

5 Bal' A. *Vnutrennyaya kartina bolezni u lyudej s psihosomaticeskimi narusheniyami* // *Psihologiya kognitivnyh processov*. – 2020. – №. 9. – S. 62-71.

6 Tarasova A. A. *Vliyanie tipa otnosheniya k bolezni na sub"ektivnoe blagopoluchie u studentov* // *Redakcionnaya kollegiya*. – 2011. – S. 354.

7 Garanyan N. G., Holmogorova A. B. *Koncepciya aleksitimii* // *Social'no-psihiatricheskij zhurnal*. – 2003 // T. – T. 13. – S. 128-145.

8 Hvatova M. V., Yur'eva T. V. *Sostoyanie kognitivno-emocional'noj sfery kak faktor psihosomaticeskogo zdorov'ya studentov* // *Valeologiya*. – 2003. – №. 2. – S. 39-43.

9 Alexander, F. *Psychosomatische medizin* // F. Alexander. - Berlin; New York: de Gruyter. –1950. - 267 p.

10 Xie Y. et al. *The association among negative life events, alexithymia, and depressive symptoms in a psychosomatic outpatient sample* // *BMC psychiatry*. – 2024. – T. 24. – №. 1. – S. 451. –DOI: 10.1186/s12888-024-05902-0.

IRSTI 14.25.01

10.51889/2959-5967.2025.82.1.003

Книсарина М.М.<sup>1</sup>,  Сыздыкбаева А. Д.<sup>2</sup>

 Саржанова Г.Б.<sup>3\*</sup> 

<sup>1</sup>Западно-Казахстанский медицинский университет им. Марата Оспанова, Актобе, Казахстан

<sup>2</sup>Казахский национальный женский педагогический университет, Алматы, Казахстан

<sup>3</sup>Карагандинский университет имени Е.А. Букетова, Караганда, Казахстан

## ЭФФЕКТИВНАЯ ПОЛИТИКА И МЕРЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ УЧАЩИХСЯ: АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР

### Аннотация

Актуальность исследования обусловлена необходимостью совершенствования образовательной политики в области обеспечения личностного развития и психологического благополучия учащихся в условиях современных вызовов и трансформации образовательных систем. Цель исследования – проведение комплексного анализа эффективных стратегий и подходов, применяемых в различных странах для формирования благоприятной образовательной среды, способствующей личностному развитию и психологическому благополучию обучающихся. Методы исследования включают системный анализ международных стандартов и рекомендаций, сравнительный анализ национальных образовательных практик, контент-анализ данных Европейского портала информации здравоохранения ВОЗ (19 баз данных и отчетов), методы статистической обработки данных. Результаты: идентифицированы ключевые тенденции в обеспечении личностного роста и психологического благополучия учащихся; выявлены наиболее эффективные программы социально-эмоционального обучения (SEL) и инклюзивного образования; определены факторы успешной реализации психологической поддержки в образовательных учреждениях. Практическая значимость заключается в разработке научно обоснованных рекомендаций по совершенствованию образовательной политики и определении перспективных направлений развития систем психологической поддержки учащихся. Результаты исследования могут быть использованы при разработке образовательных программ и стратегий психолого-педагогического сопровождения обучающихся в школе.

**Ключевые слова:** личностное развитие, психологическое благополучие, позитивное развитие личности, самоактуализация, эффективная политика

Книсарина М.М.<sup>1</sup>, Сыздықбаева А.Д.<sup>2</sup>, Саржанова Г.Б.<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup> Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан медициналық университеті, Ақтөбе, Қазақстан

<sup>2</sup> Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті, Алматы, Қазақстан

<sup>3</sup> Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды университеті, Қарағанды, Қазақстан

## ОҚУШЫЛАРДЫҢ ЖЕКЕ ДАМУЫ МЕН ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУДІҢ ТИІМДІ САЯСАТЫ МЕН ШАРАЛАРЫ: ТАЛДАМАЛЫҚ ШОЛУ

*Аңдатпа*

Зерттеудің өзектілігі қазіргі заманғы сын-қатерлер мен білім беру жүйелерінің трансформациясы жағдайында оқушылардың жеке дамуы мен психологиялық әл-ауқатын қамтамасыз ету саласындағы білім беру саясатын жетілдіру қажеттілігімен негізделген. Зерттеудің мақсаты – оқушылардың жеке дамуы мен психологиялық әл-ауқатына ықпал ететін қолайлы білім беру ортасын қалыптастыру үшін әртүрлі елдерде қолданылатын тиімді стратегиялар мен тәсілдерге жан-жақты талдау жүргізу. Зерттеу әдістері халықаралық стандарттар мен ұсыныстарды жүйелі талдауды, ұлттық білім беру тәжірибелерін салыстырмалы талдауды, ДДҰ Еуропалық денсаулық сақтау ақпараттық порталының деректерін контент-талдауды (19 дерекқор және есептер) және статистикалық деректерді өңдеу әдістерін қамтиды. Нәтижелер: оқушылардың жеке өсуі мен психологиялық әл-ауқатын қамтамасыз етудегі негізгі үрдістер анықталды; әлеуметтік-эмоционалды оқытудың (SEL) және инклюзивті білім берудің тиімді бағдарламалары анықталды; білім беру мекемелерінде психологиялық қолдауды сәтті жүзеге асыру факторлары айқындалды. Практикалық маңыздылығы білім беру саясатын жетілдіру бойынша ғылыми негізделген ұсыныстарды әзірлеуде және оқушыларға психологиялық қолдау жүйелерін дамытудың перспективалық бағыттарын анықтауда жатыр. Зерттеу нәтижелерін білім беру бағдарламалары мен оқушыларды психологиялық-педагогикалық қолдау стратегияларын әзірлеу кезінде пайдалануға болады.

**Кілт сөздер:** жеке даму, психологиялық әл-ауқат, тұлғаның оң дамуы, өзін-өзі тану, тиімді саясат, психологиялық әл-ауқат.

Knissarina M.M.<sup>1</sup>, Syzdykbayeva A.D.<sup>2</sup>, Sarzhanova G.B.<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>Marat Ospanov West Kazakhstan Medical University, Aktobe, Kazakhstan

<sup>2</sup>Kazakh National Women's Teacher Training University, Almaty, Kazakhstan

<sup>3</sup>Karaganda Buketov University, Karaganda, Kazakhstan

## EFFECTIVE POLICY AND MEASURES FOR ENSURING PERSONAL DEVELOPMENT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS: AN ANALYTICAL REVIEW

*Abstract*

The relevance of the research is determined by the need to improve educational policy in the field of ensuring personal development and psychological well-being of students in the context of modern challenges and transformation of educational systems. The aim of the research is to conduct a comprehensive analysis of effective strategies and approaches used in various countries to create a favorable educational environment that promotes personal development and psychological well-being of students. Research methods include systematic analysis of international standards and recommendations, comparative analysis of national educational practices, content analysis of data from the WHO European Health Information Portal (19 databases and reports), and statistical data processing methods.

Results: key trends in ensuring personal growth and psychological well-being of students have been identified; the most effective programs of social-emotional learning (SEL) and inclusive education have been revealed; factors for successful implementation of psychological support in educational institutions have been determined. The practical significance lies in the development of scientifically based recommendations for improving educational policy and identifying promising directions for the development of psychological support systems for students. The research results can be used in developing educational programs and strategies for psychological and pedagogical support of students.

**Keywords:** personal development, psychological well-being, positive personality development, self-actualization, effective policies, psychological well-being.

## ВВЕДЕНИЕ

Личностное развитие и психологическое благополучие обучающихся являются ключевыми факторами успешного образования и социального прогресса. Современные исследования в области педагогики, психологии и социальных наук указывают на то, что образовательная среда должна быть ориентирована не только на академические достижения, но и на создание условий для развития личности, навыков саморегуляции и эмоционального интеллекта. Данный аналитический обзор направлен на выявление научно обоснованных подходов и мер, которые доказали свою эффективность в этой области.

Как известно, обеспечение личностного развития и психологического благополучия обучающихся требует комплексного подхода, основанного на междисциплинарных исследованиях и интеграции образовательных, психологических и социальных стратегий. Эффективные политики и меры в этой области могут не только повысить качество образования, но и способствовать формированию устойчивых и гармоничных личностей, готовых к жизни в современном мире.

Обеспечение личностного развития и психологического благополучия обучающихся становится всё более важной задачей для образовательных систем мира. Учитывая рост психоэмоциональных нагрузок, вызванных глобализацией, цифровизацией и изменениями в социальной среде, многие страны разрабатывают и внедряют комплексные программы поддержки учащихся.

Исследования показывают (OECD, 2020; UNESCO, 2019), что благополучие определяется такими факторами, как доступ к образованию, экономическая стабильность, социальная поддержка и возможности для гражданской активности [1, 2].

Аналитический обзор эффективных политик и мер, направленных на обеспечение личностного развития и психологического благополучия учащихся, представляет собой логически и научно обоснованное исследование. Это обусловлено тем, что одной из ключевых задач трансформации образования является охрана и укрепление здоровья школьников. Важно сформировать у детей ценность здоровья и здорового образа жизни, а также выбрать образовательные технологии, которые позволят избежать перегрузок и сохранить здоровье учащихся. Согласно Стратегии «Казахстан-2050: Новый политический курс состоявшегося государства», здоровье нации рассматривается как основа нашего успешного будущего. Это утверждение подчеркивает, что здоровье является одной из главных общественных и личностных ценностей. Однако в современном обществе состояние здоровья подрастающего поколения не только вызывает беспокойство, но и представляет угрозу для национальной безопасности страны. Существенные изменения, происходящие в социально-политической и экономической жизни нашего общества, предъявляют качественно новые требования к воспитанию современного человека, к повышению уровня безопасности образовательной среды, благополучия личности. Так, молодые люди часто возглавляют социальные преобразования, выступая за такие дела, как гражданские права, защита окружающей среды и равенство [3]. Например, инициативы Греты Тунберг "Пятницы во имя будущего" (Huttunen & Albrecht, 2021) подчеркивают решающую роль молодежи в решении глобальных проблем, таких как изменение климата [4]. Стрем-

ление личности к получению образования на всех уровнях и непрерывному самостоятельному обучению способствует формированию все более квалифицированных и знающих поколений, обладающих способностью критически мыслить и решать сложные проблемы [5]. Очевидно, что школа представляет собой не только социальную среду, но и своеобразное экологическое пространство, если говорить о человеческом здоровье и психологическом благополучии.

## ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Теоретическую основу составляют идеи и положения следующих теорий и концепций:

1. Концепция личностного развития. Основой для построения образовательных политик является гуманистический подход, ориентированный на раскрытие потенциала личности (Маслоу, Роджерс). Личностное развитие включает в себя когнитивные, эмоциональные и социальные аспекты, требующие интеграции в образовательные программы [6-7].

2. Модели психологического благополучия. В своей модели психологического благополучия, предложенной К. Рифф (Ryff, 1995), выделяются шесть ключевых аспектов: а) позитивные отношения – способность устанавливать и поддерживать качественные отношения с окружающими; б) автономия – чувство свободы и независимости в принятии решений; в) контроль над средой – умение эффективно управлять своей жизнью и окружающей обстановкой; г) цель в жизни – осмысленность и удовлетворение от каждого дня; д) личностный рост – стремление к развитию и совершенствованию; е) самопринятие – уважение и принятие себя таким, какой ты есть. Все эти компоненты служат основой для разработки эффективных образовательных стратегий, направленных на достижение психологического благополучия [8].

По словам К. Рифф (Ryff, 2014), быть психологически благополучной личностью означает «быть самоактуализированным, индивидуализированным, полностью функционирующим и оптимально развитым». Это подразумевает процессы постановки и достижения целей, стремление к реализации своего потенциала, глубокую связь с окружающими, умение управлять потребностями и возможностями окружающего мира, а также самоуправление и выработку позитивного самоуважения [9].

3. Теория социального капитала. Коллективные ресурсы, такие как поддержка от сверстников, родителей и учителей, играют важную роль в развитии личности. Образовательные политики должны способствовать укреплению этих связей.

Предлагаем обзор эффективных политик и мер в сфере благополучия современной личности:

1. Психологическая поддержка в образовательных учреждениях. Внедрение школьных психологов и консультантов обеспечивает своевременную помощь обучающимся в решении эмоциональных и социальных проблем. Программы, такие как SEL (Social and Emotional Learning), способствуют формированию эмоционального интеллекта.

2. Программы по формированию устойчивости (резилиентности). Такие программы помогают обучающимся справляться с трудностями, развивают навыки саморегуляции и управления стрессом. Например, методы когнитивно-поведенческой терапии успешно используются в образовательных учреждениях.

3. Инклюзивное образование. Политики, направленные на создание инклюзивной среды, способствуют интеграции всех обучающихся, включая тех, кто имеет особые образовательные потребности, что повышает общее психологическое благополучие.

4. Развитие социально значимых навыков. Введение дисциплин, направленных на развитие коммуникативных навыков, критического мышления и сотрудничества, способствует всестороннему развитию личности.

5. Интеграция технологий для поддержки благополучия. Использование цифровых платформ для мониторинга психологического состояния обучающихся и предоставления образовательных ресурсов способствует улучшению их благополучия.

Научное обоснование проведенных научных исследований в области позитивной психологии, благополучия учащихся, а также других психологических вопросов личностного развития в современных условиях позволяет определить: а) эмпирические исследования,

поскольку программы SEL и психолого-педагогическая поддержка повышают успеваемость и снижают уровень тревожности у обучающихся (Durlak et al., 2011; Clarke et al., 2015); б) нейрopsихологические данные, так как развитие навыков эмоциональной регуляции укрепляет префронтальную кору головного мозга, что связано с повышением уровня самоконтроля и адаптации к стрессу; в) социальные эксперименты, потому что внедрение программ «Школа без буллинга» показало значительное снижение уровня агрессии и повышение сплоченности в школьных коллективах. Поскольку программа ОБРР подкреплена более чем 40 годами исследований, то она и признана наиболее изученной программой по профилактике травли в своем роде. Стоит отметить, что количество подходов, методологий и конкретных практик, направленных на борьбу с травлей в школах, постоянно растет. Однако, пожалуй, самым важным аспектом изучения этого явления остаётся вопрос о том, как эти практики можно внедрить и распространить на другие страны и культуры [10].

Обзор наиболее эффективных подходов и политик, используемых в разных странах мира позволяет представить нам объективную картину процесса обеспечения личностного развития и психологического благополучия современных учащихся.

1. Национальные стратегии в области психического здоровья в школах. В Финляндии показывает целенаправленный акцент на гармоничное развитие личности через минимизацию стресса, создание благоприятной учебной среды и использование программы “Школа благополучия”. Она включает регулярные занятия на развитие эмоционального интеллекта и поддержку психологов в школах. Австралия применяет программу “KidsMatter” (т.е. Be You) направлена на развитие социальной и эмоциональной устойчивости учащихся. В неё включены элементы профилактики психических расстройств и обучение педагогов и родителей эффективным методам поддержки детей.

2. Интеграция навыков социально-эмоционального обучения (SEL) в учебный процесс. В США, например, организация CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) активно продвигает внедрение SEL в школах. Учебные программы включают развитие самосознания, навыков управления эмоциями, принятия решений и эмпатии. В Сингапуре программа “Character and Citizenship Education” (CCE) способствует личностному и социальному развитию учащихся через обучение навыкам общения, управления стрессом и формированию этических ценностей.

3. Профилактика выгорания среди учащихся и педагогов. В Швеции внедрены программы “Mindfulness в образовании”, направленные на снижение уровня стресса через медитацию и упражнения по концентрации внимания. В японских школах используются регулярные “утренние собрания”, где учащиеся обсуждают свои чувства и учатся справляться с эмоциональными вызовами.

4. Программы поддержки социально уязвимых групп. В Канаде инициатива “Pathways to Education” фокусируется на поддержке учащихся из неблагополучных семей через наставничество, финансовую помощь и индивидуальные консультации. В Германии программа “Schulsozialarbeit” (социальная работа в школах) предоставляет доступ к социальным работникам, которые помогают ученикам с академическими и личными проблемами.

5. Использование цифровых технологий. Так в Великобритании онлайн-платформы вроде Kooh предлагают анонимную психологическую помощь подросткам, в Южной Корее в школах внедряются приложения для мониторинга психоэмоционального состояния учеников, что позволяет вовремя выявлять признаки стресса или депрессии.

6. Профессиональная подготовка учителей и родителей. Например, в Нидерландах педагоги проходят обязательные курсы по психологии подросткового возраста, а в Индии программа “Parvarish” обучает родителей методам поддержки психологического благополучия детей, снижая риск возникновения конфликтов в семье.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Методологическая основа исследования базируется на фундаментальных принципах отечественной и зарубежной психологии: принципе единства сознания и деятельности, прин-

ципе развития, принципе детерминизма и психодинамическом принципе. Теоретико-методологическую базу исследования составили концепция психологического благополучия К. Рифф и научные положения о школьной среде как факторе благополучия, разработанные В.Н.Барцевичем, О.А. Елисеевой, К.Т. Bucher, M.L. Manning et al [11].

В исследовании применен комплексный методологический подход, интегрирующий количественные и качественные методы анализа, что обеспечило всестороннее изучение объективных закономерностей и субъективного опыта респондентов в контексте формирования психологического благополучия обучающихся.

Методический инструментарий исследования включает теоретический анализ научной литературы, методы обобщения и качественного контент-анализа. Репрезентативность исследования обеспечена анализом 19 баз данных и отчетов Европейского портала информации здравоохранения ВОЗ, что позволило получить достоверные результаты на основе обширного эмпирического материала.

Исследование проведено в соответствии с разработанным протоколом, отвечающим международным этическим стандартам научной деятельности и принципам академической этики.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ**

Качественный контент-анализ дает нам возможность понять, как реализуются эффективные меры и политики, направленные на обеспечение личностного развития и психологического благополучия учащихся среднего образования во всем мире.

Анализ политик, направленных на улучшение здоровья детей и подростков в Европе, показал, что вопросы, касающиеся здоровья, должны быть неотъемлемой частью национальных докладов, которые регулярно публикуются в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка (КПР ООН) (статья 24) [12].

С середины 1980-х годов государства-члены в Европейском регионе ВОЗ предоставляют основные статистические данные о здоровье в семейство баз данных "Здоровье для всех" (БД-ЗДВ). Эта база данных является одним из старейших источников информации ВОЗ и особенно ценна, поскольку она основана не на оценках, а на конкретных данных, предоставленных странами [13].

Базы данных «Здоровье для всех» представляют собой комплекс показателей, которые служат основой для ключевых систем мониторинга, связанных с определённым регионом. Среди них можно выделить политику «Здоровье-2020» и цели в области устойчивого развития. Эти показатели охватывают широкий спектр аспектов, включая демографические данные, состояние здоровья, факторы, определяющие здоровье и факторы риска, ресурсы здравоохранения, расходы и другие важные элементы.

Базы данных «Здоровье для всех» предоставляют доступ к показателям и метаданным на региональном, национальном и некоторых субнациональном уровнях. Эти данные наглядно представлены в виде интерактивных онлайн-инструментов в Путеводителе по базе данных «Здоровье для всех». Например, мы можем увидеть на рисунке 1, что в Казахстане с 2000 по 2020 год доля детей, достигших возраста, необходимого для начала школьного обучения, но не посещающих школу, составляла 9,6%.

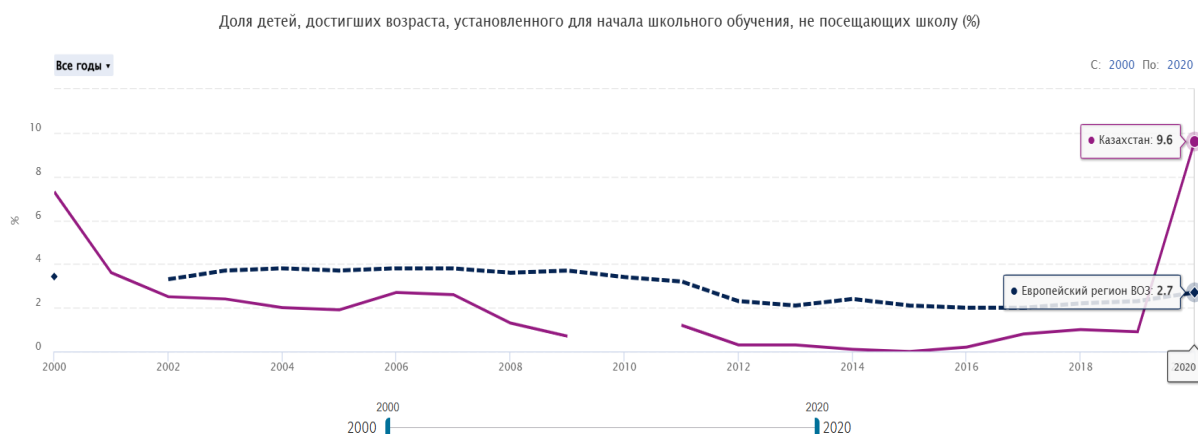


Рисунок 1 – Линейчатая диаграмма о доли детей, достигших возраста, установленного для начала школьного обучения, не посещающих школу

Европейская программа работы (ЕПР) представляет собой систему мониторинга, состоящую из 26 ключевых направлений. Она охватывает ряд задач, которые соответствуют целям устойчивого развития (ЦУР), и показателей конечных результатов, которые являются основой для механизма оценки воздействия ОПР-13 ВОЗ.

В рамках этой системы мониторинга используются конкретные целевые показатели, которые должны быть достигнуты к 2025 году. В рамках Европейской программы работы на 2023 год были собраны актуальные данные на 21 ноября по следующим показателям: потребление антибиотиков; коэффициент смертности от загрязнения воздуха; загрязнение воздуха в городах; дорожно-транспортные происшествия; обеспечение безопасного водоснабжения и другие.

В программе «Здоровье и развитие детей и подростков» (ЕРБ ВОЗ) собраны все данные о состоянии политик в области охраны здоровья детей и подростков в Европе. Государства-члены Европейского региона ВОЗ приняли Европейскую стратегию охраны здоровья детей и подростков на период с 2015 по 2020 годы. Цель этой стратегии — оказать поддержку странам в разработке стратегий и мер политики, направленных на снижение бремени предотвратимых заболеваний, инвалидности и смертности среди детей и подростков. Это позволит детям в полной мере реализовать свой потенциал в плане здоровья и развития. Данные, представленные в этом документе, были собраны Программой охраны здоровья детей и подростков из Отдела неинфекционных заболеваний и укрепления здоровья на всех этапах жизни в Европейском региональном бюро Всемирной организации здравоохранения.

В базе данных ВОЗ о здоровье детей и подростков (CAHD) от 15 октября 2024 года собрана информация о состоянии здоровья и благополучия детей и подростков. Эти данные были собраны из различных источников в рамках совместной работы программных подразделений ВОЗ и сотрудничающих центров и партнеров.

Данная база данных была создана для поддержки реализации Европейской стратегии охраны здоровья детей и подростков, принятой в 2014 году. В ней представлена актуальная информация, которая позволяет отслеживать прогресс в достижении показателей здоровья детей и подростков в 53 государствах-членах Европейского региона ВОЗ.

Европейская рамочная программа ВОЗ по охране психического здоровья (EFAMH) на 2021–2025 годы представляет собой согласованный план действий, направленный на активизацию усилий по внедрению, укреплению и защите психического благополучия как неотъемлемой части мер по борьбе с COVID-19 и восстановлению после него. Программа также направлена на борьбу со стигмой и дискриминацией, связанными с психическими расстройствами, и на пропаганду и поощрение инвестиций в доступные и качественные услуги в области охраны психического здоровья [14].

Касательно нашей страны следует отметить, что в 2022 году страновой офис ВОЗ в Казахстане активно планировал и реализовывал свои действия для обеспечения достижения целей, изложенных в Двухгодичном соглашении о сотрудничестве между Казахстаном и ВОЗ на 2022–2023 годы, Европейской программе работы на 2020–2025 годы – «Совместные действия для улучшения здоровья в Европе» и Тринадцатой общей программе работы ВОЗ на 2019–2023 годы. Страновой офис ВОЗ в Казахстане также поддерживал новые национальные приоритеты посредством регулярных обсуждений с представителями Правительства Казахстана, Министерства здравоохранения Казахстана, агентств ООН и партнерами по ресурсам. В настоящем отчете представлена подробная информация о программных мероприятиях, реализованных страновым офисом ВОЗ в Казахстане с января по декабрь 2022 года [15].

Политики в области благополучия школьников в Казахстане направлены на обеспечение их физического, психологического и социального благополучия. Эффективные подходы могут включать следующие аспекты:

1. Физическое здоровье (здоровое питание, введение программ школьного питания с акцентом на сбалансированное и доступное меню, контроль за качеством пищи и доступ к питьевой воде в школах, спортивные программы и т.п.);

2. Психологическое здоровье (поддержка психического здоровья, введение психологической службы в школах (консультанты, тренинги), обучение педагогов основам психологической поддержки, программы по профилактике буллинга и стрессовых состояний, пропаганда ценности ментального здоровья, внедрение образовательных программ о важности эмоционального здоровья, уроки по развитию навыков эмоционального интеллекта).

3. Социальное благополучие (инклюзивное образование, создание условий для обучения детей с особыми образовательными потребностями, повышение уровня подготовки педагогов в области инклюзии, профилактика социального неравенства и т.п.);

4. Образовательное благополучие (качественное обучение, внедрение современных образовательных технологий и методик, обеспечение равного доступа к ресурсам, включая цифровые, снижение учебной нагрузки и т.п.);

5. Участие родителей и сообщества (вовлечение родителей, организация тренингов и семинаров для родителей по вопросам воспитания и поддержки детей и т.п.);

6. Цифровизация и инновации (внедрение цифровых платформ для мониторинга здоровья школьников, программы по цифровой грамотности, включая обучение безопасному поведению в интернете).

Примерами успешных инициатив в Казахстане могут являться Программа “Здоровый школьник”, включающей мероприятия по популяризации спорта и здорового питания; проекты по инклюзивному образованию; антибуллинговые кампании и т.п. Для повышения эффективности этих политик важно сочетать государственные инициативы с поддержкой со стороны родителей, педагогов и общественности.

В ходе исследования политики в области охраны здоровья детей и подростков в Европе были выявлены следующие индикаторы:

- стратегия охраны здоровья детей и подростков, а также стратегическое руководство в этой сфере;

- сбор основных данных о здоровье всех детей;

- права и участие детей в процессе охраны здоровья;

- система здравоохранения и качество медицинской помощи для детей и подростков;

- Здоровье в школах;

- психическое здоровье и благополучие детей и подростков;

- питание детей и подростков;

- формы поведения, связанные с риском для здоровья детей и подростков.

Особое внимание было уделено психическому здоровью и благополучию детей и подростков. В частности, были изучены следующие аспекты:



- возраст, с которого начинается переход от услуг в области психического здоровья для детей к услугам для взрослых;
- оценка качества услуг в сфере психического здоровья для детей и подростков;
- наличие услуг на уровне местных сообществ, направленных на раннее выявление и предотвращение проблем с психическим здоровьем;
- рекомендации по переходу от услуг в области психического здоровья для детей к услугам для взрослых и многое другое.

Особенно показательными стали результаты оценки качества услуг в сфере психического здоровья для детей и подростков. На вопрос, заданный в ходе обследования 3.11: «Имеется ли у вас механизм для оценки качества услуг в области психического здоровья для детей и подростков младше 18 лет?», были получены следующие ответы: «Да» — 28 (65%), «Нет» — 15 (35%). Эти данные наглядно представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 – Линейчатая диаграмма результатов оценки качества психического здоровья для детей и подростков

Важным источником информации служит комплексный набор данных, на основе которых был подготовлен международный отчет ВОЗ по итогам обследований поведения детей школьного возраста в отношении здоровья (HBSC), проведенных в 2016 и 2018 годах. Группы HBSC представили детализированные данные по Бельгии, Соединенному Королевству (включая Англию, Шотландию и Уэльс), а также Дании. HBSC осуществляет сбор данных о здоровье и благополучии, социальных условиях и поведении мальчиков и девочек в возрасте 11, 13 и 15 лет каждые четыре года. Эти годы являются периодом, когда дети становятся более самостоятельными, что может повлиять на их здоровье и отношение к своему здоровью.

Исследование HBSC представляет собой результат работы специализированных групп, которые совместно разрабатывают концепцию исследования, определяют научные вопросы для изучения, определяют методы работы и параметры количественной оценки, а также анализируют полученные данные и распространяют результаты.

В рамках HBSC рассматриваются различные аспекты поведения детей школьного возраста, связанные с их здоровьем. Особое внимание уделяется такому показателю, как «Позитивное здоровье», который включает в себя трудности с засыпанием, плохое настроение, чувство тревоги, головную боль, жалобы на здоровье, удовлетворенность жизнью и самооценку своего здоровья [16].

Также оцениваются формы поведения, сопряженные с риском, такие как «Причинение обид», что в основном касается различных форм буллинга. Социальный контекст отражается во

взаимоотношениях детей с семьей, сверстниками и школой. На рамках политики и управления в сфере здравоохранения на протяжении всей жизни Европейское региональное бюро ВОЗ и Региональное бюро ЮНИСЕФ для Европы и Центральной Азии совместно разрабатывают комплексную стратегию по решению беспрецедентных проблем в области здравоохранения, с которыми сталкиваются дети и подростки в 53 государствах-членах Региона. Существующие факты свидетельствуют о необходимости срочных действий, например, психическое здоровье затрагивает каждого четвертого ребенка в возрасте до 18 лет и т.п. Изучение данного вопроса позволяет иметь общее представление о существующих нарушениях в области психического здоровья детей, а также разработать новые пути повышения качества жизни учащихся в условиях их обучения в современной школе [17].

Эта новая стратегия, основанная на беспрецедентных консультациях с самой молодежью, а также государствами-членами и техническими экспертами, предоставляет странам четкие цели и основанные на фактических данных подходы для улучшения результатов в области здравоохранения и сокращения неравенства. Она направлена на обеспечение того, чтобы все дети и подростки имели доступ к необходимой им помощи.

После первоначальных обсуждений на 74-й сессии Европейского регионального комитета ВОЗ в сентябре 2024 г. ВОЗ/Европа и ЮНИСЕФ/Европа и Центральная Азия проводят дальнейшие консультации со странами и техническими экспертами. Окончательная стратегия будет представлена на утверждение на 75-й сессии Регионального комитета в октябре 2025 г., предоставив дорожную карту для действий. Возлагаются большие надежды на разрабатываемую стратегию, как совместное обязательство по созданию региона, где каждый ребенок сможет полностью раскрыть свой потенциал здоровья и благополучия.

Стремление к личностному росту и психологическому благополучию, наряду с меняющимся пониманием человеческой природы, находят отражение в современных тенденциях. Ниже представлены ключевые направления и перспективы, которые способствуют формированию более осознанного и гармоничного общества [18]:

*Среди текущих тенденций:*

1. Индивидуализация подходов:

- осознание ценности уникальных путей развития, ориентированных на потребности и потенциал каждого человека;

- применение персонализированных методов обучения, терапии и коучинга, учитывающих индивидуальные особенности личности;

2. Укрепление психического здоровья:

- разработка программ профилактики эмоционального выгорания, тревожности и депрессии;

- широкое распространение практик осознанности (mindfulness) и когнитивно-поведенческой терапии, которые становятся неотъемлемой частью повседневной жизни;

3. Цифровизация поддержки:

- появление мобильных приложений для мониторинга психоэмоционального состояния и саморазвития;

- использование искусственного интеллекта в психотерапии и диагностике, что открывает новые горизонты для улучшения качества жизни;

4. Интеграция психологии и нейронаук:

- усиление взаимосвязи между психологией и нейронауками, что способствует более глубокому пониманию человеческой природы и созданию условий для самоактуализации;

- исследование нейропластичности и влияния среды на развитие личности;

- изучение процесса, который происходит в мозге и как окружающая среда влияет на формирование личности;

- практическое использование данных нейробиологии для повышения эффективности вмешательств.

*Среди образовательных практик отмечают:*

- развитие эмоционального интеллекта (EQ) в образовательных учреждениях.
- формирование устойчивости (resilience) и стрессоустойчивости у школьников и студентов.

*В аспекте социальных изменений и благополучия личности:*

- поддержка инклюзивности и равных возможностей для людей с различными потребностями.
- развитие коллективных инициатив, направленных на психологическое благополучие в профессиональной и личной среде.

Отметим возможные направления для будущих исследований в системе эффективных политик и мер, применяемых в мире для обеспечения личностного развития и психологического благополучия учащихся

1. Эффективность технологий: (анализ долгосрочного влияния цифровых инструментов на личностное развитие и психическое здоровье; разработка этических стандартов в использовании искусственного интеллекта (AI) для психологической поддержки);

2. Кросс-культурные исследования:

- сравнение подходов к благополучию в разных культурах: изучение того, как люди в разных культурах понимают, что такое благополучие, и выявление универсальных и уникальных факторов, которые способствуют его достижению;

- гибридные методы поддержки (сочетание традиционных психотерапевтических практик с современными технологическими инновациями, такими как виртуальная реальность);

- психология устойчивости (исследование механизмов, с помощью которых люди адаптируются к быстро меняющимся социальным и экономическим условиям);

- образование и развитие (анализ роли мягких навыков в личностном росте; оптимизация образовательных систем для поддержания психологического благополучия);

- экологическая психология (изучение влияния окружающей среды и экостресса на эмоциональное состояние и личностное развитие).

Представленные направления могут послужить основой для создания инновационных подходов, которые сочетают современные научные знания с практическими решениями, направленными на улучшение качества жизни.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

На основании проведенного аналитического исследования эффективных подходов и политик в области обеспечения личностного развития и психологического благополучия обучающихся, реализуемых в различных странах, можно сформулировать следующие концептуальные выводы. Установлено, что превентивная диагностика эмоциональных затруднений в сочетании с созданием поддерживающей образовательной среды демонстрирует высокую эффективность в снижении депрессивных состояний и повышении учебной мотивации. Эмпирически подтверждено, что имплементация программ социально-эмоционального обучения (SEL) коррелирует с улучшением академической успеваемости, повышением эмоциональной стабильности и развитием конфликтологической компетентности обучающихся. Систематизация международного опыта свидетельствует о том, что наибольшую результативность показывают комплексные программы, интегрирующие три ключевых компонента: эмоциональное обучение, межсубъектное взаимодействие участников образовательного процесса и учет социокультурного контекста. На основании полученных результатов разработаны практические рекомендации, направленные на усиление межведомственной координации, развитие цифровой инфраструктуры психологической поддержки и вовлечение обучающихся в процесс проектирования образовательных инициатив. Имплементация предложенных подходов создает методологическую и организационную основу для формирования психологически устойчивой личности, способной эффективно отвечать на вызовы современности. Экономическая целесообразность внедрения данных программ подтверждается высоким соотношением социальных выгод и материальных затрат.

**Благодарность.** Данное исследование финансируется Комитетом науки Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан в рамках грантового финансирования BR 24992828 Подходы и механизмы создания психологически безопасной образовательной среды в среднем образовании (Г.Б. Саржанова).

**Список использованной литературы:**

1. How's life? 2020: Measuring well-being / OECD. – Paris: OECD Publishing, 2020. – 265 p. – DOI: 10.1787/9870c393-en.
2. Global Education Monitoring Report 2019: Migration, Displacement and education: Building bridges, not walls / UNESCO. – Paris: UNESCO Publishing, 2019. – 440 p. – DOI: 10.54676/xdzd4287.
3. Baikulova, A. Evaluating Youth Well-Being in Western Kazakhstan: A Comprehensive Analysis of Education, Health, and Civic Engagement / A. Baikulova, M. Knissarina, A. Syzdykbayeva [et al.] // Journal of Social Studies Education Research. – 2024. – Vol. 13, № 1. – P. 184-201.
4. Huttunen, J. The framing of environmental citizenship and youth participation in the Fridays for Future Movement in Finland / J. Huttunen, E. Albrecht // Fennia. – 2021. – Vol. 199, № 1. – P. 46-60. – DOI: 10.11143/fennia.102480.
5. Impact of practice-centered learning on the development of students' professional identities: Learning outcomes / M. Knissarina, A. Syzdykbayeva, Y. Agranovich [et al.] // Journal of Education and e-Learning Research. – 2024. – Vol. 11, № 1. – P. 97-106. – DOI: 10.20448/jeelr.v11i1.5344.
6. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу; пер. с англ. А.М. Татлыбаевой. – Санкт-Петербург: Евразия, 2019. – 478 с. – ISBN 978-5-8071-0283-4.
7. Роджерс, К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К.Р. Роджерс; пер. с англ. М.М. Исениной. – Москва: ИОИ, 2017. – 240 с. – ISBN 978-5-88230-427-1.
8. Ryff, C.D. The structure of psychological well-being revisited / C.D. Ryff, C.L.M. Keyes // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69, № 4. – P. 719-727.
9. Ryff, C.D. Psychological well-being revisited: advances in science and practice life / C.D. Ryff // Psychotherapy and Psychosomatics. – 2014. – Vol. 83, № 1. – P. 10-28.
10. The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions / J.A. Durlak, R.P. Weissberg, A.B. Dymnicki [et al.] // Child Development. – 2011. – Vol. 82, № 1. – P. 405-432. – DOI: 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x.
11. Clarke, V. Thematic Analysis / V. Clarke, V. Braun, N. Hayfield // Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods / ed. by J.A. Smith. – London: SAGE Publications, 2015. – P. 222-248.
12. Конвенция о правах ребенка: принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года // Организация Объединенных Наций: официальный сайт. – URL: [https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/childcon.shtml](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml) (дата обращения: 17.02.2024).
13. Европейский портал информации здравоохранения // Всемирная организация здравоохранения: официальный сайт. – URL: [https://gateway.euro.who.int/ru/datasets/cahb\\_survey/](https://gateway.euro.who.int/ru/datasets/cahb_survey/) (дата обращения: 17.02.2024).
14. Европейская рамочная программа ВОЗ по охране психического здоровья на 2021–2025 гг. // Всемирная организация здравоохранения: официальный сайт. – URL: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289057813> (дата обращения: 17.02.2024).
15. Страновой офис ВОЗ в Казахстане: годовой отчет о деятельности, 2022 г. // Всемирная организация здравоохранения: официальный сайт. – URL: <https://www.who.int/kazakhstan/publications/i/item/WHO-EURO-2024-8208-47976-71018> (дата обращения: 17.02.2024).
16. Международный отчет ВОЗ по результатам обследований поведения детей школьного возраста в отношении здоровья (HBSC) // Всемирная организация здравоохранения:

официальный сайт. – URL: <http://www.euro.who.int/ru/media-centre/sections/press-releases/2020/who-report-on-health-behaviours-of-1115-year-olds-in-europe-reveals-more-adolescents-are-reporting-mental-health-concerns> (дата обращения: 17.02.2024).

17. *Modern Views on Various Aspects of the Psychological Health of Adolescents* / L. Yermukhanova, R. Nazarbayeva, G. Sultanova [et al.] // *Journal of Intellectual Disability-Diagnosis and Treatment*. – 2019. – Vol. 7, № 4. – P. 184-191. – DOI: 10.6000/2292-2598.2019.07.04.8.

18. Steyn, M. *Debunking Critical Theory's 'Indoctrination' Charge: Provisional Notes on Critical Diversity Literacy Pedagogy* / M. Steyn, K. Vanyoro // *Research in Educational Policy and Management*. – 2023. – Vol. 5, № 3. – P. 128-144. – DOI: 10.46303/repam.2023.27.

### References:

1. *How's life? 2020: Measuring well-being* / OECD. – Paris: OECD Publishing, 2020. – 265 p. – DOI: 10.1787/9870c393-en.

2. *Global Education Monitoring Report 2019: Migration, Displacement and education: Building bridges, not walls* / UNESCO. – Paris: UNESCO Publishing, 2019. – 440 p. – DOI: 10.54676/xdzd4287.

3. Baikulova, A. *Evaluating Youth Well-Being in Western Kazakhstan: A Comprehensive Analysis of Education, Health, and Civic Engagement* / A. Baikulova, M. Knissarina, A. Syzdykbayeva [et al.] // *Journal of Social Studies Education Research*. – 2024. – Vol. 13, № 1. – P. 184-201.

4. Huttunen, J. *The framing of environmental citizenship and youth participation in the Fridays for Future Movement in Finland* / J. Huttunen, E. Albrecht // *Fennia*. – 2021. – Vol. 199, № 1. – P. 46-60. – DOI: 10.11143/fennia.102480.

5. *Impact of practice-centered learning on the development of students' professional identities: Learning outcomes* / M. Knissarina, A. Syzdykbayeva, Y. Agranovich [et al.] // *Journal of Education and e-Learning Research*. – 2024. – Vol. 11, № 1. – P. 97-106. – DOI: 10.20448/jeelr.v11i1.5344.

6. Maslow, A. *Motivatsiya i lichnost'* / A. Maslow; per. s angl. A.M. Tatlybaevoy. – Sankt-Peterburg: Evraziya, 2019. – 478 s. – ISBN 978-5-8071-0283-4.

7. Rogers, K.R. *Stanovleniye lichnosti. Vzgl'yad na psikhoterapiyu* / K.R. Rogers; per. s angl. M.M. Iseninoy. – Moskva: IOI, 2017. – 240 s. – ISBN 978-5-88230-427-1.

8. Ryff, C.D. *The structure of psychological well-being revisited* / C.D. Ryff, C.L.M. Keyes // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1995. – Vol. 69, № 4. – P. 719-727.

9. Ryff, C.D. *Psychological well-being revisited: advances in science and practice life* / C.D. Ryff // *Psychotherapy and Psychosomatics*. – 2014. – Vol. 83, № 1. – P. 10-28.

10. *The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions* / J.A. Durlak, R.P. Weissberg, A.B. Dymnicki [et al.] // *Child Development*. – 2011. – Vol. 82, № 1. – P. 405-432. – DOI: 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x.

11. Clarke, V. *Thematic Analysis* / V. Clarke, V. Braun, N. Hayfield // *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* / ed. by J.A. Smith. – London: SAGE Publications, 2015. – P. 222-248.

12. *Konventsia o pravakh rebenka: prinyata rezolyutsiyey 44/25 General'noy Assamblei ot 20 noyabrya 1989 goda* // *Organizatsiya Ob'yedinennykh Natsiy: ofitsial'nyy sayt*. – URL: [https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/childcon.shtml](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml) (data obrashcheniya: 17.02.2024).

13. *Evropeyskiy portal informatsii zdavookhraneniya* // *Vsemirnaya organizatsiya zdavookhraneniya: ofitsial'nyy sayt*. – URL: [https://gateway.euro.who.int/ru/datasets/cahb\\_survey/](https://gateway.euro.who.int/ru/datasets/cahb_survey/) (data obrashcheniya: 17.02.2024).

14. *Evropeyskaya ramochnaya programma VOZ po okhrane psikhicheskogo zdorov'ya na 2021–2025 gg.* // *Vsemirnaya organizatsiya zdavookhraneniya: ofitsial'nyy sayt*. – URL: <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289057813> (data obrashcheniya: 17.02.2024).