившие выделить контекстуальные аспекты, в которые включается подросток. Эти контексты имеют свою специфику. Данный подход дал возможность выделить психосоциальный компонент субъективного благополучия детей как «результат отношений, возникающих в различных контекстах» (Sarriera 2010), а также рассмотреть субъективное благополучие как следствие взаимодействия между внутренними

¹ Diener E. 2006. Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies* 7(4):397–404 DOI 10.1007/s10902-006-9000-y].; Kashdan, Biswas-Diener & King, 2008). Kashdan TB, Biswas-Diener R, King LA. 2008. Reconsidering happiness: the costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *Journal of Positive Psychology* 3(4):219–233 DOI 10.1080/17439760802303044];

² Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press



аспектами и внешними взаимодействиями подростков с другими людьми и с окружающей средой (Casas 2010);

- концепцию «нормализации жизни» (Nirie B., Wolfensberger W., 1969), важнейшей идеей которой в рамках нашего исследования стала оценка подростка того, что он живет «не хуже других» сверстников;
- концепцию качества жизни (Netten A. et al., 2010);
- теории о жизнестойкости и восстановлении после травмы (например, Gilligan 2000 Gilligan, R. (2000)³. Данные теории актуальны для детей, которые пережили жестокое обращение и/или травму того или иного рода;
- Конвенцию Организации Объединенных Наций о правах ребенка (КПК ООН 1991 года), особенно статью 12 «О правах обеспечения того, чтобы дети были заслушаны и вовлечены в принятие решений, касающихся их жизни».

Конкретным теоретико-методологическим подходом стала теория отношений В.Н.Мясищева (1967), в рамках которой личность характеризуется как система отношений. Ребенок как «личность, сам являясь системой отношений», проживая в условиях альтернативного воспитания, функционирует в специфической системе отношений, а его субъективное благополучие подвергается влиянию данных систем.

Конструкт субъективное благополучие (subjective well-being)

подростков отражает их оценку собственной жизни в целом, своего благополучия, своих как позитивных, так и негативных переживаний, обусловленных собственным функционированием, взаимодействием с другими людьми и с окружающей средой, а также глобальную оценку удовлетворенности жизнью. Измерение СБ дает понимание как подросток оценивает качество собственной жизни, в том числе по сравнению со своими сверстниками.

Опросник СБ подростков позволяет сделать оценку удовлетворенности информантов системой своих отношений:

а) к себе — считает себя привлекательным внешне и по характеру, а также, что другие его положительно оценивают; удовлетворен своими достижениями в сферах, которые представляют для него интерес: образование, спорт, «ручные» умения, досуг;

б) к другим — имеет взрослых, с которыми можно построить доверительные отношения в семье, организации, в которой воспитывается, и вне ее; имеет удовлетворяющие его отношения со сверстниками;

в) со средой — живет в условиях физической и психологической безопасности, имеет возможность вести такую же жизнь, как и другие дети, его мнение учитывается при решении важных жизненных вопросов;

³ Promoting resilience in children in foster care. In G. Kelly & R. Gilligan (Eds.), *Issues in Foster Care: Policy, Practice and Research* (pp. 107-126). London, United Kingdom: Jessica Kingsley Publishers.; Ungar et al. 2013 Ungar, M., Ghazinour, M., & Richter, J. (2013). Annual research review: What is resilience within the social ecology of human development? *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 54(4), 348-366. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12025>.



г) своему «хронотопу» – удовлетворен прошлым, актуальной жизнью и своими перспективами на будущее.

«Удовлетворенность» выступает в качестве критерия оценки субъективного благополучия.

Структура операциональной модели включает 12 содержательных субдоменов субъективного благополучия и социально-демографические характеристики, и один дополнительный блок:

Структура операциональной модели СБ включает 12 содержательных субдоменов, в которых представлены компоненты субъективного благополучия/неблагополучия в соответствии с системой отношений подростков для измерения субъективного благополучия на когнитивном и эмоциональном уровнях.

Критерием субъективного благополучия является удовлетворенность информантов своей жизнью в целом и ее отдельными аспектами.

Субдомены СБ:

1. Удовлетворённость своими достижениями в актуальных для детей подросткового и юношеского возраста
 2. Удовлетворенность собой
 3. Удовлетворенность здоровьем и самочувствием
 4. Удовлетворенность психологической и физической безопасностью
 5. Удовлетворенность тем, как учитывается мнение при решении жизненно важных задач респондента
 6. Удовлетворенность внутренней сетью
 7. Удовлетворенность внешней сетью
 8. Удовлетворенность «нормализацией жизни»
 9. Удовлетворенность материальным положением
 10. Удовлетворенность социальными контекстами (школьной жизнью, образовательной организацией, спортивной секцией)
 11. Удовлетворенность хронотопом (прошлым, настоящим, будущим)
 12. Удовлетворенность возможностью доверять себе и другому
- Дополнительно могут быть оценены стрессы
13. Стрессы (стрессогенные события, которые переживает информант на протяжении последних двух лет)

На основании конструкта СБ разработан опросник «Субъективное благополучие детей старшего подросткового и юношеского возраста», который включил вопросы, направленные на выявление степени удовлетворенности информантов в субъективно важных для них сферах жизни, а также жизнью в целом; дополнительные вопросы, уточняющие результаты, полученные в рамках субдоменов, вопросы, позволяющие составить социально-демографический портрет респондентов.



Для измерения уровня СБ и его субдоменов используются следующие методики:

1. Опросник Субъективного благополучия детей старшего подросткового и юношеского возраста (Ослон В.Н., Семья Г.В.)
2. «Шкала самооценки» М. Розенберга для исследования самооценки у респондентов
3. Методики Эндрюса и Уити «Лица» для выявления эмоционального компонента отношения к различным социальным контекстам
4. Модифицированная Шкала стрессогенности жизненных событий Холмса и Рэя для выявления стрессогенных ситуаций и их влияния на состояние информантов

Оценка уровня СБ и его субдоменов складывается из оценок степени удовлетворенности отдельными показателями по 5-ти балльной шкале Лайкерта от 1 до 5 баллов. Возрастание баллов начинается от оценки, обусловленной «негативным аффектом» (1 балл), по восходящей до оценки, обусловленной «позитивным аффектом» (5 баллов).

Опросник, помимо вопросов, включенных в субдомены, (таблица 1), внесены вопросы социологического характера, которые позволяют более полно интерпретировать полученные результаты.

Субдомен 1. Удовлетворенность своими достижениями в актуальных для респондентов сферах

В перечень актуальных сфер включены: образование, спорт, «ручные» умения, досуг. Вопросы блока позволяет выявить удовлетворенность подростка своими достижениями в данных сферах.

Сформированные ручные умения (сложные умения, связанные с непосредственной ручной деятельностью, формируемые в процессе занятий ручным трудом, основанные на освоении конкретных операций и приобретении необходимых для ручной деятельности знаний и навыков) – важнейшее условие для развития когнитивно-эмоциональной сферы ребенка, развития у него творческих способностей.

Наличие достижений в области «ручных умений» (создание различных поделок, умение починить то, что сломано, пошив одежды, умения делать прически, готовить еду и др.) формирует у подростков представление о себе как об эффективной, творческой личности и оказывает непосредственное влияние на удовлетворенность жизнью.

Показатели субдомена позволяют выявить степень удовлетворенности информанта своими достижениями (никогда не удовлетворен, редко, довольно часто, очень часто; всегда) следующими достижениями:

- в изучении учебных предметов в целом, а также в изучении основных школьных предметов (русского языка, иностранных языков, математики)
- в занятиях физкультурой и спортом;



- ручными умениями (в том, что вы делаете своими руками);
- досуговой сферой (в тех интересных для вас делах, которыми вы занимаетесь в свободное от школы время: (например: фотографирование, рисование, пение, музыка, танцы, драмкружок, выступление на сцене, конструирование и моделирование, программирование и др.).

Оценка проводится на основании шкалы Лайкерта: «никогда» (1 балл); «редко» (2 балла), довольно часто (3 балла); «очень часто» (4 балла), «всегда» (5 баллов).

Выявляется также наличие негативного аффекта в отношении своих достижений, свидетельствующий о стрессовом (субдепрессивном) состоянии информанта: «У меня нет достижений, мне нечем быть довольным». Показатель оценивается по также по 5- балльной шкале Лайкерта, где согласен (1 балл), а «не согласен» (5 баллов).

В рамках субдомена представлены вопросы, позволяющие выявить степень комфортности образовательной среды для информантов.

Выясняется тип и уровень образовательной программы: общеобразовательная, повышенной трудности – гимназия/лицей, СПО, вузовская программа; пониженной трудности – коррекционная. Выявляются особенности образовательной организации: малокомплектная сельская школа, школа-интернат; школа-интернат, где учатся дети коренных народов Севера, В кочевая школа; закрытая школа для трудных подростков; домашние обучение.

Определяется время, затраченное на дорогу до образовательной организации (шаговая доступность организации).

Выясняется, на каком языке ведутся занятия: на русском и на национальном языке информанта. В рамках субдомена выявляется степень комфортности обучения для информанта, связанного с пониманием языка, на котором ведется обучение (Насколько хорошо Вы знаете язык, на котором ведутся занятия в школе?). Варианты выбора ответа оцениваются по 5-ти балльной шкале Лайкерта: «ничего не понимаю» (1 балл); «понимаю плохо» (2 балла); «понимаю. но не все» (3 балла); «хорошо понимаю» (4 балла); «отлично понимаю» (5 баллов). Данный вопрос является фильтрующим для формирования группы мигрантов; он также важен для понимания степени их адаптированности к обучению в соответствии с количеством времени проживания в России (Сколько лет Ваша семья проживает в России: «с вашего рождения»; «более 5 лет»; «3-4 года», «менее 3-х лет»; «до года»).

Вопросы являются классифицирующими для формирования групп информантов на основании типа и уровня образовательной программы, особенностей образовательной организации, языка преподавания, а также для определения уровня СБ и различных его субдоменов у представителей данных групп.

Субдомен 2. Удовлетворенность собой

В качестве психодиагностического инструмента используется методика М. Розенберга Шкала самооценки М. Розенберга.



Самооценка - это оценка того, как мы оцениваем себя в целом, положительно или отрицательно. Тот, кто относится к себе положительно, имеет высокую самооценку, в то время как те, кто относится к себе негативно, имеют низкую самооценку. Самооценка является одним из компонентов я-концепции, наряду с другими, такими как самоэффективность или мастерство, а также самоидентификация. Самооценка является универсальной и достоверно измеряемой человеческой характеристикой. Она выполняет функцию буферизации тревоги при стрессовых состояниях.

Шкала самооценки Розенберга состоит из 10 утверждений (пять положительных, пять отрицательных), каждое из которых сопровождается четырьмя вариантами ответа, варьирующимися от «категорически не согласен» до «полностью согласен».

Инструкция: ниже приведен список утверждений, касающихся Ваших мыслей о себе. Оцените, пожалуйста, каждое утверждение, используя следующую шкалу: 0 = «полностью не согласен», 1 = «не согласен», 2 = «согласен», 3 = «полностью согласен».

Инструкция: «Перед Вами десять утверждений. Нужно определить, насколько Вы согласны или не согласны с каждым из них.

Отметьте галочкой (V) тот ответ, который наилучшим образом отражает Ваше мнение.

Таблица 1. Опросник

Утверждения	Полностью не согласен	Не согласен	Согласен	Полностью согласен
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
1. В целом я доволен собой				
2. Временами мне кажется, что я не совсем хорош				
3. Думаю, у меня есть ряд достоинств				
4. Многие вещи я способен делать не хуже большинства других людей				
5. Мне кажется, что мне нечем гордиться				
6. Иногда я чувствую себя бесполезным				
7. Я считаю себя достойным и равным другим человеком				
8. Мне бы хотелось больше уважать себя				
9. По большому счету я считаю себя неудачником				
10. Я хорошо отношусь к себе				



Обработка результатов: для подсчета показателя самооценки необходимо суммировать баллы по всем пунктам шкалы. При подсчете прямых пунктов (№ 1, 3, 4, 7, 10) используется восходящая шкала ответов (0 = «полностью не согласен», 1 = «не согласен», 2 = «согласен», 3 = «полностью согласен»), а при подсчете обратных пунктов (№ 2, 5, 6, 8, 9) – нисходящая шкала ответов (0 = «полностью согласен», 1 = «согласен», 2 = «не согласен», 3 = «полностью не согласен»). Чем выше показатель по шкале, тем выше у респондента самооценка.

Субдомен 3. Удовлетворенность здоровьем и самочувствием
(«Удовлетворенность субъективным здоровьем и активностью образа жизни»).

Качество жизни общества во многом определяется уровнем психологического и физического здоровья молодого поколения.

Здоровье во многом определяется активностью образа жизни и его субъективными оценками.

Субдомен направлен на выявление ресурсов и дефицитов, связанных с физическим и психологическим здоровьем, и степени их выраженности.

Выявляется глобальная удовлетворенность респондента своим здоровьем с помощью вопроса «Как Вы можете охарактеризовать свое здоровье?», которая оценивается по 5-ти балльной шкале Лайкерта: Отличное (5 баллов); Очень хорошее (4 балла); Хорошее (3 балла); Нормальное (2 балла); Плохое (1 балл).

Поскольку здоровье во многом определяется активностью образа жизни и его субъективными оценками, то в структуре субдомена выявляется степень удовлетворенности актуальной активностью респондента, ограниченную по времени прошедшей неделей (Вспоминая прошедшую неделю... Вы вели активный образ жизни? (например, занимались бегом, бегали на лыжах, занимались гимнастикой, играли в футбол (хоккей), катались на велосипеде и др.), которая также оценивается по 5-ти балльной шкале Лайкерта: «совсем нет» (1 балл); немного занимался (2 балла); то занимался, то не занимался (3 балла); часто занимался (4 балла); «очень часто занимался» (5 баллов). Для уточнения неудовлетворенности активностью образа жизни на прошедшей неделе вводится условие «Болел на этой неделе», которое не оценивается, но является уточняющим обстоятельством для низких оценок.

Также оценивается степень удовлетворенности информанта еще одним ресурсом здоровья- своей энергией (Вспоминая прошедшую неделю... Вы чувствовали себя полным энергии?). 5-балльная Шкала Лайкерта выглядит следующим образом: ни одного дня (никогда на прошлой неделе - 1 балл), редко (2 балла), достаточно часто (3 балла), почти всегда (4 балла); постоянно (5 баллов).

В структуру субдомена включены вопросы, направленные на выявление депрессивного состояния у подростка, обусловленного переживаниями одиночества и грусти. Чувство одиночества понимается как эмоциональное состояние человека, когда у него нет доверительных отношений с другими людьми из-за психологической и социальной изоляции. Особый акцент делается



на состоянии грусти как возможного последствия переживаний горя и утраты. Неслучайно вопросы об этом состоянии имеют градацию (Вспоминая последнюю неделю... Вам было грустно? Вам было настолько грустно, что не хотелось ничего делать?). Одиночество и грусть – это либо предикторы депрессивные состояния, либо уже его симптомы. Они могут повлечь приступы меланхолии, плохого настроения, неспособность делать обычные повседневные дела.

В субдомен входит вопрос, направленный на выявление проблем пищевого поведения у респондента (Вспоминая последнюю неделю... Вы чувствовали себя голодным?).

Все вопросы также оцениваются по 5-ти балльной шкале Лайкерта: «постоянно», «почти всегда», «достаточно часто», «редко», «никогда».

В рамках Субдомена уточняется место, где обучающиеся занимаются спортом и физкультурой (Где Вы занимаетесь спортом? Варианты выборов: в спортивной секции; в спортивной школе; во дворе, парке, спортивной площадке; не занимаюсь спортом; не посещаю уроки физкультуры по состоянию здоровья). Данный вопрос важен для уточнения оценки удовлетворенности активностью образа жизни, а также выделения группы информантов, имеющих освобождение от физкультуры. Он также является классифицирующим для выделения групп информантов в соответствии с местом занятия спортом, выявление его влияния на субъективную оценку здоровья и активности образа жизни.

Субдомен 4. Удовлетворенность подростка собственной психологической и физической безопасностью

Субдомен направлен на оценку удовлетворенности информанта своей психологической и физической безопасностью в разных социальных контекстах; выявление ситуаций буллинга и кибербуллинга, а также источников буллинга.

Под психологической безопасностью личности понимается состояние защищенности психики от негативных факторов, способствующее формированию адекватной ориентировочной основы социального поведения человека, конструктивных отношений к миру, к себе и его сохранность и целостность как развивающегося социального субъекта школе.

Информантов просят оценить степень своей безопасности в школе, дома, на улице, городе, селе, где вы живете, в интернете, в России по 5-ти балльной шкале Лайкерта: «очень опасно» (1 балл); «опасно» (2 балла); «трудно сказать» (3 балла); «безопасно» (4 балла); «абсолютно безопасно» (5 баллов). Уточняется степень безопасности в доме (У меня есть место в доме, где я храню свои вещи и не боюсь, что их кто-то возьмет: абсолютно не согласен» (1 балл); «не согласен» (2 балла); «скорее согласен, чем не согласен» (3 балла); «согласен» (4 балла); «абсолютно согласен» (5 баллов).

Буллинг (запугивание) понимается как агрессивное преследование и издевательство над одним из членов коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива. Травля может быть и в физической, и в психологической форме. Проявляется во всех возрастных и социальных группах. В сложных случаях может принять некоторые черты групповой преступности.



Выявляются ситуации, в которых подростки сталкиваются с недружественными действиями в отношении себя: «на меня сильно кричали», «меня обзывали и дразнили», «никто не хотел со мной разговаривать, проводить свободное время», «у меня украли вещи», «мне нанесли физический вред (ударили, толкнули)», «были случаи, когда на меня совершали нападки в соцсетях, троллили в чатах или онлайн – играх». Недружественные действия включают и кибербуллинг: «были случаи, когда специально создавалась онлайн группа, веб-страница, интернет- видео, где высмеивали меня, мои увлечения, поступки», «были случаи, когда мои письма, фотографии, видео, в том числе сексуального характера, пересылали без моего ведома».

Оценивается по 5-ти балльной шкале Лайкерта частота и повторяемость этих ситуаций: «бывало несколько раз в неделю» (1 балл); «бывает раз в неделю» (2 балла), «бывает только иногда (3 балла); «было раз или два» (4 балла); «никогда не было» (5 баллов).

В рамках Субдомена выясняются источники буллинга, которые включают в себя различных представителей социальной сети подростка: родители или другие члены семьи; воспитатели в детском доме; приемные родители, опекуны; учителя; взрослые на улице; ребята, с которыми Вы учитесь; ребята, с которыми Вы живете в детском доме; родные братья и сестры; ребята, с которыми Вы живете в приемной семье; ребята на улице; кто-то другой (напишите кто?).

Субдомен 5. Удовлетворенность учетом мнения подростков при решении вопросов, затрагивающих его интересы

Вопросы субдомена соответствуют требованиям Конвенция о правах ребенка статьи 12 «О правах обеспечения того, чтобы дети были заслушаны и вовлечены в принятие решений, касающихся их жизни». Они позволяют выявить как, по мнению подростка, учитываются его взгляды, желания по важным для него позициям: по поводу организации его среды в семье, проведения отдыха, досуга, образования, получения медицинской помощи и госпитализации, встреч с родственниками, выбора профессии и профобразования и т.д.. Оценка делается с помощью 5-ти балльной шкалы Лайкерта: как часто учитывается мнение подростка: «никогда»; «редко»; «бывает по-разному»; «часто», «всегда».

Субдомен 6. Удовлетворенность внутренней поддерживающей сетью

Участниками внутренней сети подростка являются родители, другие члены семьи, родственники. Предполагается, что в исследовании могут участвовать как информанты, воспитывающиеся в биологических семьях, так и в детском доме, замещающей семье. Поэтому имеется возможность оценить отношения с биологическими, замещающими родителями, воспитателями семейно-воспитательных групп организаций для детей-сирот, где они выполняют роль социальной мамы.

Удовлетворенность отношениями во внутренней сети является предиктором субъективного благополучия детей подросткового и юношеского возраста. Семья родная, замещающая, семейная группа детского дома является



важнейшим условием социализации ребенка, с нее начинается воспитание личности, формирование индивидуальных качеств. Чем больше подросток окружен заботой, вовлечен в различные виды деятельности и общения, чувствует одобрение и поддержку своей внутренней поддерживающей сети, тем успешнее происходит усвоение им норм поведения и общечеловеческих ценностей, жизненных установок.

В субдомене отражена структура потребностей информантов в проведении совместного времени с родителями. В него включены вопросы, позволяющие оценить степень удовлетворенности информантов качеством взаимоотношений с акторами внутренней поддерживающей сети, доступности их для контакта с подростком, количеством совместно проведенным временем. Период оценки ограничен временем, которое может отразить актуальные переживания подростка.

Информантов просят оценить хорошо ли взрослые обращались с ними? Вопрос позволяет выявить переживания информанта по поводу возможного жестокого обращения, пренебрежения его нуждами. Оценка охватывает весь спектр от негативного до позитивного аффекта («совсем нет - 1 балл); «не очень хорошо» (2 балла); «достаточно хорошо (3 балла); «часто хорошо» (4 балла); «всегда хорошо» (5 балла).

Респонденты также оценивают доступность родителей и лиц, их замещающих, для взаимодействия с помощью выбора ответов на вопросы «Было ли у них время для общения с респондентом? Всегда ли с ними можно было бы поговорить, когда подростку этого хотелось?» по 5-ти балльной шкале Лайкерта: «совсем нет (1 балл), «иногда» (2 балла); «не всегда» (3 балла); часто (4 балла); «всегда» (5 баллов).

Выясняется способ и частота совместного проведения времени (нужно оценить каждый способ совместного проведения времени): «Как часто Вы со своими родителями (со взрослыми, с которыми Вы живете) делаете следующее?».

Первым в перечне совместного проведения времени стоит совместный ужин («вместе ужинаем»). Совместная вечерняя трапеза имеет большое значение для взаимоотношений детей и родителей. Она связана с получением удовольствия от еды и общения, снятием напряжения после рабочего дня, успокоением, возможностью выразить поддержку друг друга, способствует здоровому сну.

Вторым - общение, обсуждение проблемы (Вместе обсуждаем проблемы, общаемся), что крайне важно для взаимопонимания подростков с родителями и смягчения психологических и физических проблем пубертатного возраста.

Третьим – совместное проведение свободного времени, что способствует сближению детей и родителей на почве интересных творческих или других занятий.

Выясняется также частота совместного семейного отдыха, проведенного вне обычно ареала семьи («вместе ездим отдыхать на каникулах»), что может способствовать открытию новых возможностей друг друга, скорректировать отношения, сделать их более доверительными. Завершает перечень способов совместного проведения времени совместная работа по дому. По нашему опыту,



эту позицию необходимо уточнять для респондентов. Подростки понимают ее как совместное выполнение домашнего задания.

Частота совместного проведения времени оценивается по 5-ти балльной шкале: «никогда»; «редко»; «бывает по-разному»; «часто»; «всегда».

В структуре субдомена выясняется, с кем живет информант: с биологическими родителями (с кем именно из родителей), замещающими родителями (форма семейной опеки – приемные родители, опекуны/попечители), прародителями (с кем именно из прародителей); сиблингами; детьми детского дома.

Этот вопрос является фильтрующим для выделения уязвимых категорий детей на основании статуса ребенок-сирота и ребенок, оставшийся без попечения родителей, его проживания в условиях семейного жизнеустройства или детском доме; на основании типа семьи (материнская семья, отцовская семья), сформировать соответствующие группы, оценить у них уровень СБ и различных его субдоменов.

Субдомен 7. Удовлетворенность отношениями с внешними участниками поддерживающей сети

К участникам внешней поддерживающей сети относятся сверстниками, учителями, соучениками. У старших подростков отношения с учителями носят амбивалентный характер, как и отношения с родителями в этом возрасте, который обусловлен направленностью задач развития на личностную сепарацию. С одной стороны, они зависимы от оценок и мнения учителя, нередко испытывают страх и тревогу в отношениях с ним, с другой, становятся все более критически настроенными.

Уровень толерантности в системе отношений учитель – ученик нестабилен и зависит от множества различных внутренних и внешних условий. Учитель тоже не всегда в состоянии проявлять терпение и мудрость, быть гибким в отношениях, приходиться к компромиссу.

Все это затрудняет отношения и снижает удовлетворенность подростка своей жизнью. Если удастся «ладить» с учителем, то уровень СБ у обучающихся значительно повышается. Поэтому в рамках субдомена выявляется эмоциональная оценка отношений респондента с учителями (Нравится ли вам как Вы ладите со своими учителями?).

В рамках субдомена выявляется **эмоциональная оценка своих взаимоотношений с соучениками** (Нравится ли Вам как к вам относятся ребята, с которыми вы вместе учитесь?)

Для оценки используется методика «Лица», которая помогает оценить удовлетворенность по 5-ти балльной шкале: очень не нравится (1 балл); не нравится (2 балла); не знаю (3 балла); нравится (4 балла); очень нравится (5 баллов).



Особое значение для детей старшего подросткового и юношеского возраста имеют отношения дружбы, под которыми понимается особая форма межличностных взаимодействий, характеризующаяся индивидуально-выборочными отношениями, взаимной привязанностью участников общения, высоким уровнем удовлетворенности межличностными контактами, взаимными ожиданиями положительных чувств. В дружеских отношениях особое значение приобретает уверенность в порядочности другого человека. В рамках субдомена выявляется удовлетворенность отношениями с друзьями с помощью вопроса об уверенности в возможности доверять друг другу в отношениях (Могли бы Вы положиться на своих друзей? Как Вы считаете, Ваши друзья могли бы положиться на Вас?). Оценка отражает временной континуум ситуаций доверия: «редко» (1 балл); «редко» (2 балла); «время от времени» (3 балла); часто (4 балла); «всегда» (5 баллов).

Субдомен 8. Удовлетворенность «нормализацией жизни»

Для человека свойственно сравнивать свою жизнь с жизнью других. Это позволяет ему понять, насколько его жизнь соответствует общепринятой в его социуме норме, насколько то, чем он обладает (материальные и нематериальные ресурсы) не хуже, чем у других.

Для подростков оценивать человека исключительно по наличию каких-то вещей это – норма. В их сленге существует не только категория вещей *must have* (англ. «должен иметь»), но и категория *to die for* (англ. «умереть за»). Тинэйджер может совершить суицид из-за невозможности владеть какой-то вещью, будь то брендовая одежда или смартфон последней модели. Эти вещи нужны подростку чтобы быть принятым в этой социальной группе. Если взрослый человек всегда стремится подчеркнуть свою индивидуальность, то для подростка счастье – ничем не выделяться, чтобы не стать изгоем.

Удовлетворенность «нормализацией жизни» включает разные параметры. Первый параметр – оценка удовлетворенности своей жизнью по сравнению с другими (Я живу не хуже, чем мои сверстники). В сравнении оцениваются такие базовые жизненные ценности старших подростков, как «здоровье» («Мое здоровье не хуже, чем у моих сверстников»); качество еды («Моя еда не хуже, чем у моих сверстников»), внешний вид («Я одет не хуже других).

Сравнивается и наличие престижных в подростковой среде вещей – гаджетов (согласны ли Вы, что ваш мобильный телефон не хуже, чем у Ваших друзей?) и интернета (Если у Вас есть доступ к интернету, то можно сказать, что он не хуже, чем у Ваших друзей?).

«Нормализация жизни» включает и удовлетворенность индивидуальным вниманием (В мой день рождения меня каждый год поздравляют и дарят подарки»; «Когда я болею, мне всегда оказывается необходимая медицинская помощь»).

Оценка параметров субдомена выстраивается по шкале Лайкерта: абсолютно не согласен (1 балл); Не согласен (2 балла); «Скорее согласен, чем не согласен» (3 балла); «Согласен» (4 балла); «Абсолютно согласен» (5 баллов).



Значительное место в оценке нормализации жизни занимают показатели, которые психологи обычно относят к «суверенности психологического пространства, которые включают «наиболее значимые характеристики прочности границ, переживаемые человеком как суверенность собственного Я, которая дает чувство уверенности, доверия к миру, безопасности, позволяет человеку ощущать свою жизнь как аутентичную».

В рамках субдомена суверенность пространства оценивается с помощью утверждений, которые свидетельствуют о возможности выделения границ личного пространства в своем доме, а также о суверенности личных вещей («У меня есть место в доме, где я храню свои вещи и не боюсь, что их кто-то возьмет»; «У меня есть полка в шкафу или целый шкаф, где лежат только мои вещи»; «Я знаю, где в доме лежат мои вещи и могу взять их, когда они мне нужны»; «У меня есть свой собственный письменный стол, за которым я делаю уроки»; «У меня дома есть компьютер и другие гаджеты, которые принадлежат только мне»); о наличии индивидуального психологического пространства у респондента и («Я могу побыть один/одна, когда мне это нужно»; «У меня есть место, где хранятся мои фотографии, фотографии моих близких и друзей»).

Оценка параметров субдомена выстраивается по шкале Лайкерта: абсолютно не согласен (1 балл); Не согласен (2 балла); «Скорее согласен, чем не согласен» (3 балла); «Согласен» (4 балла); «Абсолютно согласен» (5 баллов).

Субдомен 9. «Удовлетворенность материальным положением»

Субдомен имеет сложную структуру. В него включены вопросы, направленные на оценку удовлетворенности информантов своим субъективным финансовым благополучием; вопросы, раскрывающие некоторые особенности их финансовой социализации, позволяющие уточнить причины данных оценок; а также вопросы, связанные с финансовым благополучием, уточняющие структура питания информантов дома, а также оценки удовлетворенности школьным питанием.

Социальная ситуация развития в подростковом возрасте характеризуется преимущественной финансовой зависимостью от родителей на фоне появления потребности иметь собственные деньги, найти самостоятельные источники дохода и самостоятельно распоряжаться ими, что в современной культуре ассоциируется с достижением взрослости.

Субъективное финансовое благополучие определяется результатами социального сравнения фактического финансового положения с финансовыми притязаниями, потребностями и восприятием собственного положения, континуум которого начинается от финансового стресса и заканчивается полной удовлетворенностью своим финансовым положением. а также самой финансовой ситуацией, которая оценивается в сравнении с референтной группой.

Удовлетворенность финансовым благополучием определяет отношение подростков к проблемам социального неравенства, своему положению в референтной группе, выбор вида экономической деятельности в будущем.

Оценка степени удовлетворенности информантов своим финансовым благополучием охватывают континуум от тяжелого стресса, связанного с



нехваткой денег на его нужды, до полной удовлетворенности своим финансовым положением (Говоря о прошлой неделе... Вам хватило денег на Ваши необходимые расходы?). Оценки от совсем нет (1 балл) до «всегда хватало» (5 баллов). Далее выясняется насколько в его представлениях его финансовые возможности соответствуют принятой норме в референтной группе (Говоря о прошлой неделе... У Вас было достаточно денег, чтобы заниматься тем же, что и Ваши друзья?). Континуум оценки начинается с переживания собственной бедности и социального неравенства (совсем нет – 1 балл) и заканчивается гордостью за свое благополучие и соответствие требованиям референтной группы (всегда достаточно – 5 баллов).

Выясняется, как подростки относятся к возможностям семьи реализовывать их финансовые права (Вы переживаете, что Вашей семье не хватает денег на то, что необходимо и нужно Вам?). Континуум оценки начинается с переживаний финансовой несостоятельности семьи («всегда» - 1 балл), чьи финансовые возможности не позволяют чувствовать себя благополучным и равным другим, до отсутствия негативных переживаний («никогда» - 5 баллов).

Для выявления особенностей финансовой социализации информантов, соотношения финансовой осознанности (conscientiousness) и собственных финансовых прав (entitlement) подросткам предлагают оценить собственные материальные возможности, источниками которых являются как самостоятельно заработанные деньги, так и карманные деньги от родителей, с помощью выбора наиболее подходящего ответа.

Выбор включает следующие утверждения: «У меня вообще нет своих денег»; «Мне хватает своих денег на вкусняшки»; «Могу позволить не только купить вкусняшку, но и откладывать свои деньги на более крупную покупку»; «Могу хоть сейчас купить на свои деньги дорогостоящую вещь». Выбор информанта свидетельствует о степени его финансовой осознанности и наличии условий для финансовой сепарации, которая обусловлена возможностью зарабатывать самому и откладывать деньги на удовлетворение своих потребностей. Для несовершеннолетних доступным источником самостоятельного заработка является интернет. Выясняется получают ли они доход от своей деятельности в интернете. Наличие самостоятельных доходов в интернете в подростковом возрасте способствует выбору в будущем предпринимательской деятельности как основного вида экономической деятельности.

В рамках данного субдомена выявляется и оценка материального уровня жизни семьи (Хватает ли Вашей семье имеющихся доходов?). Выявляется доля информантов, сделавшие следующие выборы (Иногда нам не хватает даже на еду; Нам хватает на повседневные расходы (еда, транспорт), но с покупкой одежды уже сложно; Без проблем обеспечиваем повседневные расходы и покупаем одежду, но на бытовую технику надо будет копить; Повседневные расходы, одежда и бытовая техника – не проблема, но крупные покупки (машина, квартира) не можем совершить без накоплений; Хоть сейчас можем купить себе новую квартиру или машину).

В рамках субдомена выясняется домашняя структура питания информантов и частота употребления свежих овощей, свежих фруктов, молочных и кисломолочных продуктов, мяса, рыбы, сладостей (конфеты, пирожные и т.п.),



хлебобулочных изделий. Данные показатели позволяют, прежде всего, выявить сбалансированность и рациональность иерархии продуктовых наборов, наличие дефицитов в питании подростков. Структура питания связана и с материальными возможностями семьи (вопрос в обеспечении детей полноценным питанием и связаны с оценкой материального положения семьи в самом блоке (Хватает ли Вашей семье имеющихся доходов?), а также с глобальной оценкой своего здоровья в Субдомене ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ И САМОЧУВСТВИЕ, т.к. структура питания имеет непосредственное отношение к оценке субъективного здоровья.

В Субдомене также представлены вопросы о школьном питании. Вопросы позволяют выявить степень регулярности приема пищи в школе обучающимися («никогда», «редко», «часто», «постоянно»; «еду беру из дома») и на этом основании выделить группу регулярно и нерегулярно питающихся детей, уровень и специфику их СБ. В рамках эмпирических исследований доказано, что отсутствие регулярного питания в школе может служить фактором риска развития хронических заболеваний у обучающихся.

Также выявляется степень удовлетворенности школьной едой (Вопрос: Нравится ли вам еда, которой вас кормят в школе?). Информантам предлагается выбрать верный для них вариант: «Мне не нравится еда, которой кормят в школе»; «Мне нравятся только некоторые блюда»; «Мне все нравится». Вопрос позволяет отслеживать качество школьного питания.

Выясняется предоставляется ли в школе бесплатная еда отдельным категориям обучающихся, что позволяет отслеживать исполнение Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (Статья 37. Организация питания обучающихся).

Субдомен 10. Удовлетворенность своими социальными контекстами

Под социальными контекстами информантов имеется в виду образовательная организация и спортивная секция.

Выявляется степень удовлетворенности подростка школьной (студенческой) жизнью (Вспоминая прошедшую неделю... Вы были довольны школьной (студенческой) жизнью). Мир образовательной организации является для подростков и молодых людей важнейшим социальным контекстом, где они проводят большую часть своей жизни. Удовлетворенность школьной (студенческой) жизнью связана с переживанием положительных или отрицательных эмоций к особому миру образовательной организации с ее взаимоотношениями с учителями и соучениками, ценностями, правилами, статусами, безопасностью, собственными переживаниями принятости в этом мире и т.д. Континуум оценки начинается от фиксации переживаний тяжелого стресса все не устраивает, полное неприятие школьной жизни («совсем нет» - 1 бал) до полной удовлетворенности всей системой школьной жизни «очень доволен» (5 баллов).

Удовлетворенность образовательной организацией, спортивной секцией, оценивалась с помощью методики Эндрюса и Уити «Лица» по 5-ти балльной шкале Лайкерта (очень не нравится; не нравится; не знаю; нравится; очень нравится).



Субдомен 11. Удовлетворенность своим хронотопом

Временная перспектива личности — система представлений о себе и осознания себя в прошлом, настоящем и будущем, где каждая категория имеет определенную эмоциональную оценку.

В рамках субдомена выявляются эмоциональный и когнитивные компоненты оценки подростка этапов субъективного времени, степень удовлетворенности своим прошлым, настоящим и будущими перспективами.

Информантам предлагают оценить удовлетворенность своим субъективным временем с помощью следующих вопросов: Вы довольны своим прошлым? Вы довольны своей настоящей жизнью? Вы довольны своими перспективами на будущее?

Оценка по 5-ти балльной шкале Лайкерта включает в себя следующие параметры: «очень недоволен» - 1 балл; «не доволен» - 2 балла; «не знаю» - 3 балла; «доволен» - 4 балла; «очень доволен» - 5 баллов.

Поскольку временная перспектива у подростков обращена в будущее, то выявляются особенности внутренних переживаний респондента в отношении данного этапа жизни. Спектр этих переживаний включает такие эмоции, как безразличие, беспокойство, тревога, безысходность, надежда, уверенность и игнорирование. Респондентам предлагают сделать выбор из этих эмоций (Какие чувства Вы чаще всего испытываете, думая о своем ближайшем будущем?). Высчитывается доля информантов, которые сделали выбор по каждой эмоции.

Соотношение степени удовлетворенности временными этапами позволяет сделать следующие выводы:

- подростки, неудовлетворенные прошлым (чаще всего дети-сироты), затрудняются контролировать обстоятельства своей жизни, считают, что все происходящее в их жизни — результат воздействия внешних факторов, а не их собственных усилий. Они считают, что жизнь принесла им больше разочарований, чем большинству других, и могла бы быть счастливее, чем есть. При оценке своих переживаний в отношении будущего они чаще выбирают характеристики близкие к депрессивным, например, беспокойство, тревога, возможно и безысходность;
- при снижении удовлетворенности своим прошлым и настоящим переживания информантов нередко связаны с надеждой на будущее, которое видят более счастливым, наполненным приятными событиями;
- для тех подростков, которые относятся к прошлому времени более позитивно, чем к настоящему и будущему, чаще свойственны переживания беспокойства и тревоги. Они тревожатся, что не смогут в полной мере влиять на свое будущее, нести ответственность за события своей жизни;
- подростки, которые негативно относятся к различным временным этапам своей жизни, чаще склонны чувствовать безразличие и безысходность в отношении своего будущего;
- сочетание состояния надежды с безысходностью приводит к столкновению позитивных и негативных представлений о своей жизни в



будущем, уверенности-неуверенности в достижении желаемых целей, в непосредственном контроле обстоятельств жизни, в планировании своей жизни на отдаленную перспективу.

- Безразличие часто сочетается с общим снижением оптимизма.

Представления о будущих перспективах занимают в структуре самосознания старших подростков одну из ведущих позиций.

В рамках субдомена информантов просят оценить свои перспективы в различных областях жизни: хорошее образование, крепкая семья, благополучные дети, любимая работа, успехи, достижения в профессиональной деятельности; материальный достаток, обеспечивающий нормальные условия жизни, уважение, авторитет в ближайшем окружении, интересный круг общения, верные друзья, полноценный отдых, развлечения, путешествия. Оценка по 5-ти балльной шкале Лайкерта включает в себя следующие параметры: «очень низкие» (1 балл), «низкие» (2 балла), «трудно сказать» (3 балла), «высокие» (4 балла); «очень высокие» (5 баллов). Чем выше оценка перспектив «материального достатка»; «успехов, достижений в профессиональной деятельности»; межличностных отношениях, (уважение, авторитет в ближайшем окружении), тем выше у информантов уровень субъективного благополучия.

Субдомен 12. Доверие к себе и другим

В рамках субдомена выявляется наличие и степень доверия у подростков к взрослым, с которыми живут, друзьям и себе. Доверие крайне важно для формирования эффективных благоприятных отношений к себе и миру. Подростковый возраст является сензитивным периодом для становления доверительных отношений, т.к. в это время происходит перестройка социальных связей и отношений.

Уверенность подростка в возможности доверять участникам своей сети и самому себе имеет прогностическое значение для его субъективного благополучия. Для детей-сирот это имеет особое значение, т.к. в силу психотравматических переживаний, связанной с ранней материнской депривацией, последствиями институционального воспитания, уровень доверительных отношений снижен. В подростковом возрасте под влиянием позитивных отношений с замещающими родителями, наставниками, учителями способность к доверительным отношениям у них может восстановиться.

В рамках субдомена подростка просят оценить доверяют ли они взрослым, с которыми живут, и с какой частотой это происходит. Ответ оценивается по 5-ти балльной системе: «никогда» (1 балл); редко (2 балла); трудно сказать (3 балла); «часто» (4 балла); «всегда» (5 баллов).

Также информанты оценивают, как часто они могут положиться на своих друзей «никогда» (1 балл); редко (2 балла); время от времени (3 балла); «часто» (4 балла); «всегда» (5 баллов) и свои представления о том, как часто друзья могут положиться на них редко (2 балла); трудно сказать (3 балла); «часто» (4 балла); «всегда» (5 баллов).



Субдомен 13. «Пережитые стрессы за последние 2 года»

В рамках субдомена выявляются стрессовые ситуации, которые респондент пережил за последние 2 года, а также его субъективные оценки влияния данных ситуаций на его состояние. Перечень стрессовых ситуаций, который приводят Т. Холмс и Р. Рэй в методике «Определения стрессоустойчивости и адаптации», адаптирован под современную ситуацию и особенности выборки. В перечень вошли стрессы, связанные с изменениями жизни информанта и его семьи в связи с СВО (Мобилизация одного из родителей или близких родственников для участия в специальной военной операции; Проживание на территории, где проводилась или проводится СВО; Смена места жительства в связи с СВО), а также ситуации, которые переживают дети, оставшиеся без попечения родителей (Известие о том, что ты – приемный (усыновленный) ребенок; Изъятие из семьи, переход в детский дом (школу-интернат); Перевод в другой детский дом, другую приемную семью); дети с девиантным поведением (Перевод в закрытую школу для трудных подростков).

Выделено 8 типов стрессовых событий:

1. Стрессы, обусловленные болезнью собственной и членов семьи (Госпитализация одного из родителей (серьезная болезнь); Собственная серьезная болезнь или перелом конечностей).
2. Стресс сиротства (травматические события из жизни подростков, связанные с горем и утратой близких, последующей психической депривацией: известие о том, что ты – приемный ребенок; изъятие из семьи, переход в детский дом (школу-интернат).
3. Стресс переходов (стрессы связаны с переходами, например, в другой детский дом, другую школу, СПО, ВУЗ, переезд на другое место жительства, другой район, регион, семью родственников, перевод в закрытую школу для трудных подростков, в другой детский дом, другую приемную семью). Стресс перехода переживается личностью как ненормативный кризис.
4. Стресс отношений (Развод родителей; Разрыв с другом/подругой; Увеличение ссор между родителями; Появление отчима или мачехи; Рождение брата или сестры; Отъезд отца из-за смены работы; Неучастие в том, в чем хочется участвовать).
5. Стресс, связанный с СВО (Мобилизация одного из родителей или близких родственников; Ранение близкого родственника в условиях специальной военной операции; Проживание на территории, где проводилась или проводится СВО; Смена места жительства в связи с СВО).
6. Стресс утраты (Смерть бабушки/дедушки; Смерть близкого друга; Смерть одного из родителей).
7. Стресс, обусловленный проблемами с законом (Проблемы с законом; Тюремное заключение одного из родителей).
8. Материальный стресс (Потеря работы родителями, Ухудшение финансового положения родителей).

Выделенные стрессовые события оцениваются информантом по степени их влияния на его состояние. При этом континуум оценки начинается с отрицания влияния стресса до переживания события как кризисного: «совершенно не



повлияло» (1 балл); не повлияло (2 балла); «трудно сказать» (3 балла); «повлияло» (4 балла); «очень сильно повлияло» (5 баллов).

Распределение вопросов по субдоменам (шкалам) СБ приведено в таблице

Социально-демографические характеристики информантов

К социально-демографическим характеристикам информантов относятся: пол, возраст, уровень и условия образования, место обучения, тип семьи (полная-неполная, семья с одним отцом, семья с одной матерью, одинокорная-многодетная, замещающая, биологическая), социальный статус (воспитанник детского дома, приемный ребенок, мигрант, школьник, студент, ребенок с ОВЗ, ребенок-инвалид), материальное положение, география проживания, характеристика территории проживания, жилищные условия (проживают в одной комнате с родителями, проживают в одной комнате с сиблингами, имеют свою комнату), структура питания. В опроснике также представлены и другие вопросы, уточняющие социально-демографические характеристики: тип образовательной программы, организации, контингента обучающихся (инклюзивная, общеобразовательная, гимназия/лицей, малокомплектная сельская школа, коррекционная школа, школа-интернат, школа-интернат, где учатся дети коренных народов Севера, кочевая школа, закрытая школа для трудных подростков, домашнее обучение, колледж / техникум, ВУЗ), место, где обучающиеся занимаются спортом.

Социально-демографические вопросы позволяют выделить особенности субъективного благополучия, характерные для различных групп информантов, классифицируемых на разных основаниях: пол, возраст; территория проживания; тип семьи; условия проживания; уровень и тип образовательной программы, учреждения образования; количества лет, проживания в России, наличия ОВЗ, инвалидности; язык, на котором преподают в школе, уровень его знания; регулярность питания в школе также они используются в качестве фильтров для идентификации социально уязвимых категорий обучающихся.

Все вопросы относятся к закрытому типу, которые позволяют информанту выбрать подходящие варианты ответов из нескольких предложенных.

Вопросы, направленные на выявление социально-демографических характеристик информантов, представлены в рубрике «РАССКАЖИТЕ НЕМНОГО О СЕБЕ».

Вопросы позволяют выявить:

- возраст, пол, образование,
- наличие ОВЗ (У Вас есть ограниченные возможности здоровья (ОВЗ)?)
- наличие инвалидности (есть ли у вас инвалидность?);
- наличие девиантности у подростка (Стоите ли Вы на внутришкольном учете или на учете в комиссии по делам несовершеннолетних?); учитесь в закрытой школе для трудных подростков);



- отнесенность к группе мигрантов – количество времени проживания в России (Сколько лет Ваша семья проживает в России?);
- географию проживания (регион, город, село);
- специфику территории – зона вечной мерзлоты (Арктической зона), труднодоступная территория (добраться можно на вертолете, или по реке, только на машине, либо по снежнику и пр.), экологически неблагоприятная территория (зона влияния аварии на Чернобыльской АЭС; промышленные, нефтегазопромысловые районы), новые присоединенные к России территории (ДНР, ЛНР, Запорожская и Херсонская области); нормотипичная территория;
- тип семьи – биологическая/замещающая; полная, неполная; малодетная (до 3-х детей), многодетная (более 3-х детей); отсутствие семьи (детский дом);
- наличие идентификации с конкретной национальностью (Знаете ли Вы свою национальность? Если да, то к какой национальности Вы себя относите?), степень толерантности к представителям другой национальности (Среди ваших друзей есть представители других национальностей? Для вас имеет значение кто твой друг по национальности?);
- наличие идентификации с определенным вероисповедованием и возможности выполнять религиозные обряды и соблюдать религиозные традиции (К какой религии Вы относите себя? У вас есть возможность выполнять религиозные обряды, требования к одежде и прочее в образовательной организации?).

При включении соответствующих фильтров в базе данных можно получить любые перекрестные ссылки для выбранных категорий подростков как на уровне целевой группы, так и на индивидуальном уровне.



Таблица 2. Содержание субдоменов Субъективного благополучия подростков

№ субдомена	Субдомены Субъективного благополучия (СБ) ↓	Результаты усреднения баллов по каждому субдомену ↓	Вопросы, входящие в субдомен. Каждый вопрос оценивается по пятибалльной шкале (шкала Лайкерта от 1 до 5). Возрастание баллов начинается от оценки, обусловленной «негативным аффектом» (1 балл), по восходящей до оценки, обусловленной «позитивным аффектом» (5 баллов). По каждому субдомену вычисляется среднее значение. (для примера приведены данные по представленной базе)																
1	Удовлетворённость достижениями	3,71	В изучении учебных предметов	В изучении русского языка	В изучении математики	В изучении иностранных языков	В занятиях физкультурой и спортом	В том, что Вы делаете своими руками	В тех интересных делах, которыми Вы занимаетесь в свободное от школы время										
2	Удовлетворённость собой	3,80	Блок II. Какой я?	Методика Розенберга, ответы по шкалам которой переведены в 5-ти бальную систему															
3	Удовлетворённость здоровьем и самочувствием	4,29	Как Вы можете охарактеризовать свое здоровье:	Вспоминая прошедшую неделю... Вы вели активный образ жизни? (например, занимались бегом, бегали на лыжах, занимались гимнастикой, играли в футбол (хоккей), катались на велосипеде и др.)	Вы чувствовали себя полным энергии:	Вы чувствовали себя голодным:	Вам было грустно:	Вам было настолько грустно (тоскливо), что не хотелось ничего делать											
4	Удовлетворённость безопасностью	4,73	На меня сильно кричали	Меня обзывали и дразнили	Никто не хотел со мной разговаривать, проводить свободное время	У меня украли вещи	Мне нанесли физический вред (ударили, очень сильно толкнули)	Были случаи, когда на меня совершали нападки в соцсетях, троллили в чатах или онлайн – играх	Были случаи, когда специально создавалась онлайн группа, веб-страница, интернет-видео, где высмеивали меня, мои увлечения, поступки	Были случаи, когда мои письма, фотографии, видео, в том числе сексуального характера, пересылали без моего ведома									
5	Удовлетворённость учётом мнения	5,00	Одежды, которую Вам покупают	Организации и Вашего свободного времени	Каникулярного отдыха	Госпитализации, если Вы болеете	Встреч с друзьями	Выбора кружков и секций	Выбора профессии и образовательного учреждения, в котором можно получить профессию										
6	Удовлетворённость внутренней сетью	4,91	У родителей (опекунов, воспитателей) было время для Вас	Родители (опекуны, воспитатели) с Вами хорошо общались	А Вы всегда могли поговорить со своими родителями (опекунами, воспитателями), когда Вам этого хотелось	Как часто Вы со своими родителями (со взрослыми, с которыми Вы живете) делаете следующее:					Доверяете ли Вы взрослым, с которыми живете	Нравится ли Вам отношение родителей и других взрослых членов семьи	Нравится ли Вам отношение братьев, сестер, детей, с которыми вы живете						
						Вместе ужинаем	Вместе обсуждаем проблемы, общаемся	Вместе проводим свободное время	Вместе ездим отдыхать на каникулах	Вместе делаем работу по дому									



7	Удовлетворённость внешней сетью	5,00	Могли бы Вы положиться на своих друзей	Как Вы считаете, Ваши друзья могли бы положиться на Вас?	Нравится ли вам как Вы ладите со своими учителями	Нравится ли Вам как к вам относятся ребята, с которыми вы вместе учитесь												
8	Удовлетворённость нормализацией жизни	4,94	Я живу не хуже, чем мои сверстники	Мое здоровье не хуже, чем у моих сверстников	Моя еда не хуже, чем у моих сверстников	Я одет (а) не хуже других	У меня есть место в доме, где я храню свои вещи и не боюсь, что их кто-то возьмет	У меня есть полка в шкафу или целый шкаф, где лежат только мои	Я знаю, где в доме лежат мои вещи и могу взять их, когда они мне нужны	Я могу побыть один/одна, когда мне это нужно	Я обычно знаю, что я буду завтра делать	У меня есть место, где хранятся мои фотографии, фотографии моих близких и друзей	В мой день рождения меня каждый год поздравляют и дарят подарки	Когда я болею, мне всегда оказывается необходимая медицинская помощь	У меня есть свой собственный письменный стол, за которым я делаю уроки	У меня дома есть компьютер и другие гаджеты, которые принадлежат только мне	Согласны ли Вы, что ваш мобильный телефон не хуже, чем у Ваших друзей?	Если у Вас есть доступ к интернету, то можно сказать, что он не хуже, чем у Ваших друзей?
9	Удовлетворённость материальным положением	5,00	Говоря о прошлой неделе... У Вас было достаточно денег, чтобы заниматься тем же, что и Ваши друзья?	Говоря о прошлой неделе... Вам хватило денег на Ваши необходимые расходы?	Нравится ли Вам еда, которой кормят в школе?	Вы переживаете, что Вашей семье не хватает денег на то, что необходимо и нужно Вам?												
10	Удовлетворённость социальными контекстами	4,92	Вспоминая прошедшую неделю ...Вы были довольны школьной (студенческой) жизнью	Нравится ли вам в спортивной секции, в которой Вы занимаетесь спортом	Нравится ли вам в образовательной организации, в которой Вы учитесь													
11	Удовлетворённость хронотопом	4,75	Вы довольны своим прошлым	Вы довольны своей жизнью	Какие чувства Вы чаще всего испытываете, думая о своем ближайшем будущем?	Как Вы оцениваете свои перспективы по следующим направлениям						Довольны ли Вы своими перспективами на будущее?						
						Хорошее образование	Крепкая семья, благополучные дети	Любимая работа	Успехи, достижения в профессиональной деятельности	Материальный достаток, обеспечивающий нормальные условия жизни	Уважение, авторитет в ближайшем окружении	Интересный круг общения, верные друзья	Полноценный отдых, развлечения, путешествия					
12	Наличие Доверие	5,00	Доверяете ли Вы взрослым, с которыми живете	Могли бы Вы положиться на своих друзей	Как Вы считаете, Ваши друзья могли бы положиться на Вас?													