МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО РАН НА ТЕРРИТОРИИ ДНР

ISNN 2664-7362 (PRINT)
ISNN 2664-7370 (ONLINE)

МАТЕРИАЛЫ
XI Международной научной конференции

Донецкие чтения – 2026:
образование, наука, инновации, культура и вызовы современности



Том 9 | **Философские и психологические науки. Часть 2**

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»

Представительство федерального государственного
бюджетного учреждения «Российская академия наук»
на территории Донецкой Народной Республики

XI Международная научная конференция

Материалы конференции

Донецкие чтения – 2026: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности

Том 9

ФИЛОСОФСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Часть 2

г. Донецк
10–12 ноября 2026 г.

Донецк
Издательство ДонГУ
2026

ББК Ю3я431+Ю9я431
УДК 1(062.552)+159(062.552)
Д672

Редакционная коллегия:

С.В. Беспалова (гл. ред.), А.В. Белый (зам. гл. ред.),
С.А. Вильдгрубе, Е.Г. Максименко, Э.А. Ангелина (отв. секр. секции),
И.В. Киселёва (отв. секр. секции), М.В. Фоменко.

Д672 **Донецкие чтения – 2026: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности:** Материалы XI Международной научной конференции (Донецк, 10–12 ноября 2026 г.). – *Том 9: Философские и психологические науки. Часть 2* / под общей редакцией проф. С.В. Беспаловой. – Донецк: Изд-во ДонГУ, 2026. – 338 с.

Ответственность за содержание материалов, аутентичность цитат, правильность фактов и ссылок несут авторы.

Во вторую часть девятого тома материалов XI Международной научной конференции «Донецкие чтения – 2026: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности» вошли исследования по актуальным проблемам психологических наук. Рассматриваются вопросы психологии личности в жизненных ситуациях и социальных отношениях, трансформации человека и общества в современном мире, психологии образования и развития, психотерапии и консультирования, клинической и кризисной психологии.

Освещенные в сборнике проблемы и направления их решения будут полезны научным работникам, преподавателям, студентам, аспирантам и докторантам, проводящим исследования в области психологических наук.

ББК Ю3я431+Ю9я431
УДК 1(062.552)+159(062.552)

© Коллектив авторов, 2026
© Донецкий государственный университет, 2026

ПРОГРАММНЫЙ КОМИТЕТ КОНФЕРЕНЦИИ

Председатель:

Панченко Владислав Яковлевич, вице-президент Российской академии наук, д-р физ.-мат. наук, профессор, академик РАН (г. Москва).

Сопредседатель:

Беспалова Светлана Владимировна, ректор Донецкого государственного университета, руководитель Представительства Российской академии наук на территории Донецкой Народной Республики, д-р физ.-мат. наук, профессор (г. Донецк).

Члены программного комитета:

Алексеев Игорь Александрович, ведущий научный сотрудник лаборатории физической географии и биогеографии Института географии им. В. Б. Сочавы СО РАН, д-р геогр. наук (г. Иркутск).

Андреев Дмитрий Александрович, заместитель декана по научной работе исторического факультета Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова (г. Москва), д-р ист. наук, доцент (г. Москва).

Аноприенко Александр Яковлевич, ректор Донецкого национального технического университета, канд. техн. наук, профессор (г. Донецк).

Бабурин Сергей Николаевич, президент Ассоциации юридических вузов, научный руководитель Центра интеграционных и цивилизационных исследований Института государства и права РАН, д-р юрид. наук, профессор, почётный профессор Донецкого государственного университета (г. Москва).

Бахтин Станислав Геннадиевич, декан химического факультета Донецкого государственного университета, канд. хим. наук, доцент (г. Донецк).

Белозеров Геннадий Александрович, заместитель генерального директора Автономной некоммерческой организации «Агентство стратегических инициатив по продвижению новых проектов».

Белый Александр Владимирович, проректор по научной и инновационной деятельности Донецкого государственного университета, канд. хим. наук, доцент (г. Донецк).

Блинова Елена Евгеньевна, заведующая кафедрой прикладной психологии и развития личности Херсонского государственного педагогического университета, д-р психол. наук, профессор (г. Херсон).

Вартанова Елена Леонидовна, декан факультета журналистики Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р филол. наук, академик РАО (г. Москва).

Варюхин Виктор Николаевич, научный руководитель Донецкого физико-технического института им. А. А. Галкина, д-р физ. мат. наук, профессор, член-корр. РАН, (г. Донецк).

Воронова Ольга Евгеньевна, профессор кафедры литературы и журналистики, руководитель Центра региональных проектов и межрегиональных связей Рязанского государственного университета имени С. А. Есенина, д-р филол. наук, профессор (г. Рязань).

Ганиева Ирина Александровна, директор АНО «Научно образовательный центр „Кузбасс“», д-р экон. наук, доцент (г. Кемерово).

Глухов Александр Захарович, главный научный сотрудник Донецкого ботанического сада, профессор кафедры ботаники и экологии Донецкого государственного университета, д-р биол. наук, профессор (г. Донецк).

Головчан Алексей Витальевич, директор Донецкого физико-технического института им. А. А. Галкина, канд. физ. мат. наук, доцент (г. Донецк).

Данилюк Даниил Анатольевич, и. о. директора Института прикладной математики и механики, канд. физ. мат. наук (г. Донецк).

Журавлёва Екатерина Васильевна, Советник президента РАН, советник Председателя Совета директоров ГК «ЭФКО», д-р с.-х. наук, профессор РАН (г. Белгород).

Зенченко Светлана Вячеславовна, проректор по научной работе Северо-Кавказского федерального университета, д-р экон. наук, профессор (г. Ставрополь).

Зинченко Юрий Петрович, декан факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р психол. наук, профессор, член-корреспондент РАН, академик РАО (г. Москва).

Игнатенко Григорий Анатольевич, ректор Донецкого государственного медицинского университета им. М. Горького, д-р мед. наук, профессор, академик РАН (г. Донецк).

Ильинский Владимир Викторович, и. о. зав. кафедрой общей экологии и гидробиологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р биол. наук, профессор (г. Москва).

Исаков Владимир Борисович, профессор НИУ «Высшая школа экономики», д-р юрид. наук, профессор (г. Москва).

Калмыков Степан Николаевич, вице-президент Российской академии наук, д-р хим. наук, профессор, академик РАН (г. Москва).

Керимов Александр Джангирович, главный научный сотрудник Института государства и права Российской академии наук, д-р юрид. наук, профессор (г. Москва).

Кирпичников Михаил Петрович, декан биологического факультета Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р биол. наук, профессор, академик РАН (г. Москва).

Кожухов Игорь Борисович, профессор кафедры высшей математики НИУ «Московский институт электронной техники», д-р физ. мат. наук, профессор (г. Москва).

Крамаренко Артём Александрович, заместитель Председателя Правительства Донецкой Народной Республики, Министр сельского хозяйства, пищевой и перерабатывающей промышленности (г. Донецк).

Красильников Павел Владимирович, декан факультета почвоведения Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р биол. наук, член-корреспондент РАН (г. Москва).

Липгарт Андрей Александрович, декан филологического факультета Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р филол. наук, профессор (г. Москва).

Лубков Алексей Владимирович, ректор Московского педагогического государственного университета, д-р ист. наук, профессор, академик РАО (г. Москва).

Макаров Кирилл Борисович, заместитель Председателя Правительства Донецкой Народной Республики (г. Донецк).

Матишов Геннадий Григорьевич, заместитель президента РАН, научный руководитель Южного научного центра РАН, д-р геогр.наук, профессор, академик РАН (г. Ростов-на-Дону).

Месхи Бесарион Чохоевич, ректор Донского государственного технического университета, председатель Совета ректоров вузов Ростовской области, д-р техн. наук, профессор, академик РАО (г. Ростов на Дону).

Минаев Андрей Иванович, профессор Рязанского государственного университета имени С. А. Есенина, д-р ист. наук, доцент (г. Рязань).

Некипелов Александр Дмитриевич, директор Московской школы экономики Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р экон. наук, профессор, академик РАН (г. Москва).

Нечаев Владимир Дмитриевич, ректор Севастопольского государственного университета, д-р полит. наук, доцент (г. Севастополь).

Овечко Сергей Викторович, заместитель Института биологии южных морей имени А. О. Ковалевского РАН, канд. биол. наук (г. Севастополь).

Пармон Валентин Николаевич, научный руководитель Института катализа СО РАН, д-р хим. наук, академик РАН (г. Новосибирск).

Плугатарь Юрий Владимирович, директор Ордена Трудового Красного Знамени Никитского ботанического сада – Национального научного центра РАН, председатель Совета ботанических садов России, д-р с.-х. наук, профессор, академик РАН (г. Ялта).

Половян Алексей Владимирович, директор Института экономических исследований, д-р экон. наук, доцент, (г. Донецк).

Понедельников Алексей Борисович, руководитель отдела «Северо-Азовский» Южного филиала ФГБНУ «ВНИРО» (г. Мариуполь).

Приходько Светлана Анатольевна, директор Донецкого ботанического сада, канд. биол. наук, ст. науч. сотр. (г. Донецк).

Прутцков Григорий Владимирович, профессор Института медиа НИУ «Высшая школа экономики», д-р филол. наук (г. Москва).

Рябичев Виктор Дронович, ректор Луганского государственного университета имени Владимира Даля, д-р техн. наук, профессор (г. Луганск).

Садовничий Виктор Антонович, ректор Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, д-р физ.-мат. наук, профессор, академик РАН (г. Москва).

Секиринский Дмитрий Сергеевич, заместитель Министра науки и высшего образования Российской Федерации.

Скуратовская Екатерина Николаевна, врио директора Института биологии южных морей имени А. О. Ковалевского РАН, канд. биол. наук (г. Севастополь).

Сократов Сергей Альфредович, зам. декана географического факультета Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, канд. геогр. наук, доцент (г. Москва).

Тедеев Вадим Ботазович, ректор Юго Осетинского государственного университета имени А. А. Тибилова, канд. техн. наук, профессор (г. Цхинвал).

Тохтарь Валерий Константинович, директор Ботанического сада Белгородского государственного национального исследовательского университета, д-р биол. наук, с. н. с. (г. Белгород).

Трофимов Олег Владимирович, Министр образования и науки Донецкой Народной Республики (г. Донецк).

Тулупов Владимир Васильевич, декан факультета журналистики Воронежского государственного университета, д-р филол. наук, профессор (г. Воронеж).

Туранина Неонила Альфредовна, зав. кафедрой библиотечно-информационной деятельности Белгородского государственного института искусств и культуры, д-р филол. наук, профессор (г. Белгород).

Федянин Андрей Анатольевич, проректор – начальник управления научной политики Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, д-р физ. мат. наук, профессор, член-корреспондент РАН (г. Москва).

Харламенкова Наталья Евгеньевна, заведующая лабораторией психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях, заместитель директора Института психологии РАН, д-р психол. наук, профессор (г. Москва).

Хомутова Екатерина Валерьевна, директор Института физико-органической химии и углехимии им. Л. М. Литвиненко, канд. биол. наук (г. Донецк).

Шебалков Алексей Викторович, Министр природных ресурсов и экологии Донецкой Народной Республики (г. Донецк).

Психологические науки

Личность в жизненных ситуациях: смыслы и возможности преодоления

УДК 376

ТВОРЧЕСТВО КАК СПОСОБ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ И САМОВЫРАЖЕНИЯ ЛЮДЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Акимова С.Р., Ибрагимова А.Р. **,** канд. пед. наук,
ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет
имени Февзи Якубова», г. Симферополь, РФ
sevilya04@mail.ru; alieibragimova75@gmail.com

Введение. Инвалидность может влиять не только на образ жизни человека, но и на его общение, эмоциональное состояние и самовосприятие. При этом за физическими ограничениями остаётся личность со своими чувствами, интересами и стремлением к самовыражению.

Одним из способов проявить себя является творчество. Оно помогает выразить переживания, раскрыть способности, укрепить уверенность в себе и установить связь с окружающими. Для людей с инвалидностью творческая деятельность может выступать средством преодоления психологических барьеров и более активного участия в жизни общества.

Цель – раскрыть роль творчества в преодолении психологических барьеров и самовыражении людей с инвалидностью, а также показать его значение для личностного развития, повышения уверенности в себе и социальной включённости.

Основная часть. Проблема психологической и социальной адаптации людей с инвалидностью является значимым направлением современных исследований. Инвалидность может сопровождаться не только ограничениями жизнедеятельности, но и определёнными трудностями в общении, самореализации и построении социальных связей.

В своих трудах Егорова Т. В. определяет инвалида как лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травмы или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающими необходимость его социальной защиты [2, с. 5].

Такое понимание инвалидности подчёркивает необходимость создания условий, обеспечивающих возможности для социальной адаптации, развития личности и участия человека в общественной жизни

Одним из значимых средств, способствующих этому, является творчество. Оно предоставляет человеку возможность проявлять себя, выражать внутренние переживания, раскрывать способности и находить индивидуальные способы взаимодействия с окружающим миром.

Роль творчества в жизни людей с инвалидностью отражена в работах В. Бибиковой, А. Г. Колчиной, А. И. Копытина, Е. А. Медведевой, А. С. Надршиной, А. А. Осиповой, В. Подкосова, Ю. А. Титовой и И. Л. Титеевой [3, 4, 5].

В. Бибикова подчёркивает важную роль творчества в социальной адаптации людей с ограниченными возможностями. Творческие занятия помогают расширять круг общения, устанавливать новые контакты и участвовать в совместной деятельности, что способствует интеграции человека в общество [1].

Однако творчество важно не только для взаимодействия с окружающими, но и для развития самостоятельности. Возможность выбирать, экспериментировать и видеть результат своих действий способствует формированию уверенности в собственных силах.

В своих исследованиях А. Г. Колчина, А. С. Надоршина и Ю. А. Титова отмечают активизирующую роль творчества. Оно способствует приобретению нового опыта, развитию инициативы, самостоятельности и способности находить решения [3].

Не менее важной является эмоциональная сторона творческой деятельности. Человек может испытывать переживания, которые трудно выразить в обычном общении. В таких случаях творчество становится особой формой коммуникации, позволяющей передать свое внутреннее состояние через образ, цвет, слово, музыку, движение или другой доступный способ. Это дает возможность не только выразить переживания, но и осмыслить их.

Именно возможность самовыражения рассматривается А. А. Осиповой как важная составляющая творческой деятельности. Через творчество человек получает возможность лучше понимать собственный внутренний мир и проявлять индивидуальность. В этом случае результат творческой работы приобретает личностное значение, поскольку отражает чувства, мысли и отношение человека к происходящему.

Продолжая эту мысль, И. Л. Титеева связывает творчество с осознанием человеком собственной ценности, формированием внутреннего порядка и установлением социальных связей. Творческая деятельность позволяет выразить переживания и трудности, с которыми сталкивается человек, и тем самым создать условия для их осмысления. Особенно значимо то, что в процессе творчества человек получает возможность быть услышанным и увиденным окружающими [5].

Творчество способствует развитию личности и приобретению социального опыта. Е. А. Медведева отмечает его значение для развития,

обучения и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья. Творческая деятельность помогает раскрывать способности, общаться и взаимодействовать с окружающими [4].

В. Подкосов обращает внимание на влияние художественно-творческой деятельности на эмоциональное состояние личности. По мнению автора, творчество даёт возможность выразить внутренние переживания, справиться с негативными установками и направить эмоциональный опыт в созидательное русло. Важную роль при этом играет осмысление собственных чувств и переживаний в процессе творческой деятельности.

Заключение. Таким образом, для людей с инвалидностью творчество имеет особое значение, поскольку помогает не только раскрывать способности, но и выражать свои чувства, находить новых друзей и чувствовать себя частью общества. Творческая деятельность способствует повышению уверенности в себе, преодолению чувства изоляции и развитию самостоятельности. Она даёт человеку возможность увидеть свои сильные стороны, почувствовать собственную значимость и реализовать свой внутренний потенциал.

Список литературы

1. Бочкова, Н. М. Декоративно-прикладное искусство в работе с детьми с ОВЗ / Н.М. Бочкова. – Текст : непосредственный // Социальная работа. – 2014. – № 2. – С. 51–54.
2. Галич, М. М. Организация выставок инвалидов и для инвалидов в Дарвиновском музее / М. М. Галич. – Текст : непосредственный // Творчество инвалидов – неограниченные возможности. Организация в музеях выставок инвалидов и адаптация выставок для восприятия людьми с ограничениями здоровья : материалы обучающего семинара, 18 октября 2011 года, Москва. – Москва : Издательство ГДМ, 2011. – С. 28–34.
3. Колчина, А. Г. Развитие творческого потенциала детей с ограниченными возможностями здоровья / А. Г. Колчина, А. С. Надршина, Ю. А. Титова. – Текст : непосредственный // Реабилитация, абилитация и социализация : междисциплинарный подход / под редакцией О. Е. Нестеровой [и др.]. – Москва : Перо, 2016. – С. 535–542. – EDN: WJNTVZ.
4. Медведева, Е. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Медведева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2018. – 274 с. – Текст : непосредственный. – ISBN 978-5-534-07554-0.
5. Яковлева, Г. В. Особенности развития творческой одаренности учащихся с ограниченными возможностями здоровья / Г. В. Яковлева, И. Л. Титеева. – Текст : непосредственный // Russian Journal of Education and Psychology. – 2010. – № 10 (18). EDN: PJRAKX.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕСУРСНОСТЬ В УСЛОВИЯХ ПЕРМАНЕНТНОГО КРИЗИСА

Андрюшкова Н.П., канд. психол. наук, ORCID 0000-0001-7531-1098
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
andruchkova@rambler.ru

Введение. Современные социально-политические и экономические реалии характеризуются затяжной нестабильностью. Для описания состояния, включающего в себя переживание военных конфликтов, инфляции, политической турбулентности и угрозы базовому благополучию, в научный и общественный дискурс прочно вошло понятие «перманентный кризис». Данный термин отражает не просто череду негативных событий, а длительное нарушение привычного уклада жизни, формирующее у человека фон экзистенциальной тревоги и отсутствия безопасности.

Пребывание в состоянии перманентного кризиса неизбежно приводит к истощению адаптационных механизмов психики. Хроническое ощущение угрозы, неопределенности будущего и невозможность долгосрочного планирования создают почву для развития стресс-ассоциированных расстройств. В связи с этим особую актуальность приобретает изучение психологической ресурсности – интегративной способности личности мобилизовать внутренние и внешние резервы для сохранения психического здоровья и конструктивного совладания с трудностями [1].

Основная часть. В психологии ресурс традиционно рассматривается как запас жизненных возможностей, используемый субъектом для реализации деятельности и саморазвития. Однако простого наличия ресурсов недостаточно для преодоления кризиса. Ключевым фактором становится ресурсность – динамическая характеристика личности, отражающая ее способность эффективно распоряжаться имеющимся потенциалом [2,3].

Психические ресурсы условно делятся на внешние и внутренние. Ко внешним относится социальная поддержка, материальные блага, статус, доступ к качественной медицине и досугу. Внутренние это личностные особенности, оптимизм, жизнестойкость, система ценностей, навыки саморегуляции, способность к рефлексии. Важно отметить условность этого деления, в условиях перманентного кризиса внешние ресурсы могут быстро истощаться, и выживание системы зависит от прочности внутренних опор. При утрате внешних опор (например, вынужденной миграции или потере работы) дефицит внутренних ресурсов приводит к быстрому декомпенсированию личности.

В качестве методологической основы для понимания механизмов ресурсности целесообразно использовать многомерную модель преодоления стресса «BASIC Ph», разработанную израильским психологом-травматерапевтом Мули Лаад [4]. Согласно этой модели, каждый человек обладает уникальным набором каналов адаптации. Психологическая ресурсность проявляется в способности личности гибко переключаться между ними:

- B (Beliefs and values). Вера и нравственные ценности.
- A (Affects and emotions). Эмоциональная экспрессия и аффективные состояния.
- S (Social relations). Социальные связи и поиск поддержки.
- I (Imagination and creativity). Воображение, творчество и юмор.
- C (Cognition and thought). Когнитивный анализ ситуации и поиск смыслов.
- Ph (Physiological resources*).* Физиологические реакции, физическая активность и телесные практики.

Основная идея заключается в том, что потенциально каждый человек владеет всеми характеристиками модели. У каждого есть свои преобладающие методы преодоления кризиса в разные периоды жизни, и в своем использовании эти методы развиваются и оттачиваются [5].

Наличие доступа ко всем шести каналам и умение их комбинировать является маркером высокой психологической ресурсности. В условиях перманентного кризиса личности с ригидной защитной системой (использующей только один канал, например, только интеллектуализацию или только уход в болезнь) подвержены риску быстрого выгорания.

Наполнение психологической ресурсностью в условиях длительной угрозы требует целенаправленной работы и не может быть сведено к простому набору техник. Прежде всего, это развитие эмоциональной устойчивости – способности управлять своими переживаниями, стабилизировать страх и тревогу, не позволяя им парализовать деятельность. Важнейшим фактором выступает социальная поддержка: поддержание качественных связей, получение помощи от семьи, друзей и профессионального сообщества, а также ощущение принадлежности к группе, что служит мощным буфером против чувства неполноценности и одиночества.

Не менее значимым компонентом является стрессоустойчивость и гибкость мышления, которые проявляются в способности личности приспосабливаться к меняющимся обстоятельствам, отказываться от неработающих стратегий и находить творческие решения в ответ на непредсказуемые ситуации. Для восполнения дефицита энергии необходимо сознательное развитие резервов психической силы через психологические тренинги, медитацию, психотерапию или иные методы саморегуляции.

Также критически важен психологический подход к риску, подразумевающий реалистичную оценку угроз и возможных последствий, что позволяет принимать взвешенные решения, не поддаваясь панике или влиянию эмоционального стресса. Таким образом, психологическая ресурсность формируется на стыке эмоциональной регуляции, социальной интеграции, когнитивной гибкости и способности к целенаправленному восстановлению внутренних сил.

Заключение. Психологическая ресурсность является не статичным свойством, а динамическим процессом согласования внутреннего мира личности с требованиями изменяющейся среды. В условиях перманентного кризиса именно ресурсность становится тем механизмом, который позволяет трансформировать травматический опыт в источник роста (посттравматическое развитие).

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено при поддержке госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (код темы FRRE-2026–0029).*

Список литературы

1. Варданян, Ю. В. Психологическая сущность личностных и профессиональных ресурсов преодоления стресса / Ю.В. Варданян, Ж.М. Камаева // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. – 2023. – Т. 2. – №. S1 (67). – С. 83-87. – EDN: QDLGZL.
2. Ничипоренко, Н. П. Саногенные и патогенные паттерны адаптации в ракурсе системно-эволюционного подхода / Н.П. Ничипоренко // Казанский педагогический журнал. – 2022. – №. 4 (153). – С. 263-273. – DOI: 10.51379/KPJ.2022.154.4.032.
3. Хазова, С. А. Ментальные ресурсы субъекта: природа, функции, динамика / С.А. Хазова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2014. – Т. 20. – №. 4. – С. 47-53.
4. Peterson, C., Seligman, M. E. P. Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification. N.Y.: Oxford University Press, 2004. 290 p. ISBN 0-19-516701-5.
5. Carver, C., Scheier, M. Three human strengths. A psychology of human strengths: perspectives of anemerging field / eds: L. G. Aspinwall, U. M. Staudinger. Washington (DC) : APA, 2003. Pp. 87–102. – DOI:10.1037/10566-007.

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ И ЕГО ВЗАИМОСВЯЗИ С РАЗЛИЧНЫМИ ПРЕДИКТОРАМИ (НА ПРИМЕРЕ КАЛМЫЦКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ Б.Б. ГОРОДОВИКОВА)

Болаева Г.Б., ORCID 0009-0000-8972-8943,
Худогулова Е.П., ORCID 0000-0001-5219-233X,
Боваева А.В., ORCID 0009-0007-2311-646X
ФГБОУ ВО «Калмыцкий государственный университет имени Б.Б. Городовикова»,
г. Элиста, РФ
gerel_baatrovna@rambler.ru, elena_d2021@mail.ru, s.alina08@yandex.ru

Введение. На сегодняшний день психологическое благополучие личности – активно используемый инструмент современного психолога, который позволяет многое узнать об субъекте его работы.

Цель. Исследование психологического благополучия личности студентов КалмГУ им. Б.Б. Городовикова и предикторов, влияющих на его формирование.

Задачи исследования:

1. Анализ теоретического материала по теме статьи.
2. Изучить уровневые показатели психологического благополучия личности.
3. Проведение процедуры корреляционного анализа, поиска значимых различий показателей психологического благополучия личности и его предикторов.

Основная часть. Практическая значимость данного исследования заключается в возможности использования этих данных в работе психологического сопровождения обучающихся и дальнейшего изучения психологического благополучия личности студентов высших учебных заведений России.

Активное изучение психологического благополучия личности активно начинается во второй половине двадцатого века в трудах зарубежных ученых (К. Рифф), отечественных С.К. Нартовой-Бочавер, С.А. Водяха, Ю.Г. Панюкова, И.В. Дубовиной и так далее [1;2;4;6]

Согласно описанию Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко под «психологическим благополучием» подразумевается субъективное самоощущение целостности и осмысленности индивидом своего бытия. Однако сами ученые также уточняют, что не существует единого общего определения понятия «психологическое благополучие» [5].

В качестве испытуемых выступили 189 студентов различных направлений обучения Калмыцкого государственного университета имени Б.Б. Городовикова. Среди них 95 мужчин и 94 женщин, в возрасте от 18 до 25 лет. Респондентов разделили на две группы: подростковый и юношеский (18-20) и ранняя взрослость 20–25 лет согласно возрастной периодизации Г. Крайг и Д. Бокум [3].

В качестве методики исследования использовалась стандартизированный опросник К. Рифф, адаптированный и валидизированный для отечественных респондентов Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко [5]. Также испытуемым предлагалось ответить на вопросы авторской анкеты касательно: пола и возраста. Также в качестве методов использовались анализ теоретических источников, обобщение, поперечный срез и ранжирование по группам.

Для начала рассмотрим уровневые показатели психологического благополучия личности для всей выборки (табл.).

Таблица

Уровневые значения показателей психологического благополучия всей выборки

Показатель ПБЛ	Низкий уровень, %	Средний уровень, %	Высокий уровень, %
Позитивные отношения	13,28	73,54	3,17
Автономия	10,58	67,72	21,69
Управление средой	32,28	62,43	3,70
Личностный рост	17,99	75,66	6,35
Цели в жизни	31,75	67,20	1,06
Самопринятие	22,22	73,54	4,23
Общий	25,40	73,02	1,59

Исходя из приведенных выше данных средне уровневые значения показателей психологического благополучия личности преобладают во всех случаях кроме «автономии». «Автономия» дает самое большое количество высоких уровневый показателей и их больше, чем низкоуровневых показателей, то есть таких респондентов можно охарактеризовать как не подверженных влиянию чужого мнения, способных оставаться при своей точке зрения, что, однако, может приводить к низкой восприимчивости к советам специалистов.

Далее мы оценивали связей между измеряемыми показателями рассчитали коэффициенты ранговой корреляции Спирмена и возможные значимые различия между группами по критерию Манна-Уитни. Исследования проводились в программе IBM SPSS STATISTICS 10.

Исходя из проведенных процедур не было обнаружено корреляционных зависимостей и значимых различий по показателям психологического благополучия личности для групп мужчин и женщин, респондентов от 18–20 и 20–25 лет (возрастная периодизация Б. Крайг).

Заключение. Таким образом, из-за отсутствия корреляционных связей и значимых различий мы можем судить только об уровневых показателях психологического благополучия личности студентов КалмГУ им. Б.Б. Городовикова, где наибольшее внимание привлекают высокие уровневые показатели «автономии». Однако данное исследование только срез, показывающий картину только этот момент, в дальнейшем планируется повторное исследование психологического благополучия личности студентов и предикторов, влияющих на него.

Список литературы

1. Водяха, С. А. Особенности психологического благополучия старшеклассников / С. А. Водяха // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 6. – С. 114-120.
2. Малютина, Т. В. Психологические и психофизиологические особенности развития в юношеском (студенческом) возрасте [Электронный ресурс] / Т.В. Малютина // ОНВ. – 2014. – №2 (126). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-i-psihofiziologicheskie-osobennosti-razvitiya-v-yunosheskom-studencheskom-vozraste (дата обращения: 11.03.2025).
3. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум / Пер. с англ. – 9-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 940 с.
4. Панюкова, Ю.Г. Проблемы и перспективы исследования феномена благополучия в российской психологии / Ю. Г. Панюкова, Е. Н. Панина, Г. Б. Болаева // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – №12. – С. 58-62. DOI 10.24158/spp.2017.12.12. – EDN YLFQSK.
5. Шевеленкова, Т. Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С. 95-123.
6. Riff, K.D. Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 57, no. 6. P. 1069–1081.

УДК 159.923.2:159.944

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В СИТУАЦИЯХ АКАДЕМИЧЕСКОЙ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

Бочкова Д.С., ORCID 0009-0000-2095-9997,
Литвинова Р.М., ORCID 0009-0008-2780-059X
ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия», г. Макеевка, ДНР, РФ
dbochkovva@gmail.com, rysikali@mail.com

Введение. Студенческий возраст представляет собой один из наиболее насыщенных, динамичных и в то же время психологически напряженных периодов личностного становления человека. В процессе обучения в высшей школе молодые люди сталкиваются с многофакторным

стрессовым воздействием: существенным возрастанием интеллектуальных и учебных нагрузок, контрольными и экзаменационными испытаниями, необходимостью адаптации к новой социальной среде и интенсивным поиском путей профессиональной самореализации.

В современных реалиях данная ситуация осложняется общим фоном социально-экономических трансформаций и высоким уровнем неопределенности внешнего контекста. Это предъявляет качественно новые требования к адаптационным механизмам и психологической устойчивости личности обучающихся. Практика показывает, что глубина дезадаптации и уровень эмоционального выгорания студентов зависят не столько от объективной сложности жизненных обстоятельств, сколько от внутренних личностных ресурсов саморегуляции и предпочитаемых паттернов совладающего поведения (копинг-стратегий).

В отечественной и зарубежной психологической науке базовым личностным ресурсом успешного преодоления стрессовых ситуаций признается жизнестойкость [1, 2]. Разработанный С. Мадди и содержательно осмысленный в отечественной традиции Д.А. Леонтьевым феномен жизнестойкости представляет собой систему базовых убеждений человека о себе, мире и отношениях с ним, которая препятствует возникновению внутреннего перенапряжения в стрессогенных условиях [1, 2].

Целью работы является исследование характера взаимосвязи между компонентами жизнестойкости и доминирующими стратегиями совладающего поведения у студентов высших учебных заведений в условиях академической неопределенности.

Материалы и методы исследования. Эмпирическое исследование организовано и проведено на базе Донбасской аграрной академии. В исследовании приняли участие 110 студентов 1–4 курсов бакалавриата и 1–2 курсов магистратуры в возрасте от 18 до 23 лет (в том числе 68 девушек и 42 юноши). Для сбора эмпирического материала применялся комплекс стандартизированных психодиагностических методик: «Тест жизнестойкости» С. Мадди в русскоязычной адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой [2], направленный на оценку общего показателя жизнестойкости и ее трех составляющих: «вовлеченность», «контроль», «принятие риска»; методика «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой [3], выявляющая частоту использования восьми копинг-механизмов: конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы и положительная переоценка. Математико-статистическая обработка первичных результатов включала методы описательной статистики и расчет коэффициента ранговой корреляции Спирмена (rs).

Основная часть. Первичная обработка данных позволила дифференцировать выборку по уровню выраженности жизнестойкости. Высокий уровень жизнестойкости зафиксирован у 32,7% опрошенных студентов, средний – у 44,5%, низкий – у 22,8%. В структуре копинг-поведения студентов всей выборки доминируют проблемно-фокусированные стратегии: «Планирование решения проблемы» (средний балл 14,2 ± 2,8) и «Поиск социальной поддержки» (13,8 ± 3,1). Однако в группе студентов с низким уровнем жизнестойкости ведущей копинг-стратегией выступает «Бегство-избегание» (15,1 ± 3,4), что сигнализирует об уязвимости психологических границ личности и дефиците активных способов совладания при столкновении с учебно-профессиональными трудностями. В ходе проведенного корреляционного анализа между показателями жизнестойкости и показателями копинг-стратегий были получены следующие результаты:

Интегральный показатель «Общая жизнестойкость» обнаруживает сильные статистически достоверные положительные связи со стратегиями «Планирование решения проблемы» ($r_s = 0{,}512$ при $p < 0{,}01$) и «Положительная переоценка» ($r_s = 0{,}436$ при $p < 0{,}01$). Студенты с развитыми жизнестойкостными убеждениями склонны рационализировать стрессовые ситуации, выстраивать поэтапный план преодоления барьеров и рассматривать академические затруднения как ресурс для приобретения нового опыта и расширения личностных возможностей [4].

Субшкала «Контроль» имеет наиболее тесную прямую корреляцию со стратегией «Планирование решения проблемы» ($r_s = 0{,}495$) и отрицательную – со стратегией «Бегство-избегание» ($r_s = -0{,}531$). Субъектная позиция личности и вера в то, что собственные усилия влияют на результат деятельности, блокируют пассивное поведение, фантазирование и прокрастинацию [5].

Субшкала «Принятие риска» теснее всего связана с «Положительной переоценкой» ($r_s = 0{,}441$). Готовность действовать без абсолютных гарантий успеха позволяет личности сохранять эмоциональную стабильность при временных неудачах и извлекать ценные уроки из совершенных ошибок [6].

Обнаружены выраженные отрицательные корреляции общей жизнестойкости со стратегиями «Бегство-избегание» ($r_s = -0{,}547$) и «Дистанцирование» ($r_s = -0{,}212$). Лица с дефицитом жизнестойкости чаще прибегают к защитным иллюзиям, игнорированию проблем или психосоматическому реагированию, что ведет к дезадаптации и падению академической успеваемости [7].

Практические рекомендации. Полученные результаты формируют основу для работы вузовской психологической службы. Целесообразно разработать и интегрировать в учебно-воспитательный процесс тренинг жизнестойкости, ориентированный на развитие интернального локуса

контроля, обучение приемам когнитивного переструктурирования стрессоров и формирование конструктивных копинг-навыков.

Заключение. В результате проведенного исследования было выявлено, что жизнестойкость выступает интегральным психологическим ресурсом, детерминирующим выбор продуктивных стратегий преодоления трудностей в период профессионального обучения. Перспективы работы заключаются в изучении гендерной специфики совладания и динамики жизнестойкости от младших курсов к выпуску.

Список литературы

1. Maddi, S. R. Hardiness: Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth / S. R. Maddi. – Dordrecht : Springer, 2013. – 94 p. – DOI: 10.1007/978-94-007-5222-1.
2. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости: методическое руководство / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – Москва : Смысл, 2006. – 63 с. – ISBN 5-89357-228-9.
3. Крюкова, Т. Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т. Л. Крюкова, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляева // Журнал практического психолога. – 2005. – № 3. – С. 93–112. – EDN: KMNBVT.
4. Битюцкая, Е. В. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации и совладающее поведение / Е. В. Битюцкая // Психологический журнал. – 2021. – Т. 42, № 1. – С. 36–48. – DOI: 10.31857/S020595920013328-8. – EDN: ZKMPQL.
5. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 336 с. – ISBN 978-5-388-00543-4.
6. Знаков, В. В. Самопонимание и совладание со сложными жизненными ситуациями / В. В. Знаков // Вопросы психологии. – 2022. – Т. 68, № 2. – С. 15–28. – EDN: TYUIOP.
7. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в структуре психологической саморегуляции / Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2023. – № 3. – С. 84–105. – DOI: 10.11621/vup.2023.03.04. – EDN: PLMNBV.

УДК 37.032

СЕМЕЙНЫЕ ДИСФУНКЦИИ НА ЭТАПЕ КРИЗИСА ПЕРВОГО ГОДА СУПРУЖЕСКОЙ ЖИЗНИ

Бухарова И.С.**,** канд. пед. наук, доц., ORCID 0000-0002-9377-7630,
Ли Э.В.
ФГАОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»,
г. Екатеринбург, РФ
I.s.buharova@yandex.ru. fox.elvik6161@gmail.com

Введение. Первый год совместной жизни супругов часто считается наиболее критическим периодом в отношениях. На этом этапе молодые пары сталкиваются с различными вызовами, которые могут привести к семейным дисфункциям. Важно понимать, что изменения, происходящие в

этот период, воздействуют на эмоциональное, психологическое и физическое состояние обоих партнеров.

Цель исследования. Данная работа посвящена выявлению причин семейных дисфункций в первый год супружеской жизни и поиску путей их преодоления.

Основная часть. Проблемой изучения причин семейных дисфункций занимались такие авторы, как: Т.В. Андреева [1], Н.Н. Бессонова [2], В.Е. Василенко [3], К.П. Горбач [4], Н.Н. Лупенко [5], О.Г. Прохорова [6] и др.

В рамках нашего исследования был проведен опрос на выборке 15 семейных пар. В качестве респондентов были пары в возрасте от 21 до 35 лет, брачные отношения которых оставили 1–2 года совместной жизни.

Анализ ответов респондентов в рамках нашего исследования показал, что основными причинами семейных дисфункций являются следующие.

1. Необходимость партнеров перестраиваться под своего партнера.

Первый год в браке – это время значительных изменений. Новый образ жизни, совместные решения и партнерские обязательства могут вызывать стресс. В начале семейной жизни молодожены сталкиваются с необходимостью перестраивать свои привычки и подстраиваться под него, что часто вызывает конфликты.

Многие молодые люди вступили в брак с идеализированным представлением о семейной жизни. Ожидания счастья и гармонии столкнулись с реальными трудностями – финансовыми проблемами, отсутствием времени друг на друга, различиями во многих вопросах и отношению к жизни. У 45% супружеских пар возникло разочарование и недовольство отношениями друг с другом.

2. Барьеры общения (непонимания и недосказанности), неумение разрешать и предотвращать конфликты.

Одной из ключевых причин семейных дисфункций является недостаток эффективной коммуникации. Как показал опрос, многие партнеры не понимают того, что у второй половины есть потребности в понимании и поддержке, что приводит к накапливанию обид и недовольства. Неспособность открыто обсуждать проблемы создает дополнительные барьеры, приводит к конфликтам (30% респондентов ответили, что не готовы открыто обсуждать проблемы, надеются, что партнер поймет сам и догадается, что нужно второй половине). Часто молодые пары не обладают достаточными знаниями о техниках и методах разрешения споров, что ведет к конфликтам, усилению эмоционального напряжения и, в конечном итоге, к дисфункциям.

3. Финансовые проблемы, связанные с совместным управлением финансами, различными финансовыми привычками.

Финансовые вопросы – одна из частых причин разногласий между молодоженами. Неумение эффективно управлять совместными средствами,

а также отсутствие согласования финансовых целей выявлено у большинства семейных пар, что впоследствии вызывает стресс и конфликты в молодой семье. Партнеры также имеют различные предубеждения и привычки в отношении денег. И это тоже становится причиной недопонимания и конфликтов. Обсуждение финансовых вопросов и установление совместного бюджета может помочь избежать этих проблем.

4. Влияние внешних факторов (семья, друзья, работа).

Друзья и семья могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на отношения между молодоженами. Конечно же, наличие окружения, которое поддерживает партнеров, способствует более гармоничной совместной жизни. В то же время, негативные примеры из окружения могут повышать уровень стресса и напряженности. Большинство опрашиваемых отметили, что в их окружении есть люди, которые оказывают влияние на отношения в паре и приводят к семейным дисфункциям. Так, в качестве положительного влияния были указаны другие семейные пары, которые живут благополучно. В качестве негативного влияния были названы отношения с родителями супругов (много советуют, «лезут туда, куда не надо»).

Работа и профессиональные обязательства также могут влиять на отношения в первый год брака. Стресс на рабочем месте, недостаток времени для партнера и нехватка эмоциональной поддержки приводят к напряженности в семье.

Для решения вышеуказанных проблем могут быть следующие пути к разрешению семейных дисфункций.

1. Налаживание эффективной коммуникация между супругами и совместное решение проблем.

Для улучшения отношений супругам необходимо работать над эффективностью общения. Открытые и честные разговоры о чувствах, потребностях и ожиданиях могут значительно снизить уровень конфликтов и недоразумений. Рекомендуем познакомить супругов с техникой «Я-сообщения». Пары должны научиться совместно решать возникающие проблемы, начиная с простых бытовых вопросов и заканчивая более серьезными темами.

2. Профессиональная помощь. В некоторых случаях может быть полезно обратиться к психологу или семейному консультанту. Профессиональная помощь может предоставить новые перспективы и инструменты для решения конфликтов.

Заключение. Таким образом, первый год супружеской жизни – это уникальный и сложный период, который способен сформировать основу для крепких и здоровых отношений. Понимание причин, ведущих к семейным дисфункциям, а также работа над улучшением коммуникации и совместного решения проблем могут значительно снизить уровень стресса и укрепить

отношения. Управление ожиданиями и готовность к совместной работе помогут молодым парам справиться с вызовами, которые им предстоят.

Список литературы

1. Андреева, Т. В. Семейная психология: учебное пособие / Т. В. Андреева. – Санкт-Петербург: Речь, 2007. – 381. – ISBN 5-9268-0655-0.
2. Бессонова, Н. Н. Исследование психологических особенностей конфликтного поведения у супругов, как результата кризиса семейных отношений / Н. Н. Бессонова, А. М. Кукуляр // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – Т. 9. – № 6. – С. 58. – URL: https://mir-nauki.com/PDF/70PSMN621.pdf
3. Василенко, В. Е. Проявления кризиса одного года в связи с характеристиками семейного взаимодействия / В. Е. Василенко, Я. В. Наталенко // Сибирский психологический журнал. – 2021. – № 80. – С. 165-191. – DOI: 10.17223/17267080/80/9
4. Горбач, К. П. Психологические признаки кризиса молодой семьи / К. П. Горбач, Т. В. Капустина // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2019. – № 8. – С. 7-12. EDN: JOIDIV.
5. Лупенко, Н. Н. Ценностные ориентации и характер взаимодействия супругов в конфликте на этапе молодого супружества / Н. Н. Лупенко// Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 64-1. – С. 344–346.
6. Прохорова, О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебное пособие для вузов. 2-е изд., испр. и доп. / О. Г. Прохорова. – Москва: Юрайт, 2022. – 234 с. – ISBN 978-5-534-08301-9.
7. Ярополова, И. А. Специфика проживания ненормативного кризиса в семье и его влияние на эмоциональное благополучие ребенка / И. А. Ярополова, И. С. Бухарова // Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации : материалы всероссийской научно-практической конференции с дистанционным и международным участием, Ульяновск, 23–24 декабря 2024 года. – Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство «Зебра»), 2024. – С. 379-382. – EDN AOKVHL.

УДК 159.9:355.01

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ И ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГОВ В УСЛОВИЯХ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИНТЕГРАТИВНОЙ МОДЕЛИ

Волошина А.А., ORCID 0009-0005-0678-1332,
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
artyukh98@inbox.ru

Введение. Профессиональная деятельность психолога в зоне вооруженного конфликта представляет собой особую стрессовую нагрузку, при котором привычные механизмы адаптации подвергаются проверке на прочность в условиях, не имеющих аналогов в мирной практике.

Специалист одновременно выступает субъектом и объектом травматического воздействия: он оказывает помощь пострадавшим, но при этом сам находится в поле действия тех же стрессоров – хронической угрозы жизни, неопределённости, информационной перегрузки и моральной неразрешимости многих ситуаций. К этому добавляется эффект вторичной травматизации, связанный с постоянным соприкосновением с чужим страданием, а также груз ответственности за жизнь и психологическое состояние клиентов.

Цель – теоретико-методологический анализ и синтез оснований для построения контекстуально-специфической модели, объясняющей динамику личностных ресурсов и специфику копинг-стратегий психологов в условиях вооружённого конфликта.

Основная часть. Первый проблемный узел связан с транзакционной моделью: её логика предполагает оценку ситуации как угрожающей и выбор проблемно- или эмоционально-ориентированной стратегии [7]. Однако в условиях войны макросреда устойчиво оценивается как неконтролируемая, что должно вести к доминированию эмоционально-ориентированных стратегий. Эмпирически специалисты демонстрируют гибридные паттерны: проблемно-ориентированные действия для локальных задач (экстренная помощь в укрытии, консультация при дефиците времени, планирование безопасных маршрутов) сочетаются с эмоционально- и смыслоориентированными стратегиями (юмор, переоценка, опора на миссию) [5].

Противоречие снимается введением многоуровневой когнитивной оценки: макроуровень фиксирует неконтролируемость среды, микроуровень – контролируемость конкретной задачи. Это позволяет сохранять активную позицию без иллюзии тотального контроля, а критерием эффективности становится не разрешение ситуации, а поддержание функционирования и минимизация ущерба.

Второй узел касается теории сохранения ресурсов: в условиях непрерывной потери ресурсов логика инвестирования с целью приумножения даёт сбой, возникает риск «ресурсных ловушек», и акцент смещается на сбережение, протекцию и динамическую реконфигурацию иерархии [6]. Продуктивно соединение процессуальной логики этой теории со структурной моделью Д.А. Леонтьева (физиологический, психологический, социальный уровни) [1]. Экстремальный стресс нарушает динамическое равновесие, и мотивационно-смысловые ресурсы – ценности, убеждения, профессиональная миссия – приобретают статус центрального ресурса, выполняя организующую и мобилизующую функцию и выступая «вертикальной осью устойчивости» [4]. Они обеспечивают смысловую интеграцию травматического опыта, связность уровней и защиту от экзистенциального отчаяния.

На этой основе сформулированы конструкты интегративной модели: динамическая иерархия ресурсов и адаптивная гибкость копинг-поведения. Динамическая иерархия предполагает фазовую смену доминирующих уровней: в острой фазе преобладают физиологические ресурсы и безопасность, при относительной стабилизации – саморегуляция и когнитивный контроль, а мотивационно-смысловой уровень выполняет буферно-стабилизирующую функцию на всех этапах [1].

Адаптивная гибкость переопределяет критерии эффективности: значима не стратегия сама по себе, а способность к её ситуативно-адекватной мобилизации и переключению. Она включает точность когнитивной оценки, широту репертуара (сосредоточение на миссии, контекстуализированный юмор, ритуализация действий, управление вовлеченностью) и компетентность в мониторинге и смене паттернов.

Особое место занимает переосмысление социальных ресурсов: из модулятора они превращаются в критическую систему внешней стабилизации и жизнеобеспечения всей ресурсной иерархии [6], а профессиональное сообщество становится распределённым субъектом сознания и регуляции, внешним контуром саморегуляции и коллективным субъектом смыслообразования [2].

Такая конфигурация объясняет эмпирическую аномалию: при сопоставимой нагрузке одни специалисты истощаются, другие демонстрируют посттравматический рост. Дифференцирующим фактором выступает не объём ресурсов, а пластичность иерархии, устойчивость смысловой оси и развитость поддерживающего сообщества [4].

Заключение. Проведённый анализ позволил преодолеть противоречие между классическими теориями стресса и спецификой экстремального контекста. Разработана интегративная модель, центральными конструктами которой являются динамическая иерархия личностных ресурсов [1], адаптивная гибкость копинг-поведения [5] и системообразующая роль социальных ресурсов [6]. Модель имеет практическую значимость: смещает фокус психологической подготовки с формирования изолированных навыков на развитие интегральной компетенции – способности к динамической реконфигурации ресурсного потенциала и ситуативному управлению копинг-стратегиями. Перспективы дальнейших исследований – эмпирическая верификация модели, разработка диагностического инструментария и проектирование интервенций, направленных на укрепление смысловой оси устойчивости и поддерживающего профессионального сообщества.

Информация о финансовой поддержке: *Работа выполнена в рамках государственного задания (проект (№ FRRE-2026–0029 «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве»)*.

Список литературы

1. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – 2-е изд., испр. и доп. / Д.А. Леонтьев. – Москва: Смысл, 2012. – 511 с.
2. Рассказова, Е. И. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE / Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10, № 1. – С. 82–118.
3. Тарабрина, Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 272 с.
4. Франкл, В. Человек в поисках смысла: пер. с англ. и нем / В. Франкл. – Москва: Прогресс, 1990. – 368 с.
5. Cheng, C. Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: A meta-analytic review / C. Cheng, H.P. Lau, M.P. Chan // Psychological Bulletin. – 2014. – Vol. 140, no. 6. – P. 1582–1607. – DOI: 10.1037/a0037173.
6. Hobfoll, S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress // American Psychologist / S.E. Hobfoll. – 1989. – Vol. 44, no. 3. – P. 513–524.

УДК 159.942.5

ВНУТРЕННИЕ РЕСУРСЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКОМ СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЕГО АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА

Гаврилова Е.В., ORCID 0009-0008-6528-6982
Донецкий институт управления – филиал ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации»,
г. Донецк, РФ
19soul@mail.ru

Введение. В последнее время человек сталкивается с большим количеством сложных жизненных ситуаций. Следует отметить, что в научной литературе нет единого чёткого определения этого понятия.

Ряд учёных (Л. И. Анцыферова, Н. Г. Осухова и др.) рассматривают её как нарушение адаптации человека к жизни под воздействием внешних или внутренних факторов, приводящее к несоответствию между его ценностями и возможностями их реализации; между базовыми потребностями и привычным способом их удовлетворения [2].

Некоторые авторы (Ф. Е. Василюк, Е. Н. Туманова, А. Н. Фоминов) склонны акцент делать на субъективном восприятии ситуации и степени её значимости для человека [3].

В. А. Петровский [5] выделяет субъективный и объективный компонент оценки ситуации. И если объективный компонент определяет возможность решить проблему доступными способами, то субъективный компонент является результатом личностного восприятия человеком сложности ситуации, предположения какие усилия необходимо приложить,

какие внутренние ресурсы затратить. Причём, возможна и неадекватная оценка трудности ситуации.

Существует большое количество разновидностей сложных ситуаций: это и эмоциональные (стрессовые, фрустрирующие), и межличностные (конфликтные), и связанные с воздействием внешних факторов среды (экстремальные, чрезвычайные, травматические).

Но в сложной ситуации важно не просто выжить, смириться, а скорее преодолеть и функционировать как целостная личность. В. В. Андреев и В. В. Андреев [1] рассматривают преодоление, как «процесс преобразования внутреннего мира человека». В зависимости от ограничений, делающих ситуацию сложной, они выделяют следующие уровни преодоления: уровень психофизической активности связан с преодолением физических ограничений, как внешних, так и внутренних; индивидный уровень направлен на преодоление стрессовых ситуаций, в результате чего растёт стрессоустойчивость человека; личностный уровень связан с разрешением конфликтных ситуаций и приобретением социально-психологической грамотности, способствует личностному росту; духовно-нравственный уровень обусловлен смысложизненным кризисом и приводит в случае преодоления к обретению новых ценностей, смыслов, реализации себя в творчестве.

Целью данной работы является необходимость проанализировать, какие внутренние ресурсы может использовать человек с той или иной акцентуацией характера для преодоления сложных жизненных ситуаций.

Основная часть. Акцентуации характера, как заострение одних черт характера в ущерб другим, имеют избирательную уязвимость к некоторым жизненным ситуациям, что мешает справляться с ними. Вместе с тем, у каждого психотипа есть свои внутренние ресурсы для их преодоления.

В своей работе мы опирались на типологию акцентуаций характера К. Леонгарда. Если рассматривать когнитивные ресурсы или их отсутствие, то можно отметить, что интерпретировать ситуацию как угрожающую и опасную больше склонны люди с тревожной, экзальтированной или эмотивной акцентуацией, в силу своей впечатлительности, мнительности, паникёрства. Человек с застревающим типом акцентуации характера чаще воспринимает сложную жизненную ситуацию как вызов и стремится мобилизовать все ресурсы для её преодоления. Способность педантичных и дистимических акцентуантов анализировать возникшие проблемы, трудности, не втягиваясь в них эмоционально, позволяет говорить о том, что когнитивные ресурсы являются для них основными в преодолении сложных жизненных ситуаций.

Эмоциональные ресурсы предполагают высокую стрессоустойчивость, умение применять конструктивные стратегии совладания, способность контролировать свои эмоциональные проявления. Использование такого рода ресурсов характерно для гипертимического, дистимического и педантичного

типов акцентуации характера. Эмоциональным типам акцентуаций характера мешают справляться со сложными жизненными ситуациями: постоянные колебания настроения и впечатлительность (эмотивный тип), стойкость негативных переживаний (застревающий тип), большая интенсивность темпа нарастания эмоций (экзальтированный тип), повышенная эмоциональная взрывчатость (возбудимый тип).

Исследование М. В. Лукьяновой [4] также показало взаимосвязь между особенностями эмоционально-волевой сферы человека и его типом акцентуации характера: у демонстративного типа отмечается низкий эмоциональный самоконтроль, но высокая самостоятельность; у гипертимического типа выявлен низкий социальный самоконтроль; а у педантичного эмоциональный самоконтроль высокий, что позволяет проявлять надёжность.

Волевые ресурсы для преодоления сложных жизненных ситуаций могут использовать люди с застревающим типом акцентуации, так как трудности только побуждают их к большей активности; демонстративный человек, если это касается его личных интересов; гипертим, когда цель для него значима.

В целом, можно отметить, что когнитивные ресурсы (оценка ситуации не только с точки зрения значимости для человека, но и с точки зрения, что можно сделать в данном случае) чаще используют люди с дистимическим, педантичным и застревающим типами акцентуаций характера; эмоциональные ресурсы (высокая стрессоустойчивость, принятие вызова) в большей степени помогают справляться с трудностями гипертимным и дистимическим акцентуантам; волевые ресурсы (жизнестойкость, способность мобилизовать психические и физические силы) являются основными для застревающего типа, а также демонстративного и гипертимического при определённых условиях.

Заключение. Итак, сложная жизненная ситуация нарушает привычное функционирование личности, вносит неопределённость, непредсказуемость в развитие будущих событий, меняет систему требований к человеку. Но она может быть не только преодолена, но и стать импульсом к дальнейшему личностному росту. Использование внутренних ресурсов преодоления (когнитивных, эмоциональных и волевых) во многом определяется акцентуацией характера человека.

Список литературы

1. Андреев, В. В. Психологическая концепция преодоления: теория, методология, диагностика / В. В. Андреев, В. В. Андреев // Российский психологический журнал. – 2019. – Т.16, №3. – С. 20-32. DOI:10.21702/rpj.2019.3.2.
2. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Том 15, №1. – С. 3–18.

3. Кочетова, Е. Ю. Модель формирования стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у современной молодежи: от обоснования к реализации и оценке эффективности / Е. Ю. Кочетова, К. С. Шалагинова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7, №1. – С. 1-10. EDN: NADRAD.
4. Лукьянова, М. В. Особенности эмоционально-волевой сферы личности у студентов с различными акцентуациями характера / М. В. Лукьянова // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. –№ 84-3. – С. 444-449.
5. Петровский, В. А. Персонология трудных жизненных ситуаций: на перекрестке трех культур / В. А. Петровский, И. М. Шмелев // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2019. – Т.16. – №3. – С. 408-433. DOI: 10.17323/1813-8918-2019-3-408-433.

УДК 159.923.2

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ И РЕСУРСЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ РОДСТВЕННИКОВ БОЛЬНЫХ СО СПИНАЛЬНОЙ ТРАВМОЙ

Галиакберова И.Л., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0001-8569-0052,
Улько А.Н., ORCID 0009-0006-9303-1974
ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет», г. Чита, РФ
ira.bryansk@yandex.ru; Anna.Ulko@yandex.ru

Введение. Спинальная травма разрушает не только физические возможности пациента, но и повседневную жизнь семьи. Родственник, который берет на себя ответственность за уход, сталкивается с трудностями в своей жизни. Его предыдущие поведенческие модели перестают работать, а у него недостаточно личностных ресурсов, чтобы справиться с новыми обстоятельствами. Эта тема чрезвычайно важна из-за того, что все больше семей вынуждены оплачивать долгосрочный стационар, а также из-за того, что программы психологической поддержки для близких из окружения спинальных больных, еще не разработаны.

Цель исследования состоит в том, чтобы проанализировать как эмпирические, так и теоретические данные, касающиеся личностных характеристик родственников больных спинальной травмой, их способов совладания и методов психологической помощи. Обзор включает данные клинико-психологических и психометрических исследований последних лет, а также отечественные и зарубежные публикации, посвященные психологии семей больных с тяжелыми неврологическими и спинальными поражениями.

Основная часть. Трудная жизненная ситуация родственника развивается в несколько этапов. Первую фазу после постановки диагноза, называемой острой, все обследованные семьи оценили как предельно тяжёлую: в среднем на 4,8/5 балла. Семейный стресс держится на уровне

4,2/5 балла. То есть семья живёт в постоянной перегрузке, а качество жизни опускается до 2,9/5 балла. В социальной изоляции оказываются более половины (58 %) родственников больных [1], а совокупная травматическая нагрузка объясняет до 14,8 % дисперсии психоэмоционального благополучия ухаживающих [2]. Однако психоэмоциональное состояние стабилизируется по мере того, как родственник начинает использовать стратегии совладания. На этапе адаптации самым результативным оказывается поиск социальной поддержки (4,4 балла) [1]. Примечательным являются половые различия: у матерей стресс существенно выше, чем у отцов [1].

Среди ухаживающих преобладают женщины, чаще всего жёны и сёстры пациентов (81,7 %) [3]; уход занимает у них до 11,3 часа в сутки. Среди опекающих родственников, почти 40 % страдают хроническими заболеваниями, психологический дистресс и депрессивную симптоматику отмечают у 79 % и 18–50 % соответственно. Среди тех, кто ухаживает за больным в одиночку, 53,3 % пришлось уйти с работы [3]. Бремя ухода складывается из объективной перегрузки и субъективного истощения и нередко заканчивается эмоциональным выгоранием [4]. Зачастую, депрессия у ухаживающих супругов выражена сильнее, чем у самого пациента.

Способность человека преодолевать кризисы зависит от его личностных ресурсов. Поначалу превалируют проблемно-ориентированные стратегии, такие как планирование решения проблемы (13,0–13,5 балла) [5], однако когда стресс переходит в хроническую стадию, то картина меняется на противоположную. Планирование падает с 13,5 до 9,2 балла, а дистанцирование и избегание растут почти в полтора раза, что косвенно подтверждается исследованиями: избегание и конфронтативный копинг прямо связаны с депрессивной симптоматикой ($r = 0,515$ и $r = 0,511$ соответственно) [6]. Жизнестойкость смягчает субъективную тяжесть событий и может объяснить до 19 % вариативности психологического благополучия. С опытом ухода она растёт: 11,1 балла против 10,0 [7]. Когда привычная картина мира рушится, появляются симптомы посттравматического стресса, такие как синдром эмоционального выгорания (развивается у 63,9 % опекающих родственников), и у 20 % родителей они держатся дольше 5–10 лет. Одновременно меняются смыслы: на первый план выходят ценности «Семья», «Любовь», «Будущее».

Психологическая помощь строится на нескольких уровнях. Для диагностики используют стандартизированные шкалы: DRS, SCL-90-R, FACES-3, Шкалу социальной адаптации Ж. М. Глозман. По последней выраженная дезадаптация обнаруживается у 45 % ухаживающих. С дезадаптивными установками работают методами когнитивно-поведенческой терапии, релаксационными техниками и в группах взаимопомощи; это снижает субъективный стресс и социальную изоляцию.

После психообразовательных программ доля родственников с активными адаптивными стратегиями возрастает до 78 %. Если опекающих родственников включают в мультидисциплинарную реабилитационную бригаду, восстановление идёт успешнее, а достигнутое закрепляется дома.

Заключение. Личность родственника спинального больного формируется в затяжной трудной жизненной ситуации: объективная тяжесть травмы сочетается в ней с долгой перегрузкой уходом и нехваткой внешней поддержки. Насколько сильным будет дистресс, зависит от медицинского статуса пациента и от личностных ресурсов близкого: жизнестойкости, локуса контроля, выбранных копинг-стратегий, способности переосмыслить травматический опыт. Поэтому психодиагностику и психологическую коррекцию нужно включать в реабилитацию спинальных больных как можно раньше. Своевременная работа с семьёй снижает у ухаживающих риск выгорания, изоляции и декомпенсации, и реабилитация от этого становится устойчивее.

Список литературы

1. Полякова, О. Б. Стратегии адаптации созависимых родственников в условиях ненормативного семейного кризиса при тяжёлых заболеваниях детей / О. Б. Полякова // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. – 2025. – № 3. – С. 76–87. DOI: 10.18384/3033-6414-2025-3-76-87
2. Yimam, P. T. Exposure to Traumatic Experience and Mental Health: The Mediating Role of Resilience among Orthopaedic Patients' Caregivers in Benue Northwest, Nigeria / P. T. Yimam // International journal of social sciences and management research. – 2026. – DOI: 10.56201/ijssmr.vol.11no5.2025.pg326.332.
3. Булюбаш, И. Д. Психологические факторы в уходе за пациентами с последствиями спинномозговой травмы / И. Д. Булюбаш // Трудный пациент. – 2015. – Т. 13, № 4. – С. 33–38.
4. Шишкова, А. М. Факторная структура методики «Уровень эмоционального выгорания родственников» на выборке родственников пациентов с химической и нехимической аддикцией / А. М. Шишкова [и др.] // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2025. – Т. 15, № 3. – С. 476–487. EDN: XBWIZE.
5. Киселева, М. Г. Совладающее поведение в период хирургического лечения у матерей детей второго года жизни с врожденным пороком сердца / М. Г. Киселева // Высшее образование сегодня. – 2016. – № 10. – С. 52–54.
6. Хазова, С. А. Динамика совладающего поведения родителей, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями здоровья / С. А. Хазова, М. В. Ряжева // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2012. – Т. 18, № 3. – С. 203–209.
7. Калашникова, В. В. Психологические проблемы ухаживающих за больными рассеянным склерозом / В. В. Калашникова, А. В. Ильмузина // Национальное здоровье. – 2024. – № 4. – С. 57–61. – DOI: 10.24412/2412-9062-2024-4-8.

УДК 159.9:331.1

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ ДНР

Данилова С.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0002-5675-455X
Донецкий филиал ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», г. Донецк, РФ
danilova-sv2@ranepa.ru

Введение. Профессиональная деятельность социального работника в Донецкой Народной Республике приобретает особую значимость в условиях длительной социально-политической нестабильности, экономических преобразований и гуманитарных вызовов. Работа с населением, пережившим травматический опыт, требует не только профессиональных компетенций, но и развитых личностных качеств, устойчивости к стрессу, способности к эмпатическому взаимодействию.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью выявления психологических детерминант, обеспечивающих результативность труда специалистов по социальной работе в специфических условиях Донбасса. Понимание этих предикторов позволит оптимизировать отбор кадров, разрабатывать программы психологического сопровождения и повышать качество социальных услуг.

Основная часть. Эффективность профессиональной деятельности социальных работников представляет собой интегративную характеристику, отражающую результативность выполнения профессиональных задач и качество оказания социальных услуг. Исследователи определяют эффективность социальной работы как совокупность объективных и субъективных критериев, которые находятся в постоянном взаимодействии [2]. К объективным показателям относятся результативность выполнения профессиональных задач, качество решения конкретных социальных случаев, соответствие установленным стандартам и нормативным требованиям. Субъективные критерии отражают удовлетворённость специалиста своим трудом, его эмоциональное благополучие, устойчивость профессионального функционирования и отсутствие признаков выгорания.

В научной литературе психологические предикторы эффективности профессиональной деятельности социальных работников объединяются в четыре взаимосвязанные группы: мотивационно-смысловые, эмоционально-регуляторные, ресурсные и поведенческие.

Мотивационно-смысловые предикторы включают профессиональную мотивацию и осмысленность деятельности, другими словами, устойчивая

внутренняя мотивация выступает как фундамент продуктивного выполнения обязанностей, а осмысленность обеспечивает устойчивость в неблагоприятных условиях.

Эмоционально-регуляторные предикторы объединяют эмоциональную устойчивость и способность к саморегуляции, которая позволяет специалисту управлять эмоциональными состояниями и предотвращать деструктивные последствия хронического стресса.

Ресурсный блок занимает особое место в структуре предикторов: под психологическими ресурсами понимается совокупность внутренних (стрессоустойчивость, мобилизация собственных сил, личностный потенциал адаптации) и внешних (социальная поддержка коллег, руководства и близких) возможностей личности, которые обеспечивают сохранение работоспособности и адаптацию к профессиональным нагрузкам [3].

Поведенческие предикторы представлены копинг-стратегиями. Продуктивными являются активные проблемно-ориентированные стратегии; избегание и самобвинение коррелируют с низкой эффективностью и риском выгорания [1].

Таблица

Теоретические группы психологических предикторов эффективности социальных работников

Группа предикторов	Основные характеристики	Связь с профессиональной эффективностью
Мотивационно-смысловые	Внутренняя мотивация, профессиональные ценности, осознание смысла и социальной значимости деятельности	Поддержание профессиональной активности и вовлечённости
Эмоционально-регуляторные	Эмоциональная саморегуляция, контроль эмоциональной вовлечённости, способность сохранять эмоциональное равновесие	Поддержание профессиональной устойчивости и снижение эмоционального напряжения
Ресурсные	Личностные ресурсы, стрессоустойчивость, способность мобилизовать внутренние и внешние ресурсы	Адаптация к профессиональным нагрузкам и сохранение работоспособности
Поведенческие	Конструктивные копинг-стратегии, планирование, поиск социальной поддержки, положительная переоценка	Эффективное преодоление профессиональных трудностей

Представленные группы предикторов не функционируют изолированно. Между ними существуют сложные взаимосвязи: мотивационная направленность влияет на выбор копинг-стратегий, эмоциональная устойчивость определяет доступность ресурсов, а ресурсная обеспеченность поддерживает устойчивость мотивации. Поэтому в теоретическом плане правомерно рассматривать их как целостную,

взаимосвязанную систему, в которой каждый компонент вносит вклад в обеспечение профессиональной эффективности социального работника.

Заключение. Таким образом, эффективность профессиональной деятельности социальных работников ДНР является результатом взаимодействия комплекса психологических факторов. К числу значимых предикторов можно отнести профессиональную мотивацию, смысловую направленность деятельности, эмоциональную устойчивость и саморегуляцию, а также психологические ресурсы, копинг-стратегии и уровень профессионального выгорания.

Список литературы

1. Зинченко, Ю.П. Специфические аспекты профессионального психологического благополучия социальных работников, осуществляющих сопровождение ветеранов военных конфликтов и членов их семей / Ю.П. Зинченко, Л.А. Шайгерова, О.В. Ваханцева, А.Ю. Евдокимов // Национальный психологический журнал. – 2025. – № 2 (20). DOI: 10.11621/npj.2025.0203
2. Сухов, А.Н. Социально-психологическая компетентность сотрудников социальных служб: теоретико-прикладной аспект / А.Н. Сухов, М.Г. Гераськина // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2020. – № 1. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-kompetentnost-sotrudnikov-sotsialnyh-sluzhb-teoretiko-prikladnoy-aspekt (дата обращения: 05.10.2026).
3. Тимофеева, М.Г. Профессиональное выгорание у социальных работников / М.Г. Тимофеева // Педагогика. Психология. Философия. – 2023. – № 1 (29). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-u-sotsialnyh-rabotnikov (дата обращения: 05.10.2026).

УДК 159.9

РОЛЬ ЭМПАТИИ КАК ПРЕДИКТОРА В ФОРМИРОВАНИИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ – ДОНОРОВ КРОВИ

Данченко Г.М.,

Руденко С.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-0092-5926

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ

danchenkogeorgiy@mail.ru, Rudenko_SV@mail.ru

Введение. Донорство крови представляет собой одну из наиболее частых форм просоциального поведения. В отличие от волонтерства или благотворительности, помощь оказывается анонимному реципиенту, а акт сопряжен с физиологическим дискомфортом и требует психологической готовности. Закономерен вопрос о том, что побуждает регулярно проходить эту процедуру. Ответ «эмпатия» не очевиден: не все эмпатичные люди

становятся донорами, и не все доноры демонстрируют высокие показатели эмпатии.

Эмпатия в научной литературе рассматривается либо как врожденная нейробиологическая способность, либо как приобретенный навык. Оба подхода эмпирически подтверждены, но не объясняют, почему у одних врожденная предрасположенность реализуется в донорском поведении, а у других остается неактуализированной. Ответ кроется в точке пересечения: как эмпатия взаимодействует с опытом и трансформируется в ценностно-смысловые ориентации.

Цель теоретически обосновать модель, в которой эмпатия выступает предиктором ценностно-смысловых ориентаций молодежи-доноров, а социальные факторы выступают модераторами этой связи.

Основная часть. Теоретической основой исследования выступают работы Д. Бэтсона, М. Дэвиса, М. Хоффмана (эмпатия), Д. А. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, В. Франкла, Ш. Шварца (ценностно-смысловая сфера) Т. Бедналла, Л. Боува, Э. М. Мерца (психология донорства).

Биологическая основа эмпатии подтверждается близнецовыми исследованиями. Лонгитюд А. Кнафо показал, что с возрастом вклад наследственности в просоциальность и эмпатию растет, а влияние среды ослабевает. Израильское исследование 183 пар близнецов оценило наследуемость просоциальности в 69%, а вариации гена рецептора окситоцина косвенно предсказывают просоциальное поведение через сопереживание. Кембриджское исследование (88 056 человек) выявило наследуемость когнитивной эмпатии в диапазоне 13–42%. Эти данные свидетельствуют о том, что эмпатия имеет биологическую основу, но не является жестко детерминированной [5]. Точнее говорить о врожденной предрасположенности, реализуемой под влиянием социального опыта.

Согласно Т. Д. Карягиной, человек имеет врожденные предпосылки к эмпатии, но по большей части она обусловлена культурой [1]. Другие авторы утверждают, что эмпатия предопределена врожденными свойствами личности, закрепленными в рефлекторных механизмах. Мы исходим из понимания эмпатии как врожденной предрасположенности, которая не гарантирует просоциального поведения, а лишь создает возможность для его развития; решающую роль в превращении этой возможности в устойчивые ценностно-смысловые ориентации играет социальный опыт, прежде всего опыт донорской активности.

Ключевые факторы формирования ценностно-смысловой сферы – семья, социальная среда, культура и личный опыт. А. В. Серый и М. С. Яницкий рассматривают семью как первичный институт трансляции ценностей. Авторы показывают, что в дальнейшем ведущими агентами социализации становятся школа, сверстники и трудовые коллективы [2]. Волонтёрская активность и донорский опыт могут выступать факторами, усиливающими ценностные ориентации, связанные с заботой о других.

Центральным для настоящего исследования является вопрос о том, как эмпатия связана с ценностно-смысловыми ориентациями. Интересное эмпирическое исследование выполнено Е. В. Анисимовой и О. Б. Крушельницкой. Авторы показали, что предикторами эмпатических способностей выступают развитые смысложизненные ориентации и личностные ценности, отражающие позитивное отношение к людям, такие как чуткость, терпимость, счастье других. Индивидуально-ориентированные ценности, например удовольствия и самоконтроль, являются блокираторами эмпатии [3]. Это исследование фактически единственное, которое эмпирически связывает эмпатию и ценностно-смысловую сферу, и его методология может служить образцом для дальнейших работ.

Конкретные данные о ценностях доноров содержатся в ряде исследований. По методике М. Рокича, у доноров первые шесть ценностей: семья (67,5%), хорошие друзья (65%), здоровье (60%), материально обеспеченная жизнь (57,5%), общественное признание (47,5%), активная деятельная жизнь (42,5%). По методике С.С. Бубновой, ценность помощи и милосердия к другим людям отмечают 96,8% доноров, признание и уважение – 92% [4].

Концепция «теплого свечения» Дж. Андреони объясняет, почему эмпатия не всегда приводит к чистому альтруизму: донорство может мотивироваться не только состраданием, но и ощущением собственной значимости.

Приведенные данные позволяют сформулировать теоретическую модель, в которой эмпатия выступает предиктором ценностно-смысловых ориентаций, а социальные факторы модулируют силу этой связи. Так, эмпатия сама по себе не гарантирует формирования просоциальных ценностей, а лишь создает предрасположенность, реализуемую при соответствующих социальных условиях. Это дает основание предположить, что эмпатия положительно связана с ценностями самотрансценденции, однако устойчивость этой связи зависит от социального опыта – семейного воспитания, волонтерской и донорской активности.

Заключение. Предложенная теоретическая модель может иметь прикладное значение. Поскольку эмпатия не гарантирует донорского поведения, программы вовлечения должны включать практические формы участия, создающие социальный контекст для трансформации эмпатии в ценностные ориентации. Эмпатия не является чисто врожденной или приобретенной характеристикой, а представляет собой предрасположенность, реализуемую под влиянием социального опыта. Ценностно-смысловая сфера формируется прижизненно; эмпатия выступает предиктором, но не гарантом содержания. Просоциальное поведение не сводится к эмпатии, необходимо подкрепление опытом. Программы развития эмпатии должны учитывать индивидуальные диспозиции.

Практическая значимость работы связана с разработкой адресных программ вовлечения. Перспективы исследования предполагают эмпирическую проверку представленной модели и выявление социальных факторов-модераторов.

Список литературы

1. Карягина, Т. Д. Понимание не может быть навязчивым / Т. Д. Карягина // Психологическая газета. – 2023. – 18 марта. – URL: https://psy.su/pubs/10976/ (дата обращения: 17.09.2026).
2. Ценностно-смысловая направленность и социокультурные детерминанты образа собственного будущего студенческой молодежи / М. С. Яницкий, А. В. Серый, О. А.Браун, Р. О. Балабащук // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2019. – Т. 30. – С. 92-103. – DOI 10.26516/2304-1226.2019.30.92
3. Анисимова, Е. В. Взаимосвязь способности к эмпатии и ценностно-смысловых ориентаций у школьников и студентов / Е. В. Анисимова, О. Б. Крушельницкая // Социальная психология и общество. – 2023. – Т. 14, № 3. – С. 64–84. – DOI: 10.17759/sps.2023140305
4. Фильштинская, Е. Г. Психологические аспекты мотивации донорства крови / Е.Г. Фильштинская, М. В. Аборина // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 10 (112). – DOI: 10.23670/IRJ.2021.112.10.043
5. Knafo-Noam, A. The prosocial personality and its facets: genetic and environmental architecture of mother-reported behavior of 7-year-old twins / A. Knafo-Noam, F. Uzefovsky, S. Israel, M. Davidov, C. Zahn-Waxler // Frontiers in Psychology. – 2015. – Vol. 6. – Art. 112. – DOI: 10.3389/fpsyg.2015.00112.

УДК 159.9:355.01

РЕГИОНАЛЬНАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ КАК ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В УСЛОВИЯХ ВОЙНЫ

Есенова А.Ю., ORCID 0009-0001-6479-7149
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
esenova_anna@mail.ru

Введение. Военные действия на территории нашей республики радикально преобразует не только физическое пространство, но и психологическую реальность человека. Разрушение привычной среды, вынужденные перемещения, разлука с близкими и постоянная угроза жизни создают беспрецедентное давление на психику. В таких условиях особую значимость приобретает вопрос о том, какие психологические ресурсы позволяют человеку сохранять внутреннюю устойчивость и способность к адаптации. Одним из таких ресурсов, как показывают исследования многих авторов, выступает региональная идентичность.

Под региональной идентичностью понимается личностная связь жителя региона с территорией проживания. Максимова Л.А., Валиев Р.А.,

Руженцева Н.Б. исходят из предположения, что носитель региональной идентичности конструирует для себя «образ региона» проживания, соотнося при этом внутренний мир своей личности с внешней средой [3].

На двойственность определения региональной идентичности указывает К.Е. Тумакова: с одной стороны это совокупность культурных отношений, связанных с понятием «малая родина», или отношение человека к своей земле; с другой стороны – социально-психологическое чувство принадлежности к региональному сообществу, при этом границы региона как понятия ментального совпадают с границами сообщества [4].

Амосова Е.А., Козлова Л.Н. определяют региональную идентичность как «часть социальной идентичности личности, в структуре которой можно обозначить два компонента – знания и представления об особенностях своего регионального общества и осознание себя его членом; - оценку качеств своего региона, значимость его в мировой и локальной системе координат. Важным психологическим фактором, влияющим на формирование региональной идентичности, является «идентичность места», поддерживающая необходимые для самоидентификации человека эмоциональные и другие символические опоры» [1].

Большинство исследователей приходят к выводу, что эмоциональная и когнитивная связь с территорией проживания, ее культурой, историей и сообществом остается очень значимой для современного человека. В мирное время эта связь часто остается на периферии сознания личности, воспринимаясь как данность. Однако в ситуации угрозы ее роль принципиально меняется: региональная идентичность актуализируется, становясь опорой для сохранения непрерывности самовосприятия и источником коллективной поддержки. Андреева И. указывает, что «в условиях военных действий происходит специфическое проявление психологического пространства личности, которое включает в себя «место-идентичность» – осознание человеком своего положения и роли в пространстве и времени, а также притязания на признание» [2].

Цель – проанализировать, как региональная идентичность функционирует в качестве фактора психологического благополучия в условиях войны.

Основная часть. Исследования указанных авторов подтверждают, что сильная привязанность к месту положительно коррелирует с субъективным благополучием, самооценкой и ощущением осмысленности жизни. Напротив, разрыв этих связей – будь то вследствие природных катастроф, экономических причин или военных действий ведет к росту психологического дистресса, тревоги и депрессивных симптомов. Особую роль приобретает феномен «двойной утраты». В этом случае связь с местом сохраняется в памяти, но не может быть актуализирована в настоящем, что создаёт разрыв между «место-идентичностью прошлого» и «место-идентичностью настоящего».

Каким же образом региональная идентичность способствует психологическому благополучию в условиях войны? Опишем несколько взаимосвязанных механизмов.

1) региональная идентичность обеспечивает непрерывность самовосприятия. В ситуации, когда привычный мир разрушается, память о «своем» месте - его ландшафте, звуках, запахах, социальных ритуалах - становится якорем, удерживающим личность от распада. Переселенцы часто описывают себя не как «временно перемещенных лиц», а как «жителей Мариуполя», подчеркивая тем самым преемственность своей идентичности вопреки вынужденному разрыву с территорией.

2) Региональная идентичность служит основой для формирования сообществ взаимоподдержки. Люди, объединенные общим происхождением, легче устанавливают доверительные связи, обмениваются ресурсами и оказывают друг другу психологическую поддержку, что играет критическую роль в совладании с травматическим опытом.

3) региональная идентичность связана с осмыслением происходящего. В условиях, когда война разрушает базовые представления о справедливости и предсказуемости мира, причастность к сообществу и территории, за которые ведется борьба, придает страданию смысл и цель. Это соответствует данным о том, что «создание смысла» и нарративная идентичность выступают ключевыми факторами посттравматического роста.

Однако региональная идентичность не является безусловно позитивным фактором. Ее защитная функция имеет свои пределы и может оборачиваться дополнительными рисками. Прежде всего, слишком сильная привязанность к оставленному месту может затруднять адаптацию на новом месте. Люди, не позволяющие себе «пустить корни», годами живущие в состоянии «временности», подвергаются хроническому психологическому истощению, что может становиться источником социальной напряженности.

Постоянные военные действия в нашей республике обнажают амбивалентность динамики региональной идентичности, превращая повседневную связь с территорией в предмет осознанной рефлексии и экзистенциального выбора. Таким образом, учет региональной идентичности как фактора психологического благополучия имеет не только теоретическое, но и практическое значение.

Заключение. Для организации психосоциальной поддержки и политики восстановления можно сформулировать несколько практических рекомендаций: программы психологической помощи должны разрабатываться с пониманием культурных особенностей и травматического опыта конкретных регионов, поддержка сообществ для укрепления социальных связей и восстановления общинных структур не менее важна, чем индивидуальное консультирование; работа с переживанием «временности» – психологическая поддержка должна включать работу с чувством вины за «предательство» оставленного дома и легитимацию права на укоренение в новых условиях.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование проводились в рамках госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (FRRE-2026-0029).*

Список литературы

1. Амосова Е. А. Формирование региональной идентичности гимназистов и проблемы ее исследования / Е.А. Амосова, Л.Н. Козлова // Научно-методический электронный журнал концепт. – 2015. - № 1. – С.6-10. EDN: TGOMOT.
2. Андреева, И. Психологическая составляющая самосознания личности в экстремальных условиях: специфика влияния вооруженного конфликта на Донбассе /И. Андреева // Развитие личности. – 2018. – № 4 – 2018. – С.30-39. EDN: JJVYEI.
3. Максимова, Л. А., Региональная идентичность в юношеском возрасте как маркер личностной связи с территорией проживания / Л.А. Максимова, Р.А. Валиев, Н.Б. Руженцева, Т.В Валиева. // Психологическая наука и образование. – 2019. – Т. 24. – № 2. – С. 82-92. DOI: 10.17759/pse.2019240208
4. Тумакова, К. Е. Социальные факторы формирования региональной идентичности в условиях современной России: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. социолог. наук / К.Е. Тумакова; Государственное образовательное профессионального образования «Мордовский государственный университет им. Н. П. Огарева». – Пенза, 2011. – 25с.

УДК 355.5:159.922

ЛИЧНОСТЬ В ВОЕННОМ КОЛЛЕКТИВЕ: ВОЗМОЖНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СОПУТСТВУЮЩИХ ПРОБЛЕМ

Каплун Р.Н., ORCID 0000-0001-5223-6603
Филиал ФГКВОУ ВО «Военная академия Ракетных войск стратегического назначения имени Петра Великого», г. Серпухов, Московская обл., РФ
rostislav-kaplun@mail.ru

Введение. Воинский коллектив является особой социальной общностью, в которой совместная деятельность, субординация, общие цели и коллективная ответственность оказывают существенное влияние на личность военнослужащего. Взаимодействие личности и коллектива может способствовать профессиональному развитию, формированию ответственности и готовности к выполнению служебных задач, однако при неблагоприятных условиях оно способно порождать адаптационные трудности, конфликты и психологическое напряжение. [1, с. 1–3]

Актуальность темы обусловлена необходимостью создания в подразделениях условий, при которых военнослужащий ощущает себя включённым в коллектив, понимает свою роль и получает необходимую поддержку. Благоприятный морально-психологический климат укрепляет

сплочённость, способствует взаимопомощи и положительно влияет на служебную готовность подразделения. [3, с. 1–3]

Цель – рассмотреть основные проблемы взаимодействия личности и воинского коллектива, а также определить возможности их предупреждения и преодоления.

Основная часть. Личность военнослужащего характеризуется индивидуальными особенностями, ценностями, опытом, потребностями, способностями и уровнем психологической устойчивости. В воинском коллективе эти качества проявляются в отношениях с сослуживцами, отношении к служебным обязанностям, готовности к сотрудничеству и способности принимать решения в сложных ситуациях. [1, с. 2–4]

Воинский коллектив оказывает на личность воспитывающее влияние через совместную деятельность, традиции, требования дисциплины, оценку сослуживцев и пример старших. При этом влияние коллектива становится позитивным, если в нём преобладают уважение, взаимопомощь, доброжелательность и справедливая требовательность. [4, с. 1–3]

Взаимодействие личности и коллектива не должно сводиться к полному отказу от индивидуальности. Напротив, эффективный коллектив создаёт условия для раскрытия способностей военнослужащего, развития его профессиональных качеств и формирования ответственного отношения к общему делу. [4, с. 1–3]

Одной из наиболее распространённых проблем является адаптация военнослужащего к условиям военной службы. Она может сопровождаться тревожностью, снижением уверенности, трудностями в установлении контактов, чувством одиночества и недостаточным пониманием служебных требований. Особенно значима адаптация на начальном этапе службы, когда меняются привычная среда, режим дня, круг общения и характер деятельности. [1, с. 3–5]

Второй проблемой являются межличностные конфликты. Их причинами могут быть различия во взглядах, несоблюдение норм общения, недостаточная психологическая совместимость, конкурентность, несправедливое распределение обязанностей, а также негативное лидерство и формирование замкнутых микрогрупп. Конфликты снижают сплочённость, ухудшают морально-психологический климат и могут препятствовать выполнению совместных задач. [1, с. 4–6]

Третья проблема связана с психологическим напряжением и стрессом. Военная служба предполагает высокую ответственность, регламентированность, физические и эмоциональные нагрузки, необходимость быстро принимать решения и действовать в составе коллектива. При отсутствии своевременной поддержки напряжение может переходить в раздражительность, снижение работоспособности и затруднения в общении. [1, с. 5–7]

К сопутствующим проблемам относятся социальная изоляция, недостаточная включённость в коллективную деятельность, недоверие между военнослужащими, распространение слухов и снижение мотивации к службе.

Преодоление проблем взаимодействия личности и коллектива требует комплексного подхода. Важнейшим условием является формирование благоприятного морально-психологического климата, основанного на уважении, взаимной требовательности, справедливости и готовности оказывать помощь сослуживцам. [3, с. 1–3]

Необходимо учитывать психологическую совместимость военнослужащих при комплектовании подразделений и распределении задач. Учёт индивидуально-психологических особенностей, адаптационного потенциала и опыта взаимодействия помогает снизить вероятность конфликтов и повысить эффективность совместной деятельности. [2, с. 1–3]

Командир является ключевой фигурой в формировании здорового морально-психологического климата. Он должен своевременно выявлять напряжённые ситуации, справедливо распределять обязанности, поддерживать дисциплину, предупреждать конфликты и обеспечивать уважительное отношение между военнослужащими. [2, с. 1–3]

Педагогическая компетентность командира предполагает умение изучать личный состав, учитывать индивидуальные особенности военнослужащих, оказывать поддержку при адаптации и организовывать воспитательную работу с учётом конкретной ситуации в подразделении. [4, с. 1–3]

Особое значение имеет подготовка сержантского состава. Сержанты непосредственно взаимодействуют с военнослужащими и способны своевременно замечать изменения в настроении, поведении и отношениях в подразделении. Их подготовка по вопросам формирования благоприятного климата и профилактики конфликтов повышает эффективность всей системы работы с личным составом. [2, с. 1–3]

Личность и воинский коллектив находятся в постоянном взаимодействии. Коллектив способен поддерживать профессиональное и личностное развитие военнослужащего, однако при неблагоприятных условиях может становиться источником адаптационных трудностей, конфликтов и психологического напряжения. [1, с. 1–7]

Заключение. Преодоление сопутствующих проблем возможно при комплексном подходе, включающем формирование благоприятного морально-психологического климата, учет индивидуальных особенностей военнослужащих, развитие сплоченности, психологическую поддержку и подготовку командиров. [1, с. 5–7; 2, с. 1–3] Создание условий для уважительного взаимодействия, взаимопомощи и ответственного участия в

общей деятельности способствует как благополучию личности, так и повышению эффективности воинского коллектива. [3, с. 1–3]

Список литературы

1. Панарин, М. С. Современный воинский коллектив и личность: проблемы взаимодействия и перспективы развития / М.С. Панарин // Актуальные исследования. – 2024. – №44 (226). – URL: https://apni.ru/article/10348-sovremennyj-voinskij-kollektiv-i-lichnost-problemy-vzaimodejstviya-i-perspektivy-razvitiya (дата обращения: 06.10.2026).
2. Саенко, Л.А. Специфика адаптации курсантов к обучению и профессиональной деятельности в военном вузе / Л.А. Саенко, Д.С. Цыганков // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. – 2022. – № 2. (2):193-197. DOI: 10.37493/2307-907X.2022.2.24
3. Логачев, П. В. Педагогические функции военного коллектива / П.В. Логачев // Актуальные исследования. – 2023. – №20 (150). – Ч.I. – С. 47–48. – URL: https://apni.ru/article/6255-pedogogicheskie-funktsii-voennogo-kollektivva (дата обращения: 06.10.2026).
4. Акишин, В. М. Психолого-педагогические условия сплочения воинского коллектива: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»: диссертация на соискание учёной степени кандидата педагогических наук / В.М. Акишин. – Махачкала, 2000. – 177 с.

УДК 159.9

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК РЕСУРС СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

Картузова Н.А., ORCID 0009-0008-9117-8328,
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
kri-dae@mail.ru

Введение. Период обучения в высшем учебном заведении связан с решением различных профессионально-личностных задач: адаптацией студента к образовательной среде, организацией учебно-профессиональной деятельности, выстраиванием отношений в новой среде. Современная образовательная среда насыщена цифровыми формами обучения, высокой информационной нагрузкой, необходимостью самостоятельного определения способов достижения целей. Проблема совладания с неопределенностью значима для психологического сопровождения студенческой молодежи. Исследования показывают, что эффективность совладания зависит не только от характера самой ситуации, но и от личностных ресурсов человека. Концепцию одного из них разработали С. Кобейс, С. Мадди [1]. Жизнестойкость обеспечивает сохранение активной субъектной позиции, эффективность деятельности в трудных

условиях. Обзор Ю. А. Маракшиной, В. И. Исматуллиной, М. М. Лобасковой выявляет связь совладающего поведения студентов с характеристиками стрессовой ситуации, эмоциональным состоянием, личностными особенностями [2]. Основная часть работы анализирует связь жизнестойкости с выбором способов поведения студентов в условиях неопределенности.

Основная часть. Р. Лазарус, С. Фолкман рассматривали копинг как когнитивные и поведенческие усилия по управлению значимыми или превышающими возможности человека требованиями ситуации [2]. Совладание включает оценку ситуации, выбор способа реагирования и его последующую корректировку. Студенты воспринимают одну и ту же трудность по-разному: как преодолимую задачу или как угрозу. Субъективная оценка ситуации значима как звено между внешними обстоятельствами и поведением личности. В этом отношении жизнестойкость служит ресурсом для более активной переработки трудной ситуации. Вовлеченность поддерживает интерес к происходящему, принятие риска – готовность воспринимать изменения и отсутствие гарантий как часть жизненного опыта [1]. Особенно значимым компонентом становится контроль. В ситуации неопределенности полностью устранить неизвестность невозможно: человек сохраняет возможность определять собственные действия. В исследовании И. С. Лабынцевой выявлено, что у студентов с более выраженной жизнестойкостью отмечается более благоприятная адаптация к учебной группе и деятельности, большая удовлетворенность обучением и более легкое преодоление учебных трудностей [4].

Неопределенность возникает в ситуациях с трудным прогнозированием результата, выбором оптимального способа действия. Для студентов она особенно характерна при обучении. Зарубежные исследования подтверждают связь жизнестойкости с неопределенностью. В частности, исследование M. Oral на выборке 1217 студентов выявило меньшую выраженность непереносимости неопределенности при более высокой жизнестойкости [6]. Жизнестойкость не определяет использование какой-либо одной копинг-стратегии. Более корректно рассматривать ее как метаресурс, влияющий на то, насколько студент способен оценивать ситуацию, выбирать подходящий способ реагирования и при необходимости изменять его. Так, Л. А. Черных отмечает роль самоконтроля, планирования, социальной поддержки, положительной переоценки в снижении стресса [3]. Копинг трактуют как систему взаимосвязанных регуляторных действий, не сводя его к изолированному поведенческому акту. Продолжение позиции отражено в исследовании M. Coetzee на выборке студентов магистратуры. Исследование выявило значимость поиска социальной поддержки, планирования времени, настойчивости в достижении целей, заботы о собственном состоянии как форм адаптивного совладания [7]. Особое

значение в контексте приобретают жизненные смыслы, цели. Д. И. Журавлева, Н. А. Кравцова отмечают связь жизнестойкости студентов с жизненно-смысловыми ориентациями, устойчивыми целями, убеждениями в среде с изменениями [5]. Жизнестойкость трактуют как систему психологических ресурсов, регулирующих поведение, не как отдельную характеристику «устойчивого» человека.

Жизнестойкость поддерживает реагирование на стресс, проактивное совладание, способность к восприятию неопределенности как части развития при прогнозировании, целеполагании, принятии решений, снижении вероятности пассивного избегания, поиске вариантов действий. Совладание носит динамический характер. Задача психологического сопровождения расширяет диапазон доступных способов совладания вместо формирования «неуязвимости».

Заключение. Проведенный теоретический анализ показывает, что понимание жизнестойкости в контексте совладающего поведения студентов в условиях неопределенности позволяет акцентировать внимание на характере отношений личности с трудными обстоятельствами и ее способности сохранять активную субъектную позицию.

Жизнестойкость, таким образом, рассматривают как ресурс организации совладающего поведения, обеспечивающий личности возможность выдерживать стрессовые воздействия, сохранять направленность деятельности, использовать доступные возможности контроля, обращаться за поддержкой, перестраивать поведение в соответствии с изменением обстоятельств. Это определяет практическую значимость развития жизнестойкости в психологическом сопровождении студентов: профилактические, развивающие программы предназначены для снижения эмоционального напряжения, формирования осознанной оценки трудных ситуаций, развития гибкости совладания, использования социальной поддержки, сохранения субъектной позиции в условиях неопределенности.

Информация о финансовой поддержке: *работа выполнена в рамках государственного задания «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (№ FRRE-2026-0029).*

Список литературы

1. Гаранина, М. М. Феномен жизнестойкости: подходы к рассмотрению, перспективы изучения / М.М. Гаранина // Международный научно-исследовательский журнал. – 2023. – №12 (138). – С. 1–11. – DOI 10.23670/IRJ.2023.138.184.
2. Маракшина, Ю. А. Стресс и стратегии совладания у студенческой молодежи: обзор исследований / Ю. А. Маракшина, В. И. Исматуллина, М. М. Лобаскова // Клиническая и специальная психология. – 2024. – № 2. – С. 5–33. – DOI: 10.17759/cpse.2024130201.
3. Черных, Л. А. Возможности регуляции стресса студентов педагогического вуза / Л.А. Черных // Вестник практической психологии образования. – 2024. – № 3. – С. 38–44. – DOI: 10.17759/bppe.2024210305.

4. Лабынцева, И. С. Жизнестойкость студентов как фактор успешной адаптации к образовательной среде вуза / И.С. Лабынцева // Обзор педагогических исследований. – 2025. – №5. – С. 56-61. EDN: XUVRDH.
5. Журавлева, Д. И. Смысложизненные ориентации как фактор, влияющий на формирование жизнестойкости студентов / Д. И. Журавлева, Н. А. Кравцова // Психолог. – 2025. – № 3. – С. 64-82. – DOI: 10.25136/2409-8701.2025.3.72068.
6. Oral, M. The impact of psychological hardiness on intolerance of uncertainty in university students during the COVID-19 pandemic // Journal of Community Psychology. – 2022. – DOI: 10.1002/jcop.22856. – Текст: электронный. – URL: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9088253/ (дата обращения: 01.10.2026).
7. Coetzee, M. Resilient coping mechanisms of industrial and organisational psychology coursework master's students / M. Coetzee, R. M. Oosthuizen, A. van Niekerk // South African Journal of Psychology. – 2025. – №55 (4). – С. 570-583. – DOI: 10.1177/00812463251376442.

УДК 316.6:159.9.072

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ РАЗРАБОТКИ «СИТУАЦИОННОГО ОПРОСНИКА УСТАНОВОК ЛИЧНОСТИ НА САМОРЕАЛИЗАЦИЮ»

Кравчук Н.Ю., ORCID 0009-0006-0670-852X
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
nadine@kravchuk7.ru

Введение. При разработке методики диагностики установок личности на самореализацию прежде всего возникает вопрос о предмете измерения. Прямой самоотчет создает риск смешения установки с другими, близкими по содержанию, но различными по психологической природе образованиями. Так, согласие с утверждением о важности развития собственных способностей выражает прежде всего ценностное отношение к развитию. Суждение о самостоятельности принимаемых решений характеризует представление человека о себе, а описание привычных действий относится к сложившимся способам поведения. Перечисленные характеристики имеют отношение к самореализации, однако ни одна из них сама по себе еще не свидетельствует о наличии соответствующей установки. Согласно концепции Д. Н. Узнадзе, установка формируется при встрече потребности с ситуацией ее удовлетворения и определяет готовность субъекта к соответствующему реагированию [1]. А. Г. Асмолов рассматривает установки как механизмы регуляции деятельности, содержание которых не обязательно осознается субъектом [2]. При использовании шкалы Лайкерта исследователь обращается к осознанным суждениям человека о себе. Однако остается вопрос, в какой мере эти

суждения выражают установочную готовность, а в какой отражают ценностные ориентации и представления о себе.

Семантический принцип психической самоорганизации, обоснованный С. И. Дьяковым, дает еще одно теоретическое основание для выбора ситуационного формата диагностики. Психика рассматривается им как самоорганизующаяся информационно-семантическая система накопления и осмысления опыта [3]. Один и тот же жизненный сюжет может восприниматься как перспектива развития, возможность самостоятельного выбора, необходимость учитывать ожидания значимых других или риск потерь. С. И. Дьяков связывает диспозиции с информационно-смысловыми структурами индивидуального опыта, предрасполагающими человека к определенным способам действия, и подчеркивает ситуативный характер оценки значимости происходящего [4]. Исследовать установку предлагается через избирательность отношения к ситуации, проявляющуюся в распознавании возможностей, их оценивании, выборе и готовности к действию. Цель работы – теоретически обосновать ситуационный принцип диагностики установок личности на самореализацию и представить рабочую модель методики «Ситуационный опросник установок личности на самореализацию» (СО-УЛС).

Основная часть. В СО-УЛС респонденту предъявляются краткие описания жизненных ситуаций с несколькими содержательными альтернативами ответа. В каждом вопросе он выбирает одну из альтернатив, выражающих различные основания восприятия, оценки и возможного реагирования на ситуацию.

Установки личности на самореализацию определяются как относительно устойчивые диспозиции, проявляющиеся в избирательности восприятия и оценки возможностей самореализации, предпочтении определенных оснований выбора и готовности к действию. Диагностическая гипотеза состоит в том, что при изменении ситуационного контекста в ответах респондента будут воспроизводиться предпочтения определенных оснований самореализации, отражающие относительно устойчивые диспозиционные тенденции.

Рабочая версия СО-УЛС включает восемь жизненных ситуаций. В основу отбора шести из них положена системная модель самореализации С. И. Кудинова и А. И. Крупнова [5], выделяющая личностную, деятельностную и социальную сферы, каждая из которых представлена двумя ситуациями. Две оставшиеся ситуации имеют интегративный характер и отражают взаимосвязь собственных замыслов, значимых отношений и привычного жизненного уклада в процессе самореализации.

По принципу построения вопросов СО-УЛС близок к тестам ситуационных суждений, в которых психологические характеристики исследуются через выбор вариантов реагирования на описанные ситуации [6]. Каждая ситуация сопровождается четырьмя вопросами с

пятью вариантами ответа, всего 32 вопроса. Варианты выражают различные основания реагирования и не предполагают правильного выбора.

Функциональная структура опросника включает четыре проявления диспозиционной готовности: распознавание, оценивание, выбор и готовность к действию. Распознавание характеризует избирательность восприятия ситуации. Оценивание связано с субъективной значимостью обнаруженной возможности и отношением к ней. Выбор отражает предпочтение одного из возможных направлений реагирования, а готовность к действию – условия перехода к осуществлению выбранного.

Содержательная структура СО-УЛС включает пять шкал. Личностно значимая связана с осуществлением собственных возможностей и замыслов, социально значимая – с предполагаемой пользой для других. Автономная характеризует готовность самостоятельно определять направление и способы самореализации, а нормативная – ориентацию на ожидания значимых людей при принятии решений. Ограничительная шкала отражает склонность придавать преимущественное значение неопределенности, возможным потерям и субъективным препятствиям, способным сдерживать осуществление замыслов. Выделенные шкалы соотносятся с тремя теоретическими областями: направленностью самореализации, ее регуляцией и ограничениями. Каждое содержательное направление представлено во всех четырех функциональных позициях.

Апробация СО-УЛС предусматривает оценку содержательной валидности и последующую психометрическую проверку. Содержательная валидность будет оцениваться посредством независимого кодирования вариантов ответа по пяти предполагаемым шкалам и вопросов – по четырем функциональным проявлениям диспозиционной готовности, а также экспертной оценки соответствия формулировок исследуемому конструкту, различимости шкал, нейтральности ситуаций и сопоставимости вариантов ответа. Психометрическая проверка включит анализ распределения ответов, воспроизводимости предпочтений в различных ситуациях, ретестовой надежности и конструктной валидности методики. Последняя будет исследоваться посредством анализа связей показателей СО-УЛС с родительскими предписаниями, характеристиками самореализации, автономной регуляции и отношения к неопределенности.

Заключение. Перспективы дальнейшего исследования связаны с изучением соотношения установок и ценностей самореализации в межпоколенческом контексте. Особый интерес представляет вопрос о том, насколько сходство ценностных ориентиров у членов одной семьи сопровождается сходством их установок на самореализацию.

Список литературы

1. Узнадзе, Д. Н. Психология установки / Д. Н. Узнадзе. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 416 с. – ISBN 5-318-00163-7.

2. Асмолов, А. Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии / А. Г. Асмолов. – Москва : Смысл, 2002. – 480 с. – ISBN 5-89357-112-6.
3. Дьяков, С. И. Психическая самоорганизация человека как субъекта жизни. Семантический принцип / С. И. Дьяков // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2018. – Т. 23. – С. 15–27. – EDN YUHWPM.
4. Дьяков, С. И. Семантическая репрезентация деструктивного опыта в системе психической самоорганизации личности / С. И. Дьяков // Клиническая и специальная психология. – 2019. – Т. 8, № 4. – С. 123–137. – DOI 10.17759/cpse.2019080408. – EDN HLFKQY.
5. Кудинов, С. И. Системная модель самореализации личности / С. И. Кудинов, А. И. Крупнов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2008. – № 1. – С. 28–36. – EDN IJFSYF.
6. Боровикова, Н. В. Тесты ситуационных суждений: развитие подходов к пониманию оценки в анализе конкретной ситуации / Н. В. Боровикова, Е. В. Белоуско // Организационная психология. – 2021. – Т. 11, № 1. – С. 127–151. – EDN QGHTHY.

УДК. 159.9.07

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДОВЕРИЯ К СЕБЕ И РУМИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ: РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Медведева М.Ю., ORCID 0000-0001-8361-7046,
Плешакова В.А.,
Сагайдак В.А., канд. социол. наук, ORCID 0000-0002-2651-542X
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», Волгоградский институт управления, г. Волгоград, РФ
marijamedw3002deva@yandex.ru, viktoriaplesakova5@gmail.com

Введение. Современная студенческая среда характеризуется высокой интенсивностью учебной и социальной деятельности, необходимостью принятия самостоятельных решений, построения профессиональных планов и адаптации к изменяющимся условиям. На этом этапе профессионального становления и развития личности особенно значимыми становятся представления человека о собственных возможностях, способности справляться с возникающими задачами и принимать решения в различных сферах жизнедеятельности. Одним из психологических феноменов, связанных с отношением личности к себе, выступает доверие.

В концепции Т. П. Скрипкиной доверие к себе понимается как рефлексивное отношение личности к собственной субъектности, основанное на признании своей ценности и способности опираться на собственные возможности при выборе целей и жизненных ориентиров [1]. Доверие к себе при этом не является единообразным показателем: его выраженность может различаться в зависимости от конкретной сферы жизнедеятельности. В соответствии с подходом Т. П. Скрипкиной выделяются профессиональная, интеллектуальная, бытовая, семейная и

другие сферы, в которых человек способен по-разному оценивать степень доверия к себе.

Другим значимым феноменом, связанным с особенностями когнитивно-эмоциональной регуляции, является руминация. Руминация рассматривается как склонность длительно возвращаться к собственным переживаниям, анализируя их источники и возможные последствия. С. Нолен-Хоэксема выделяет несколько ее разновидностей, включая депрессивные и тягостные размышления, при которых внимание удерживается на негативных переживаниях, а также рефлексивную форму, связанную с попыткой осмыслить сложившуюся ситуацию [2].

Для студенческого возраста соотношение доверия к себе и руминации представляет особый интерес. Способность опираться на собственные решения и возможности потенциально может быть связана с характером переработки негативного опыта. При недостаточной уверенности в себе переживание проблемной ситуации может сопровождаться повторным возвращением к негативным мыслям, тогда как более выраженное доверие к собственным возможностям может способствовать переходу от эмоциональной фиксации к анализу ситуации и поиску способов ее разрешения.

Цель исследования – выявить взаимосвязь характеристик доверия к себе и различных форм руминации у студентов.

Основная часть. В исследовании приняли участие 70 студентов в возрасте от 18 до 23 лет, обучающихся в ИАиС ВолгГТУ. Данная выборка являлась частью единой эмпирической базы комплексного исследования. Для настоящего анализа были рассмотрены результаты диагностики доверия к себе и руминации.

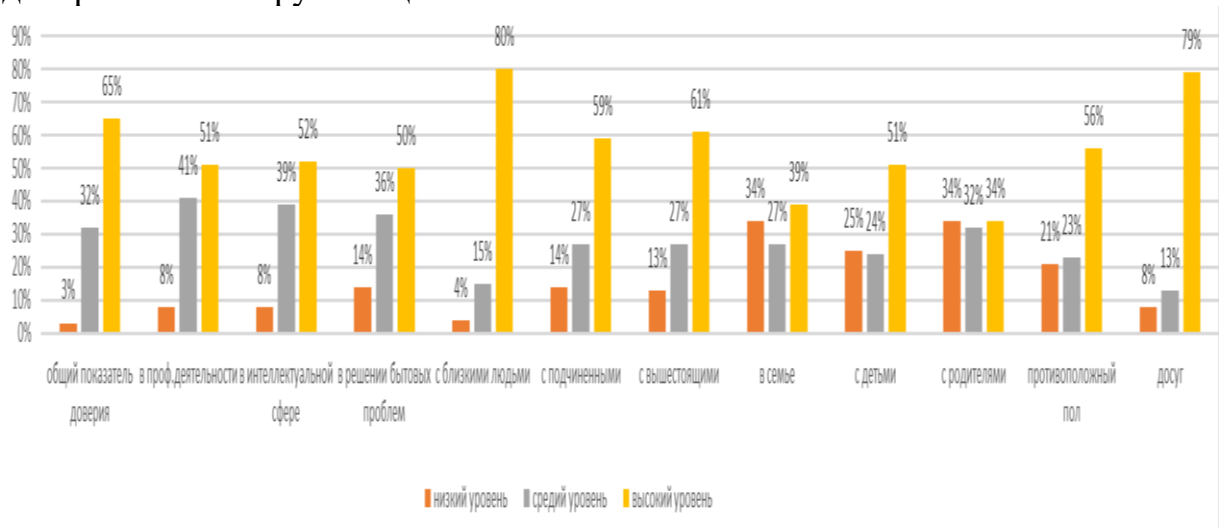

Рис. 1. Результаты исследования доверия к себе у студентов, %

Для изучения доверия к себе использовался «Рефлексивный опросник уровня доверия к себе» Т. П. Скрипкиной [1]. Для изучения руминации

применялась «Шкала руминации» (RRS) С. Нолен-Хоексемы в адаптации Г. Г. Князева и Е. А. Дорошева.

Результаты исследования показали, что среди студентов преобладает высокий уровень общего доверия к себе (выявлен у 65% респондентов). Средний уровень характерен для 32% студентов, низкий – только для 3%. Полученные данные свидетельствуют о достаточно высокой выраженности доверия к себе в исследуемой выборке.



Рис. 2. Результаты исследования руминации студентов, %

Полученные данные показывают, что для студентов характерен умеренный уровень общей руминации (69%). При этом практически половина обследованных (48%) имеет высокий уровень рефлексивных руминаций. Это может свидетельствовать о достаточно выраженной склонности к анализу собственного опыта и осмыслению происходящих событий. Одновременно у части студентов (28%) обнаруживаются высокие показатели депрессивных руминаций и тягостных размышлений, что указывает на наличие тенденции к негативной фиксации на переживаниях.

Для определения характера взаимосвязи между доверием к себе и руминацией был использован корреляционный анализ при использовании критерия Спирмена.

Были установлены статистически значимые отрицательные связи между общим показателем доверия и показателями руминации. Общий уровень доверия к себе связан с общей руминацией ($r = –0,349$ при $p \leq 0,01$), депрессивными руминациями ($r = –0,362$ при $p \leq 0,01$) и тягостными размышлениями ($r = –0,299$ при $p \leq 0,05$). Связь с рефлексивными руминациями статистически значимого уровня не достигла ($r = –0,209$).

Наиболее выраженные корреляции обнаружены между доверием к себе в профессиональной деятельности и показателями общей руминации ($r = –0,390$ при $p \leq 0,01$), депрессивных руминаций ($r = –0,414$ при $p \leq 0,01$) и тягостных размышлений ($r = –0,353$ при $p \leq 0,01$). Полученные данные показывают, что более высокое доверие к собственным возможностям в

профессиональной сфере связано с меньшей выраженностью повторяющихся негативных мыслей.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа взаимосвязи между показателями доверия к себе и руминации

	общий показатель руминации	депрессивные руминации	тягостные размышления	рефлексивные руминации
общий показатель доверия	**-0,349****	**-0,362****	**-0,299***	-0,209
в проф. деятельности	**-0,390****	**-0,414****	**-0,353****	-0,222
в интеллектуальной сфере	-0,108	-0,179	-0,033	-0,024
в решении бытовых проблем	**-0,402****	**-0,456****	**-0,347****	-0,166
с близкими людьми	**-0,244***	**-0,239***	-0,201	-0,118
с подчиненными	-0,128	-0,123	-0,131	0,006
с вышестоящими	-0,037	-0,032	-,059	0,020
в семье	-0,220	-0,205	-0,190	-0,116
с детьми	-0,102	-0,123	-0,082	0,017
с родителями	**-0,282***	-0,221	**-0,272***	-0,220
противоположный пол	-0,116	-0,120	-0,053	-0,058
досуг	0,000	-0,037	-0,070	0,074

Наиболее сильная отрицательная связь в исследовании выявлена между доверием к себе при решении бытовых проблем и депрессивными руминациями ($r = –0,456$ при $p \leq 0,01$). Кроме того, доверие в данной сфере связано с общей руминацией ($r = –0,402$ при $p \leq 0,01$) и тягостными размышлениями ($r = –0,347$ при $p \leq 0,01$). Это позволяет предположить, что способность воспринимать себя как достаточно компетентного человека при решении повседневных задач сопряжена со снижением склонности к негативной фиксации.

Значимые отрицательные связи также обнаружены для доверия к себе в отношениях с близкими людьми. Общий показатель руминации имеет связь с данной сферой на уровне $r = –0,244$ при $p \leq 0,05$, депрессивные руминации – $r = –0,239$ при $p \leq 0,05$. При этом связи с тягостными и рефлексивными размышлениями статистически значимыми не являются.

Отдельного внимания заслуживает доверие к себе в отношениях с родителями. С общей руминацией выявлена отрицательная корреляция ($r = –0,282$ при $p \leq 0,05$), с тягостными размышлениями – $r = –0,272$ при $p \leq 0,05$. Связи с депрессивными и рефлексивными руминациями статистически значимого уровня не достигли.

Заключение. Полученные данные свидетельствуют о связи доверия к себе с особенностями осмысления студентами собственных переживаний. При более высоком уровне доверия отмечается меньшая склонность к общей, депрессивной и тягостной руминации. Наиболее выраженные связи обнаружены для доверия в профессиональной сфере и при решении бытовых проблем, причем максимальная корреляция получена между доверием в решении бытовых проблем и депрессивными руминациями.

На основании полученных результатов целесообразно уделять внимание развитию доверия к себе у студентов и формированию конструктивных способов осмысления эмоциональных переживаний. В

качестве возможных направлений работы могут выступать развитие навыков эмоциональной саморегуляции, осознанного анализа собственных мыслей и переключения внимания с повторяющихся негативных размышлений на поиск решений. Реализация подобных мероприятий может способствовать снижению выраженности руминации и формированию более адаптивного отношения к собственным переживаниям.

Список литературы

1. Скрипкина, Т. П. Психология доверия: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Т. П. Скрипкина. – Москва: Издательский центр «Академия», 2000. – 264 с. – ISBN: 5-7695-0647-4. – EDN QXTIOJ.
2. Дорошева, Е. А. Адаптация русскоязычной версии опросника руминаций «Rumination Response Scale» / Е. А. Дорошева // Консультативная психология и психотерапия. – 2025. - № 33(2). – С. 50–71. DOI 10.17759/cpp.2025330203.
3. Труевцев, Д. В. Руминации в контексте метакогниций, неадаптивных схем и психической ригидности / Д. В. Труевцев, О. А. Сагалакова // Известия АлтГУ. – 2011. – № 2–2 (70). – С. 69-72. EDN ONQKRT.
4. Скрипкина, Т. П. Доверие в социально-психологическом взаимодействии / Т.П. Скрипкина, Г. У. Солдатова, И. В. Балуцкий и др. ; под ред. Т.П. Скрипкиной. Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет. – 2006. – 356 с. – ISBN: 5-8480-0566-4. – EDN VOKDLF.

УДК 159.923

САМОЦЕННОСТЬ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА: ВЗАИМОСВЯЗИ С ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬЮ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫМИ ОРИЕНТАЦИЯМИ

Микрюкова А.В., ORCID 0009-0006-6431-8853
Кирейчев А.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-4371-8253
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
andryvk@mail.ru

Введение. Самоценность понимается как стабильное, дорефлексивное переживание собственной значимости, не зависящее от внешних оценок и достижений. Именно этим она отличается от самооценки и самоуважения, предполагающих сравнение с нормой [1]. В структуре самоотношения эмоционально положительное отношение к себе представлено аутосимпатией, самопринятием и самоинтересом [2].

Самоценность как компонент самоотношения положительно связана с профессиональной самореализацией женщин: при высокой самореализации сильнее выражено чувство самоценности и ниже внутренняя конфликтность [3]. В зрелом возрасте смысложизненные ориентации сосредоточены

преимущественно в области семьи и профессиональных интересов [4], у женщин их выраженность положительно связана с удовлетворенностью жизнью [5].

Жизнестойкость характеризует отношение человека к трудным и неопределенным обстоятельствам. Ее структуру образуют вовлеченность, контроль и вызов [6]. У лиц ранней и средней взрослости она имела многочисленные взаимосвязи с другими личностными показателями, в том числе с осмысленностью жизни [7]. Связь самоотношения со смысложизненными ориентациями изучалась, в частности, на студенческих выборках [2], тогда как для женщин зрелого возраста сочетание самоценности, жизнестойкости и смысложизненных ориентаций исследовано существенно меньше. Цель исследования – выявить взаимосвязи самоценности женщин зрелого возраста с жизнестойкостью и смысложизненными ориентациями.

Материалы и методы. Выборку составили 105 женщин зрелого возраста. В качестве основного эмпирического показателя самоценности использовалась аутосимпатия – шкала опросника самоотношения (ОСО) В. В. Столина и С. Р. Пантилеева, отражающая эмоционально положительное отношение к собственному Я. Дополнительно применялись «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева, «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой, «Опросник безусловного самопринятия» Дж. Чемберлена и Д. Гааги в русскоязычной адаптации Е. О. Ермоловой и А. А. Родионовой. Анализировались общий показатель и компоненты жизнестойкости, общий показатель и пять шкал СЖО, а также общий показатель безусловного самопринятия. Статистическая обработка данных проводилась в программе IBM SPSS Statistics 23.0 и включала расчет средних значений и стандартных отклонений, проверку нормальности распределения по критерию Шапиро-Уилка и оценку взаимосвязей между показателями с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Результаты и обсуждение. Проверка распределений по критерию Шапиро-Уилка показала отклонения от нормальности по части показателей, поэтому для анализа взаимосвязей использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Аутосимпатия положительно связана со всеми рассматриваемыми показателями жизнестойкости, смысложизненных ориентаций и безусловного самопринятия. Все коэффициенты, представленные в таблице, значимы при $p < 0{,}001$.

Наиболее сильная взаимосвязь выявлена между шкалой аутосимпатии и безусловным самопринятием, а также с общим показателем жизнестойкости. Близость аутосимпатии и безусловного самопринятия ожидаема: обе характеристики относятся к положительному полюсу отношения к себе, хотя описывают разные его стороны. Среди компонентов жизнестойкости наиболее выражена связь с вовлеченностью, несколько

слабее аутосимпатия связана с контролем и принятием риска. Полученные связи показывают, что более высокая аутосимпатия сочетается с большей вовлеченностью в собственную жизнь и переживанием возможности влиять на ее ход.

Таблица

Описательные показатели, нормальность распределения и корреляции с аутосимпатией (N = 105)

Показатель	M	SD	W	p	ρ
Аутосимпатия	10,72	2,87	0,900	<0,001	-
Безусловное самопринятие	90,85	15,30	0,986	0,358	0,636
Жизнестойкость, общий показатель	81,70	18,66	0,976	0,058	0,631
Вовлеченность	37,14	8,54	0,971	0,022	0,578
Контроль	26,81	7,36	0,984	0,228	0,546
Принятие риска	17,74	5,04	0,966	0,008	0,514
СЖО, общий показатель	105,05	17,74	0,986	0,327	0,529
Локус контроля – Я	21,16	4,45	0,942	<0,001	0,514
Процесс жизни	30,40	6,36	0,972	0,027	0,508
Результативность жизни	26,57	4,98	0,956	0,002	0,485
Локус контроля – жизнь	31,60	5,92	0,957	0,002	0,469
Цели в жизни	33,43	6,39	0,944	<0,001	0,420

Примечание. W – статистика критерия Шапиро-Уилка; ρ – коэффициент ранговой корреляции Спирмена с показателем аутосимпатии.

Связи со смысложизненными ориентациями свидетельствуют о том, что аутосимпатия в большей степени сопряжена с переживанием осмысленности и управляемости собственной жизни, чем с выраженностью будущих целей. Среди шкал СЖО наиболее тесные связи с аутосимпатией обнаружены для локуса контроля – Я и процесса жизни, акорреляция с целями в жизни заметно слабее. Различия в аутосимпатии здесь в большей мере относятся к переживанию собственной жизни как интересной и поддающейся личному влиянию, чем к выраженности будущих целей. В обследованной выборке самоценность связана с тем, как человек переживает себя в собственной жизни, насколько он включен в происходящее, видит в жизни смысл и ощущает возможность влиять на ее ход.

Список литературы

1. Станковская, Е. Б. Самоценность личности: диалектика сознательных усилий и бессознательных препятствий / Е. Б. Станковская // Мир психологии. – 2016. – № 3 (87). – С. 68–75. – EDN YRPRDX.
2. Кочеткова, Т. Н. Смысложизненные ориентации лиц с разным самоотношением / Т. Н. Кочеткова // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2010. – № 2 (92). – С. 118–123. – EDN MMBMTX.
3. Спицына, Н. А. Взаимосвязь самоотношения и профессиональной самореализации женщин среднего возраста / Н. А. Спицына, Е. П. Ивутина // Ученые записки Шадринского государственного педагогического университета. – 2025. – № 4 (10). – EDN RZDKRQ.

4. Сахарова, Т. Н. Особенности смысложизненных ориентаций людей зрелого возраста / Т. Н. Сахарова // Развитие личности. – 2011. – № 4. – С. 102–116. – EDN QANBVX.
5. Корж, Е. М. Взаимосвязь смысложизненных ориентаций, карьерных ориентаций и удовлетворенности жизнью у женщин / Е. М. Корж, Я. О. Кунстман // Актуальные проблемы современной России: психология, педагогика, экономика, управление и право : сб. ст. и тез., Москва, 26–27 апр. 2022 г. – Москва: Московский психолого-социальный университет, 2022. – Т. 8. – С. 312–318. – EDN ZGODKY.
6. Быдтаева, Э. Л. Жизнестойкость как базовый ресурс личности в изменяющихся современных реалиях жизни / Э. Л. Быдтаева, З. Т. Джелиева, А. М. Зураева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2025. – Т. 13, № 2. – EDN MHNNII.
7. Цыгырлаш, А. И. Жизнестойкость как базовый параметр в структуре личностных особенностей лиц ранней и средней взрослости / А. И. Цыгырлаш // Актуальные проблемы современности : сб. ст. IV Всерос. науч.-практ. конф., Пенза, 12 июня 2026 г. – Пенза: Наука и Просвещение, 2026. – С. 238–241. – EDN NKQBPQ.

УДК 159.9

ЛИЧНОСТЬ ВОЛОНТЕРА В СИТУАЦИИ ВЫГОРАНИЯ И РЕСУРСЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СМЫСЛОВОГО РАЗРЫВА

Морозова Е.С., ORCID 0009-0008-4385-3923,
Первичко Е.И., д-р психол. наук, проф., ORCID 0000-0001-8721-7656
ФГБОУ ВО «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова»,
г. Москва, РФ
morozovaes@my.msu.ru, elena_pervichko@mail.ru

Введение. Проблема выгорания в современной психологии приобретает масштаб глобального вызова. Признанное Всемирной организацией здравоохранения самостоятельным синдромом (МКБ-11, код QD85), это явление становится предметом экспоненциально растущего числа исследований [7]. Однако за массивом данных стоит ряд нерешенных концептуальных противоречий: дискуссионными остаются границы феномена, его структурные компоненты и, главное, психологические механизмы, лежащие в его основе.

В современной исследовательской практике укрепляется более широкая трактовка, рассматривающая выгорание как феномен, возникающий в любой социально значимой деятельности, требующей высокой личностной вовлеченности и эмоциональных затрат. В ряду таких деятельностей волонтерство занимает особое место. Его добровольный и безвозмездный характер минимизирует влияние внешних регуляторов, создавая уникальную «модельную среду» для изучения внутренних, прежде всего смысловых, механизмов выгорания.

Масштабы волонтерства в России стремительно растут: по данным ВЦИОМ, доля вовлеченных в эту деятельность достигла 36% в 2025 году. При этом, как показывает наше исследование, клинически значимый уровень эмоционального истощения наблюдается у 23,1% волонтеров, что свидетельствует о высокой актуальности проблемы и необходимости ее системного изучения.

Существующие теоретические подходы – интраперсональные, интерперсональные и организационные – фокусируются на отдельных аспектах, но не предлагают целостного объяснения генезиса выгорания. В настоящей работе в качестве интегративной теоретической рамки предлагается использовать культурно-деятельностный подход [1; 2]. Опираясь на современные разработки – теорию динамических смысловых систем Д.А. Леонтьева [3] и многоуровневую модель регуляции эмоций Е.И. Первичко [4] – нами была разработана теоретическая модель, объясняющая выгорание как системный кризис деятельности. Согласно этой модели, в основе кризиса лежит дезинтеграция смысловой реальности личности, разворачивающаяся как последовательность: базовый конфликт ценностей и потребностей → разрыв связи «мотив–цель» → утрата смысла → сбой механизмов регуляции.

Цель исследования – выявить и проанализировать в рамках культурно-деятельностного подхода связи выгорания с другими аспектами актуального психического состояния, личностными ресурсами (жизнестойкость, самоэффективность) и смысловой сферой волонтеров.

Основная часть. Эмпирическое исследование проводилось на онлайн на платформе Anketolog.ru в период с 17 ноября по 5 декабря 2025 года. Рекрутинг участников осуществлялся при содействии Ассоциации волонтерских центров «Добро.рф». Итоговый объем валидной выборки составил 334 наблюдения. Выборка отражает объективную гендерную диспропорцию в российском волонтерстве: 70% респондентов составляют женщины, 30% – мужчины. Возрастной диапазон – от 18 до 78 лет, средний возраст – 40,3±13,0 лет. Методический комплекс состоял из 10 диагностических инструментов, включая методику «Диагностика переживаний в профессиональной деятельности» [5] и «Тест жизнестойкости» [6]. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программ Microsoft Excel, IBM SPSS Statistics (версия 21) и RStudio.

Высокий уровень выгорания выявлен у 23,1% волонтеров [n=77], что подтверждает актуальность проблемы и опровергает возможное заблуждение о том, что волонтерство, будучи «бескорыстным служением», автоматически защищает от развития синдрома.

Для углубленного анализа были сформированы контрастные группы: высокого выгорания (ВВ, n=77) и низкого выгорания (НВ, n=164). Сравнительный анализ показал, что группы различаются практически по

всем измеряемым аспектам психологического функционирования: статистически значимые различия обнаружены по 65 из 69 показателей диагностической батареи, что составляет 94,2%. Это подтверждает системный характер кризиса, связанного с выгоранием.

Центральным результатом исследования стал выявленный феномен «разрыва усилия и смысла». В группе ВВ зафиксировано резкое доминирование переживания «Пустоты» (M=2,96; SD=1,15) и глубокий дефицит переживания «Смысла» (M=3,97; SD=1,06). В группе НВ, напротив, осмысленность деятельности является ярко выраженной (M=5,33; SD=0,78), а пустота минимальна (M=1,55; SD=0,60). Ключевым является отсутствие значимых различий по шкале «Усилие» (p=0,283): волонтеры с высоким выгоранием не снижают субъективно воспринимаемые затраты усилий на деятельность. Их кризис связан не с уменьшением вклада, а с утратой смысловой отдачи от этого вклада. Данный феномен – разрыв между усилием и смыслом – является, на наш взгляд, специфическим признаком выгорания, отличающим его от простого утомления. В группе НВ показатели самоэффективности почти в два раза выше, чем в группе ВВ (средние ранги 143,49 и 73,09 соответственно; p <0,001).

Корреляционный анализ на общей выборке [n=241] подтвердил центральную роль смысловой сферы. Корреляции «Пустоты» и «Смысла» с эмоциональным истощением (ρ=0,51 и -0,53 соответственно) являются заметными и входят в число самых высоких в исследовании, уступая лишь связям выгорания с жизнестойкостью (ρ=-0,71; p <0,001). В группе высокого выгорания зафиксирован критический дефицит жизнестойкости и самоэффективности.

На основе систематизации результатов построена интегративная трехуровневая модель выгорания, включающая: 1) ядерный смысловой механизм — переживание пустоты и дефицит смысла при сохранении субъективных затрат усилий; 2) уровень медиаторов – факторы риска (перенапряжение, тревога, генерализованный дистресс) и протекции (жизнестойкость, самоэффективность, экстраверсия); 3) уровень контекстуальных условий – возраст, сфера деятельности, стаж, нагрузка, которые не детерминируют выгорание линейно, но качественно изменяют его профиль.

Заключение. Полученные данные подтверждают центральную роль смысловой сферы в генезисе выгорания волонтёров и открывают перспективы для разработки дифференцированных программ профилактики, ориентированных на восстановление смысловой связи с деятельностью, развитие жизнестойкости и снижение перенапряжения.

Список литературы

1. Выготский, Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. Т. 4. Детская психология / Л.С. Выготский. – Москва : Педагогика, 1984. – 433 с.

2. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – Москва : Политиздат, 1975. – 304 с.
3. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – 4-е изд. – Москва : Смысл, 2019. – 584 с.
4. Первичко, Е.И. Культурно-деятельностный подход к проблеме регуляции эмоций: теоретическое обоснование и эмпирическая верификация концептуальной модели / Е.И. Первичко // Национальный психологический журнал. – 2016. – № 2(22). – С. 3–17.
5. Осин, Е.Н. Диагностика переживаний в профессиональной деятельности: валидизация методики / Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // Организационная психология. – 2017. – Т. 7, № 2. – С. 45–68.
6. Рассказова, Е.И. Жизнестойкость и ее диагностика : монография / Е.И. Рассказова, Д.А. Леонтьев. – Москва : Смысл, 2016. – 159 с. – ISBN 978-5-89357-364-0.
7. МКБ-11. Международная классификация болезней 11-го пересмотра : электронный ресурс / Всемирная организация здравоохранения. – 2024. – URL: https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#129180281 (дата обращения: 01.10.2025).

УДК 159.923

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН

Осипова М.О., ORCID 0009-0002-1067-7050
Давыдова Г.И., д-р пед. наук, канд. психол. наук, проф.,
ORCID 0000-0001-8754-9802
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
Agent.mmo7@ya.ru

Введение. Одни и те же жизненные обстоятельства по-разному отражаются на психологическом благополучии. Значение ситуации меняется в зависимости от того, как человек воспринимает происходящее, сохраняет ли возможность действовать и какими средствами регулирует собственное состояние. Личностные ресурсы в этом отношении характеризуют возможности, которые используются человеком при решении жизненных задач. Цель работы – проанализировать взаимосвязь жизнестойкости и эмоционального интеллекта с психологическим благополучием женщин.

Основная часть. В эвдемонистической концепции К. Рифф психологическое благополучие раскрывается через отношение человека к себе, другим людям и собственной жизни. В его структуру входят самопринятие, позитивные отношения с другими, автономия, управление средой, цели в жизни и личностный рост [1]. Указанные компоненты психологического благополучия личности отражают разные стороны жизнедеятельности – принятие себя, способность выстраивать значимые

отношения, самостоятельно принимать решения, организовывать собственную жизнь и сохранять ее направленность, поэтому следующий вопрос касается личностных ресурсов, а именно тех свойств и способов саморегуляции, от которых зависит, как человек действует при изменении жизненной ситуации.

О личностной характеристике как о ресурсе можно говорить тогда, когда она обнаруживает себя в способе действия человека в конкретной ситуации. Ее значение определяется тем, насколько она расширяет возможности саморегуляции и помогает сохранять направленность деятельности при изменении обстоятельств. В исследовании Д. А. Леонтьева и соавторов личностный потенциал оказался более информативным предиктором показателей благополучия, чем демографические переменные и характеристики досуга [2]. В данном случае речь идет уже не столько о наличии отдельных качеств, сколько о способности человека распоряжаться собственными возможностями при организации своей жизни.

Жизнестойкость и эмоциональный интеллект относятся к разным механизмам саморегуляции. В концепции С. Мадди, отраженной в отечественной психологии в работах Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой, жизнестойкость включает вовлеченность, контроль и принятие риска [3], которые в совокупности характеризуют позицию человека по отношению к происходящему – степень участия в собственной жизни, ощущение возможности влиять на ход событий и готовность принимать изменения как часть жизненного опыта. Жизнестойкость тем самым проявляется в том, каким образом человек сохраняет возможность действовать в ситуации, предъявляющей повышенные требования к его адаптационным возможностям. В исследовании K. Konno, проведенном на женщинах среднего возраста, более высокая жизнестойкость сочеталась с меньшей выраженностью психологических и соматических симптомов и более частым обращением к активным способам совладания [4]. Корреляция вовлеченности с активным совладающим поведением согласуется с пониманием жизнестойкости как характеристики, связанной с сохранением деятельного отношения к трудной жизненной ситуации.

Эмоциональный интеллект характеризует возможности человека распознавать эмоциональные состояния и учитывать их в регуляции собственного поведения и отношений с другими людьми. В модели Д. В. Люсина он определяется как способность различать собственные и чужие эмоции, устанавливать причины их возникновения и управлять ими [5]. Значение данных способностей для психологического благополучия связано с тем, насколько человек способен учитывать эмоции при регуляции своего поведения и взаимодействии с другими. В метаанализе T. J. Robinson и E. Zell, обобщившем 62 метаанализа, более 3000 исследований и данные свыше миллиона участников, эмоциональный интеллект был связан с

показателями благополучия и адаптации, причем для его общего показателя средняя величина связи составила r = 0,28 [6]. Более дифференцированная картина получена Z. Cao, X. Kang и Y. Wu при обследовании 951 китайского студента. Использование эмоций и управление ими оказались связаны с психологическим благополучием через академическую самоэффективность как у мужчин, так и у женщин, тогда как в женской группе понимание эмоций других людей имело самостоятельную положительную связь с благополучием [7]. Различия между отдельными компонентами эмоционального интеллекта показывают, что его связь с благополучием определяется не общим уровнем эмоциональной компетентности, а тем, какие именно способности участвуют в регуляции поведения в конкретной ситуации.

Дальнейшая работа будет посвящена изучению того, как жизнестойкость и эмоциональный интеллект связаны с компонентами психологического благополучия у женщин при различном супружеском опыте. В эмпирическом исследовании предполагается сопоставить женщин, состоящих в официальном браке, живущих в фактическом брачном союзе и не состоящих в актуальных партнерских отношениях. Психологическое благополучие будет исследоваться согласно модели К. Рифф, личностные ресурсы – посредством показателей жизнестойкости и эмоционального интеллекта. Дополнительно будут учитываться особенности взрослой привязанности. Эмпирический анализ предполагает сопоставление групп и изучение взаимосвязей между исследуемыми показателями.

Заключение. Жизнестойкость и эмоциональный интеллект характеризуют разные стороны личностной регуляции и могут неодинаково соотноситься с отдельными компонентами психологического благополучия. Значение этих связей проявляется в конкретных обстоятельствах жизни человека, поэтому супружеский опыт в дальнейшем исследовании рассматривается как различающийся жизненный контекст. Сопоставление женщин с разным опытом супружеских отношений покажет, сохраняется ли характер данных связей при изменении жизненного контекста и какие из них оказываются наиболее устойчивыми.

Список литературы

1. Ryff, C. D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia / C. D. Ryff // Psychotherapy and Psychosomatics. – 2014. – Vol. 83, no. 1. – P. 10–28. – DOI 10.1159/000353263.
2. Леонтьев, Д. А. Разнообразие досугового поведения и личностный потенциал как предикторы психологического благополучия / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, А. Ю. Рыкун, М. Н. Дымшиц, Н. В. Кошелева, Е. В. Сухушина // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2024. – № 6. – С. 75–98. – DOI 10.14515/monitoring.2024.6.2524. – EDN MNYXSM.
3. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – Москва : Смысл, 2006. – 63 с. – ISBN 5-89357-228-9.

4. Konno, K. Psychological hardiness and coping behaviour implementation in Japanese menopausal women: a cross-sectional survey of stress, coping strategies, and their translation into behaviour / K. Konno // Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology. – 2026. – Vol. 47, no. 1. – Article 2682763. – DOI 10.1080/0167482X.2026.2682763.
5. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22. – EDN VZMIFN.
6. Robinson, T. J. Robust associations of emotional intelligence with human flourishing: A second-order meta-analysis / T. J. Robinson, E. Zell // Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America. – 2026. – Vol. 123, no. 19. – Article e2532963123. – DOI 10.1073/pnas.2532963123.
7. Cao, Z. Structural pathways from emotional intelligence to psychological well-being: evidence of gender differences among Chinese young adults / Z. Cao, X. Kang, Y. Wu // Frontiers in Psychology. – 2026. – Vol. 17. – Article 1811687. – DOI 10.3389/fpsyg.2026.1811687.

УДК 159.942

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВЗАИМОСВЯЗИ МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ

Ревуцкая И. В., канд. психол. наук, ORCID 0009-0000-4875-9700
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
irina.revutskaja@yandex.com

Введение. Погодные условия образуют изменчивый фон повседневной деятельности, однако связь их характеристик с эмоциональным состоянием не является одинаковой для всех людей. Особый интерес представляет изучение этой связи у студентов в контексте учебной нагрузки, восстановления и субъективного благополучия.

Цель настоящей работы – обобщить научные данные о взаимосвязи метеорологических факторов и психоэмоционального состояния и определить основания для ее изучения у студентов.

Основная часть. В настоящей работе психоэмоциональное состояние понимается как текущая характеристика эмоционального самочувствия человека, отражающая особенности его переживаний и субъективного уровня активности. Для его описания мы опираемся на подход Д. Уотсона, Л.А. Кларк и А. Теллегена, выделяющих положительный и отрицательный аффект как относительно независимые измерения эмоционального состояния, а также на исследования А.Б. Леоновой, рассматривающей напряженность и утомление в системе функциональных состояний человека. С учетом этих подходов в рамках изучения взаимосвязи погоды и эмоционального самочувствия студентов психоэмоциональное состояние

представлено нами через настроение, выраженность положительных и отрицательных переживаний, субъективное напряжение и утомление. Метеорологические условия характеризуются объективными показателями температуры, осадков, атмосферного давления, скорости ветра и солнечного освещения.

В исследовании J.J.A. Denissen и соавторов взаимосвязь погоды и эмоционального состояния изучалась посредством сопоставления ежедневных самоотчетов 1233 участников с данными метеостанций. Участники оценивали положительные и отрицательные переживания, а также субъективное утомление. Метеорологические показатели включали температуру воздуха, силу ветра, продолжительность солнечного сияния, осадки, атмосферное давление и продолжительность светового дня. Дневниковые записи сопоставлялись с погодными условиями по дате и месту проживания, многоуровневый анализ позволял учитывать повторные измерения состояния каждого человека. При одновременном учете погодных показателей более высокая температура была связана с несколько большей выраженностью отрицательного аффекта, тогда как усиление ветра и увеличение продолжительности светового дня – с его меньшей выраженностью. Дни, когда солнце светило дольше, также сопровождались меньшим субъективным утомлением. Общих статистически значимых связей погодных показателей с положительным аффектом выявлено не было. Среднестатистический показатель влияния погоды на изменения состояния был зафиксирован, но оказался небольшим, однако направление и выраженность связей различались между участниками [5].

Исследование индивидуальных различий во взаимосвязи погоды и настроения подтверждены в работе T.A. Klimstra и соавторов. На основании тридцатидневных наблюдений за 497 подростками исследователи выделили четыре варианта погодной реактивности, такие как: улучшение настроения при теплой солнечной погоде, его ухудшение в таких условиях, отрицательная реакция на дождь и слабая выраженность связей настроения с погодой. Аналогичные типы обнаружены у матерей участников [2]. Так же зафиксированы индивидуальные различия в исследовании M. Mazza и соавторов, посвященном оценке метеочувствительности и проявлений метеопатии, в котором приняли участие 1099 здоровых респондентов – 528 мужчин и 571 женщина. Авторы оценивали изменения настроения и психофизического самочувствия, которые участники связывают с погодными и климатическими условиями. У женщин были выявлены более высокие показатели по сравнению с мужчинами [3].

Психологический механизм взаимосвязи погодных условий, настроения и субъективного благополучия раскрывается в исследовании Н. Шварца и Дж. Клора. Авторы проводили телефонные опросы в солнечные и дождливые дни, предлагая участникам оценить свое настроение и удовлетворенность жизнью. В солнечные дни участники

сообщали о более благоприятном настроении и более высокой удовлетворенности жизнью. Однако предварительный вопрос о погоде устранял различия в оценках удовлетворенности жизнью между погодными условиями. Авторы объясняли этот результат тем, что напоминание о погоде позволяло участникам связать текущее настроение с ситуативным обстоятельством и в меньшей степени использовать его для оценки жизни в целом [4].

В отечественной работе В.И. Хаснулина и А.В. Хаснулиной субъективная метеочувствительность и психоэмоциональное напряжение рассматриваются во взаимосвязи с адаптацией человека к условиям Севера и индивидуальной стрессоустойчивостью. Авторы выделяют повышенную чувствительность к изменениям погоды и высокий уровень психоэмоционального напряжения как значимые показатели нарушения адаптации к климатическим условиям. Эти проявления связаны с работой систем, поддерживающих внутреннее равновесие организма, и индивидуальными особенностями реагирования на стресс. В формировании метеочувствительности рассматривается совокупность воздействий, включая выраженные колебания температуры воздуха, атмосферного давления и геофизических факторов [1]. Это дает основание предполагать, что взаимосвязь погоды и психоэмоционального состояния студентов может различаться в зависимости от их стрессоустойчивости и адаптационных ресурсов.

Заключение. Таким образом, проведенный теоретический анализ частично подтверждает взаимосвязь метеорологических факторов и психоэмоционального состояния, выраженность и направление которой различаются между людьми. Рассмотренные исследования выявляют связи погодных условий с отрицательными переживаниями, утомлением и адаптационным напряжением, а также показывают значение субъективной интерпретации настроения при оценке благополучия. Это позволяет рассматривать погоду как один из факторов эмоционального самочувствия, действующий во взаимосвязи с индивидуальными особенностями реагирования и условиями жизнедеятельности. Перспективным направлением является исследование студентов посредством сопоставления объективных метеорологических данных, повторных оценок состояния и показателей субъективной метеочувствительности.

Список литературы

1. Хаснулин, В. И. Психоэмоциональный стресс и метеореакция как системные проявления дизадаптации человека в условиях изменения климата на Севере России / В. И. Хаснулин, А. В. Хаснулина // Экология человека. – 2012. – № 8. – С. 3–7. – DOI: 10.17816/humeco17448.
2. Come rain or come shine: individual differences in how weather affects mood / T.A. Klimstra, T. Frijns, L. Keijsers [et al.]. // Emotion. – 2011. – Vol. 11, no. 6. – P. 1495–1499. – DOI 10.1037/a0024649.

3. Description and validation of a questionnaire for the detection of meteoropathy and meteorosensitivity: the METEO-Q / M. Mazza, M. Di Nicola, V. Catalano [et al.]. // Comprehensive Psychiatry. – 2012. – Vol. 53, no. 1. – P. 103–106. – DOI 10.1016/j.comppsych.2011.02.002.
4. Schwarz, N. Mood, misattribution, and judgments of well-being: informative and directive functions of affective states / N. Schwarz, G. L. Clore. // Journal of Personality and Social Psychology. – 1983. – Vol. 45, no. 3. – P. 513–523. – DOI 10.1037/0022-3514.45.3.513.
5. The effects of weather on daily mood: a multilevel approach / J. J. A. Denissen, L. Butalid, L. Penke, M. A. G. van Aken // Emotion. – 2008. – Vol. 8, no. 5. – P. 662–667. — DOI 10.1037/a0013497.

УДК 159.9

МОРАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ ЛИЧНОСТИ И РЕЗИЛЬЕНТНОСТЬ К ИНФОРМАЦИОННЫМ УГРОЗАМ В УСЛОВИЯХ СМЕНЫ СОЦИОКУЛЬТУРНОГО КОНТЕКСТА

Рогозина М.Ю., канд. пед. наук, доц., ORCID 0009-0002-9398-3482,
Щербакова Е.Г., ORCID 0009-0006-4230-5293
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
muyrsan@mail.ru, shcherbakova.helena@mail.ru

Введение. Резильентность человека в информационно-психологическом контексте показывает его способность к сопротивляемости и адаптивности к воздействиям психотравмирующего типа Под резильентностью разные авторы понимают: баланс между факторами риска и защитными факторами; адаптацию к неблагоприятным событиям, и непредвиденным условиям окружающей среды; взаимодействие факторов риска, защитных факторов, индивидуальных, семейных и социокультурных влияний; внутренние защитные факторы, способствующие преодолению трудностей [1, 3]. Резильентность личности играет ключевую роль не только в психологии личности, но и в стабильности общества, общегосударственной безопасности, поскольку . наращивание информационного воздействия на население России в целях размывания традиционных российских духовно-нравственных ценностей, является одной из основных угроз безопасности государства.

В связи с этим, представляет интерес рассмотрение резильентности личности в условиях неоднократной смены социокультурного контекста при непрерывно воздействующих информационных угрозах у лиц, проживающих в Донецком регионе, переживших дважды смену социокультурного контекста за прошедшие 12 лет: 2014 год (образование из области Украины – независимой ДНР) и 2022 год (признание ДНР субъектом РФ).

Цель исследования: изучить моральные установки как фактор резильентности личности к информационному воздействию в условиях смены социокультурного контекста.

Основная часть. В данном исследовании приняли участие 69 жителей ДНР, проживающих в разных городах республики с 2014 года, возраст испытуемых 18-55 лет, 31 из которых – мужчины, 38 – женщины.

В исследовании использовались следующие методики: а) для изучения резильентности: «Шкала субъективного благополучия» (Perrudel-Badoux, Mendelsohn, Chiche, в адапт. М.В.Соколовой); «Шкала диспозиционной устойчивости DRS)» (P. Bartone, пер.П.А.Кисляков, Е.А. Шмелева); «Индекс социокультурной безопасности» (Э.Н.Гилемханова); «Устойчивость личности к социокультурным угрозам» (П.А. Кисляков, А.-Л.С. Меерсон); «Шкала воспринимаемого стресса» (PSS-10, Коэн); «Диагностика информационного стресса» (Ю.В. Щербатых); «Тест стрессоустойчивости» (С.Мадди); б) для изучения моральных установок: «Опросник моральных оснований» (MFQ) (J. Haidt с соавт., в адаптации О. А. Сычева с соавт.).

Основная идея исследования состояла в том, что резильентность к информационным угрозам связана и моральные установки личности. Для доказательства основной идеи был проведен корреляционный анализ структурных компонентов резильентности с моральными установками личности. Результаты анализа показали наличие следующих связей. Чем значимее для человека моральная установка «Забота», предполагающая осуждение нанесения физического или эмоционального вреда кому-либо и поощрение сочувствия, заботы о благополучии других людей, тем выше уровень уязвимости в социуме (связи с такими компонентами резильентности как «уязвимость» ($r=0.30$; $p \leq 0.05$), «виртуальная аутизация» ($r=0.28$; $p \leq 0.05$), «общий индекс социокультурной безопасности» ($r=0.32$; $p \leq 0.05$), фактор «совладания» ($r=0.34$; $p \leq 0.01$). У людей с выраженным индивидуализирующим моральным основанием «забота \ избегание вреда» чаще возникает риск виртуальной аутизации и ощущения социально психологической уязвимости.

Моральное основание «Справедливость», предполагающее осуждение предвзятого, несправедливого отношения к окружающим, нечестности и одобрение защиты прав каждого человека также является индивидуализирующим фактором. респонденты, для которых значимость справедливости высока, более устойчивы к стрессовым факторам, что включает высокий уровень вовлеченности в ситуацию, привычку контролировать происходящее вокруг; такие респонденты способны взять риск и ответственность на себя (связи с компонентами резильентности: «принятие риска» ($r=0.32$; $p \leq 005$); «вовлеченность» ($r=0.38$; $p \leq 0.01$); «контроль» ($r=0.37$; $p \leq 0.01$); «общий уровень диспозиционной устойчивости» ($r=0.44$; $p \leq 0.01$). Респонденты, имеющие высокую

значимость справедливости, также обладают высоким уровнем самоидентификации как части культурного сообщества, этноса. Связь таких людей с Родиной высока.

Моральное основание «Уважение», предполагающее осуждение неуважительного отношения к традициям, признанным авторитетам, власти и поощрение уважения, является коллективистским фактором. Выраженность этой моральной установки имеет наибольшее количество достоверных связей со следующими компонентами резильентности: «вовлеченностью» ($r=0.60$; $p\leq 0.01$); «контролем» ($r=0.55$; $p \leq 0.01$); «принятием риска» ($r=0.48$; $p \leq 0.01$); «диспозиционной устойчивостью» ($r=0.68$; $p\leq 0.01$); «дезинтеграцией» ($r=0.32$; $p \leq 0.05$); «уязвимостью» ($r=0.35$; $p \leq 0.01$); «социокультурной безопасностью» ($r=0.40$; $p\leq 0.01$); «социокультурной идентичностью» ($r=0.39$; $p \leq 0.01$); «уважением к власти\коллективизмом» ($r=0.64$; $p \leq 0.01$); фактором «дистресса» ($r=0.46$; $p \leq 0.01$); фактором «совладания» ($r=0.34$; $p \leq 0.01$); «воспринимаемым стрессом» ($r=0.47$; $p \leq 0.01$); «жизнестойкостью» ($r=0.45$; $p \leq 0.01$). Испытуемые с выраженной моральной установкой «Уважение» обладают большей резильентностью, они вовлечены в происходящее, стремятся к контролю за ситуацией, готовы нести ответственность за свои решения и принимать риски, обладают высоким уровнем социокультурной идентичности, соотносят себя с коллективом, осознают себя как часть целого и успешнее совладают со стрессом.

Коллективистское моральное основание «Чистота», включающее осуждение неестественных поступков и поощрение ориентации на традиции, одобрение справедливых, морально желательных поступков, люди со строгими нравственными принципами связано с такими компонентами резильентности: «вовлеченность» ($r=0.41$; $p \leq 0.01$); «принятием риска» ($r=0.28$; $p \leq 0.05$); «диспозиционная устойчивость» ($r=0.41$; $p \leq 0.01$); «уважение к власти\коллективизмом» ($r=0.34$; $p \leq 0.01$); «контроль» ($r=0.29$; $p \leq 0.05$). Испытуемые с данной установкой чаще уважают и поддерживаю авторитеты и стабильность власти.

Заключение. Одним из факторов развития резильентности личности являются глубинные личностные конструкты – моральные установки. Выраженность установок уважение, справедливость и чистота положительно связана с резильентностью к информационным угрозам в условиях смены социокультурного контекста и информационного давления, при этом, роль коллективистских моральных установок в формировании резильентности выше, чем роль индивидуализирующих установок.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено при поддержке госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (код темы FRRE-2026–0029)*

Список литературы

1. Богатова, Е. Б. Устойчивость личности к информационному воздействию как центральное психологическое образование эпохи глобализации / Е. Б. Богатова, В. В. Константинов //Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2012. – № 28. – С. 1154-1155. – EDN PJETYX.
2. Карепова, С. Г. Социокультурные трансформации современного российского общества: ключевые тенденции и их отражение на уровне массового сознания/С. Г. Карепова, С. В. Некрасов, А. Н. Пинчук // Социология. – 2024. – №8. – С. 165-172. DOI: 10.24412/1812-9226-2024-8-165-178.
3. Кузнецова, Е. В. Феноменология резильентности как динамического свойства личности / Е. В. Кузнецова // Конструктивные педагогические заметки. – 2025. – №2(26). – С. 87-99. – EDN CYCNRC.

УДК 159.9:614.8

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВЫЕ И РЕФЛЕКСИВНЫЕ РЕСУРСЫ БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАДАЧ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Сарычева О.В., ORCID 0009-0006-1696-9336
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
sarycheva_olga@internet.ru

Введение. Современные чрезвычайные ситуации сопровождаются высоким уровнем психоэмоционального напряжения участников подобных событий, а также специалистов, оказывающих помощь пострадавшим. В таких условиях особое значение приобретает подготовка психологов, способных сохранять профессиональную эффективность в условиях риска и эмоционального напряжения. Одними из ключевых факторов успешности выполнения профессиональных задач в условиях чрезвычайных ситуаций выступают эмоционально-волевые и рефлексивные ресурсы личности психолога [2; 3].

Целью данного исследования является анализ роли эмоционально-волевых и рефлексивных ресурсов в подготовке будущих психологов к выполнению профессиональных задач в условиях чрезвычайных ситуаций. Исследование основано на анализе отечественных и зарубежных научных публикаций, посвящённых психологической готовности специалистов экстремального профиля, эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивости и развитию рефлексивных способностей будущих психологов [1-3].

Основная часть. Одним из наиболее значимых компонентов готовности будущих психологов к выполнению профессиональных задач в

условиях чрезвычайных ситуаций является эмоционально-волевой ресурс личности, который включает эмоциональную устойчивость, способность к саморегуляции, самоконтролю, выдержке и сохранению продуктивности деятельности в условиях повышенного стресса [2]. Современные исследования показывают, что эмоционально-волевой компонент является обязательной составляющей профессиональной готовности психолога к деятельности в чрезвычайных ситуациях и определяет успешность выполнения им профессиональных задач в условиях неопределённости и риска [2]. В исследованиях подчеркивается, что навыки эмоциональной регуляции являются одним из важнейших факторов профессиональной эффективности специалистов, работающих в экстремальных условиях. Развитие данных навыков способствует снижению риска профессионального выгорания, повышению стрессоустойчивости и сохранению психологического благополучия специалиста.

Не менее важным личностным ресурсом является рефлексия. Рефлексивный компонент позволяет будущему психологу осознавать собственные эмоциональные реакции, анализировать результаты профессиональной деятельности и своевременно корректировать способы взаимодействия с людьми [1]. Способность к самоанализу позволяет психологу объективно оценивать качество своей деятельности и определять направления дальнейшего профессионального совершенствования [1].

В структуре готовности психологов к деятельности в чрезвычайных ситуациях рефлексивный компонент рассматривается как способность к самооценке, осмыслению профессионального опыта и анализу эффективности собственных действий в экстремальных условиях [1].

Формирование эмоционально-волевых и рефлексивных ресурсов требует от педагога использования специальных психолого-педагогических технологий. К наиболее эффективным относятся тренинги стрессоустойчивости, развитие навыков эмоциональной саморегуляции, моделирование чрезвычайных ситуаций, групповые дискуссии, супервизия и рефлексивные практики.

Практико-ориентированное обучение создаёт условия для развития адаптационных возможностей личности, формирования навыков управления эмоциональными состояниями и повышения психологической готовности к профессиональной деятельности в экстремальных условиях.

Эмоционально-волевые и рефлексивные ресурсы являются важнейшими психологическими основаниями готовности будущих психологов к работе в чрезвычайных ситуациях [2; 3].

Развитие эмоциональной устойчивости, навыков саморегуляции и рефлексии обеспечивает способность специалиста эффективно действовать в условиях высокого психоэмоционального напряжения, сохранять профессиональную продуктивность и осуществлять качественную психологическую помощь пострадавшим [1].

Заключение. Резюмируя вышеизложенное, следует заключить, что внедрение технологий развития эмоциональной устойчивости и рефлексии обеспечивает более высокий уровень профессиональной готовности специалистов психологического профиля к работе в экстремальных условиях [2].

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено при поддержке госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (код темы FRRE-2026–0029).*

Список литературы

1. Бенда, О. В. Рефлексивная оценка готовности к профессиональной деятельности будущими педагогами-психологами / О.В. Бенда // Обзор педагогических исследований. – 2025. – Т. 7, № 1. – С. 36–42.
2. Сарычева, О. В. Компоненты готовности будущих психологов служебной деятельности к работе в чрезвычайных ситуациях / О.В. Сарычева, Д.А. Чернышев // Вестник педагогических наук. – 2025. – № 12. – С. 35–41.
3. Veggi, S. Psychological Preparedness of Psychologists during the COVID-19 Emergency: Are There Any Individual Differences? / S. Veggi, M. Di Tella, L. Castelli, G. Zara // Behavioral Sciences. – 2024. – Vol. 14, No. 3. – Article 168. – DOI: 10.3390/bs14030168.

УДК 159.9

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Фархутдинова Ю.Н., канд. психол. наук, доц.,
ORCID 0000-0002-2483-4355
ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина», г. Нижний Новгород, РФ
julia82.06@mail.ru

Введение. С решением возникающих проблем в психологии связан сложный феномен, который обозначается как копинг-стратегии; они позволяют сознательно справляться со сложностями, искать наилучшие решения и активно функционировать. Для подростка психологическое благополучие играет большую роль, т. к. в этот период происходят интенсивные изменения в самосознании, переоценка ценностей, поиск идентичности и смысла жизни. Высокий уровень психологического благополучия предполагает взаимосвязь с ощущением эмоциональной стабильности, жизненной удовлетворенности и прочих позитивных сторон

данного аспекта. Способы формирования подобного образа жизни смогут помочь подросткам активно справляться с трудностями и повысят качество применения копинг-стратегий как форм совладающего поведения.

Основное содержание. Традиции изучения копинг-стратегий заложены Р. Лазарусом, продолжены в работах А.А. Алексапольского, Е.В. Битюцкой, Е.А. Бахановой, С.В. Быкова, Е.Ю. Молчановой, А.Л. Церковского и др. Однако до сих пор среди ученых нет единого понимания сущности совладающего поведения и остается спорным вопрос об эффективности применения различных видов стратегий [3; 4].

Старший подростковый возраст можно охарактеризовать как сензитивный период для становления копинг-поведения и психологического благополучия (В.А. Бодров, В.И. Долгова, Ю.А. Еремина, Г.С. Корытова, Т.Л. Крюкова Е.А. Петров, С.А. Хазова; Д. Майхенбаум, Х. Томе и др.). Интенсивные изменения в самосознании, поиск идентичности, переоценка ценностей, стремление к автономии при одновременной высокой значимости общения со сверстниками создают повышенную стрессогенность среды. Установлено, что подростки чаще используют эмоционально-ориентированные и избегающие стратегии (поиск социальной поддержки, бегство), тогда как проблемно-ориентированные стратегии (планирование, анализ) остаются недостаточно развитыми. При этом адаптивные копинги выступают ресурсом поддержания психологического благополучия, а пассивные и избегающие – фактором риска его снижения. Мы предполагаем, что существует связь между показателями копинг-стратегий и психологического благополучия у старших подростков [2].

Исследование проводилось на базе МБОУ «Школа №52» г. Нижнего Новгорода среди учащихся 8-х классов. Всего приняли участие 40 подростков в возрасте 14–15 лет. Для изучения типов совладания и уровня психологического благополучия нами были использованы: «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), Опросник способов совладания (WCQ) Р. Лазаруса и С. Фолкман (адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой) [5].

Проанализировав структуру показателей, нам удалось выявить, что психологическое благополучие испытуемых характеризуется неравномерным профилем. Наиболее высокие значения зафиксированы по субшкале «Личностный рост» (М=57), что отражает открытость подростков новому опыту. Наиболее низкие – по субшкалам «Управление средой» (М=48) и «Автономия» (М=50), что свидетельствует об ограниченном субъективном ощущении контроля над жизненными обстоятельствами и высокой зависимости от внешних оценок, типичных для данного возраста. Интегральный ПБ соответствует низкому уровню у 62,5% выборки, среднему – у 32,5%, высокому – у 5%.

В выборе копинг-стратегий преобладают умеренные уровни по всем субшкалам, при этом наиболее часто подростки предпочитают использовать такие стратегии, как «поиск социальной поддержки» (M=58) и «бегство-избегание» (M=56); стратегия «планирование решения проблем» демонстрирует наименьший средний уровень (M=44).

Анализ матрицы корреляций позволил нам выявить ряд существенных закономерностей. Так, стратегия «планирование решения проблем» положительно коррелирует со всеми субшкалами психологического благополучия ($r = 0,47–0,58$; $p < 0,001$-$0,01$), наиболее тесная связь с субшкалами «Автономия» ($r = 0,58$, $p < 0,001$) и «Личностный рост» ($r = 0,55$, $p < 0,001$), а также с интегральным показателем ПБ ($r = 0,55$, $p < 0,001$). Это свидетельствует о том, что подростки, склонные к последовательному, аналитическому решению проблемных ситуаций, демонстрируют более высокий уровень психологического функционирования по всем измеренным компонентам.

Стратегия «Положительная переоценка» также показывает значимые положительные корреляции со всеми субшкалами ПБ ($r = 0,40–0,58$; $p < 0,05$-$0,001$), наиболее выраженные с субшкалами «Управление средой» ($r = 0,57$, $p < 0,001$), «Цели в жизни» ($r = 0,58$, $p < 0,001$), «Самопринятие» ($r = 0,57$, $p < 0,001$) и интегральным показателем ПБ ($r = 0,57$, $p < 0,001$). Данная стратегия, предполагающая переосмысление трудных ситуаций как источника личностного роста, оказывается тесно сопряжённой с позитивным самоотношением и ощущением осмысленности жизни.

Умеренные положительные корреляции со всеми субшкалами ПБ показывает стратегия «Самоконтроль» ($r = 0,33–0,42$; $p < 0,05–0,01$), наиболее значимую – со шкалой «Личностный рост» ($r = 0,42$, $p < 0,01$) и интегральным ПБ ($r = 0,41$, $p < 0,01$). Таким образом, эмоциональная саморегуляция выступает умеренным, но устойчивым ресурсом психологического благополучия.

Стратегия «Бегство-избегание» демонстрирует значимые отрицательные корреляции со всеми субшкалами ПБ ($r = −0,40$-$−0,54$; $p < 0,05–0,001$) и с интегральным показателем ($r = −0,53$, $p < 0,001$). Наиболее выраженными являются отрицательные связи со субшкалами «Управление средой» ($r = −0,53$, $p < 0,001$), «Личностный рост» ($r = −0,54$, $p < 0,001$) и «Цели в жизни» ($r = −0,53$, $p < 0,001$). Этот результат указывает на то, что систематическое избегание стрессовых ситуаций ассоциировано со сниженным ощущением контроля над жизненными обстоятельствами и размытостью жизненных перспектив.

Стратегии «Дистанцирование» и «Принятие ответственности» показывают умеренные отрицательные тенденции ($r = −0,15$-$−0,28$), что не достигает уровня статистической значимости при данном объёме выборки. Стратегии «Конфронтационный копинг» и «Поиск социальной поддержки» значимых корреляций с показателями ПБ не обнаружили.

Выводы. Выбор подростками стратегий совладания является критическим фактором, определяющим их психологическое благополучие и ощущение внутренней гармонии [1]. Наиболее эффективным путем к формированию высокого уровня психологического благополучия (повышению автономии, самопринятия и управления средой) является активное использование проблемно-ориентированных и оптимистических копинг-стратегий. В то же время, необходимо работать над снижением тенденции к избеганию, поскольку данный тип совладания является мощной детерминантой внутреннего неблагополучия.

Список литературы

1. Волкова, Е. Н. Психологическое благополучие подростков с разным типом социализации / Е.Н. Волкова // Вестник Московского университета. Серия 20. Педагогическое образование. – № 22(4). – С. 48–73. DOI: 10.55959/LPEJ-24-26
2. Жданова, Т. А. Психологическое благополучие подростка: личностные качества и семейные отношения (по материалам зарубежных исследований) / Т.А. Жданова, Е.В. Филиппова // Современная зарубежная психология. – 2024. – Т. 13. – № 4. – С. 51–63. DOI: 10.17759/jmfp.2024130405
3. Онуфриева, В. В. Особенности копинг-поведения в подростковом возрасте / В.В. Онуфриева, А. С. Константинова // Молодой ученый. – 2016. – № 6(110). – С. 701-703. – EDN VPQPTX.
4. Трубеев, Д. И. Копинг-стратегии как психологический феномен / Д. И. Трубеев // Молодой ученый. – 2024. – № 48(547). – С. 174-176. – EDN ZNVMGU.
5. Шишмарева, Л. В. Эмпирическое исследование субъективного благополучия и копинг-стратегий подростков / Л.В. Шишмарева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12. – № 2. – URL: https://mir-nauki.com/PDF/23PSMN224.pdf

УДК 159.923 : 316.613.5

ВЫБОР КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СТУДЕНТАМИ В ПЕРИОД ВОЕННОГО КОНФЛИКТА

Черных Л.А., д-р. психол. наук, доц., ORCID 0000-0001-5562-7669,
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», г. Луганск, РФ
larisa_pon@inbox.ru

Введение. В период военного конфликта особенно актуальной становится необходимость адекватного реагирования на ситуации острого стресса, связанного с воздушной опасностью из-за прилета беспилотных летательных аппаратов, несущих боеприпасы. В связи с этим одной из уязвимых категорий являются студенты, большая часть которых прибыли на обучение из разных населенных пунктов, проживают в общежитии или

приезжают каждый день на учебу. В последнее время участились случаи поражения данными беспилотными аппаратами общественного и междугороднего транспорта, которым нужно добираться в учебное учреждение, что значительно увеличивает уровень стресса. Его регуляция становится насущной необходимостью для современных обучающихся.

Цель работы – выявить копинг-стратегии, которые чаще всего применяют студенты для совладания с военной опасностью.

Основная часть. Совладающее поведение в ситуации военного конфликта – важная составляющая психологического выживания. От него зависит психическое состояние, позволяющее продуктивно выполнять разные виды деятельности, начиная с учебной, важной для студенчества, заканчивая вневузовской: коммуникативной, общественной, бытовой, досуговой.

Актуальность проблемы совладания со стрессом, в частности, с экстремальным стрессом, которым являются военные действия, подчеркивалась в исследованиях неоднократно [5; 6; 7]. Многие авторы рассматривают различные виды совладающего поведения, связь копингов с психофизиологическими и личностными составляющими. Так, Л.Л. Баландина, А.А. Панькова связывают копинг-стратегии с уровнем самооценки [1]; Е.А. Волгуснова, Е.А. Шерешкова доказывают связь стратегий совладания с нервно-психической устойчивостью [2]; М.Л. Мельникова и И.В. Чебыкина разграничивают копинг-стратегии и защитные механизмы личности студентов педагогического направления подготовки [4].

Велик риск развития в период затяжного военного конфликта и посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), которое благодаря психопрофилактической работе со студентами, можно минимизировать, что подчеркнуто в исследовании коллектива авторов под руководством И.И. Чубовой [3]. Исследователи делают упор на преодолении стресса и ПТСР, выборе студентами копинг-стратегий и прибегании к копинг-ресурсам, рассматривают клинические состояния студентов в условиях затяжного стресса и ПТСР и их патопсихологические эквиваленты, выделяют педагогические условия формирования личностных качеств и культуры социально-педагогической коммуникации, обосновывают комплексный подход в лечении ПТСР и других непсихотических психических расстройств.

Для предотвращения развития травматической симптоматики и сохранения психического здоровья важно использовать эффективные стратегии преодоления стрессов, которые в ситуации затяжного военного конфликта становятся жизненно необходимыми.

С целью выявления стратегий совладания со стрессом в условиях военных действий было проведено эмпирическое исследование в Луганском государственном педагогическом университете. Респондентами выступили

девушки-студентки 4 курса направления подготовки «Психология» в количестве 30 человек, возраст испытуемых 20–21 год. Исследование проходило в первой половине дня по методике «Индикатор копинг-стратегий» (Coping Strategy Indicator, CSI) (Дж. Амирхан, в адаптации Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского).

Анализируя полученные результаты, следует отметить, что стратегия разрешения проблем, при которой человек проявляет активность, использует все имеющиеся у него личностные ресурсы, является ведущей у 13,3% студентов, они предпочитают ее всем остальным, при этом есть 20% респондентов, которые данную стратегию используют редко, основная же масса испытуемых (66,7%) использует как поиск эффективного способа решения проблем, так и поиск социальной поддержки. При этом есть студенты, для которых обращение за помощью к семье, друзьям, значимым людям является основной стратегией совладания, их 13,3%. Примечательно, что есть респонденты, которые, вероятно, имеют неудовлетворительные отношения со значимыми другими и обращаются к ним за поддержкой редко (13,3%) или не обращаются вовсе (6,7%). Можно предположить наличие у данных студентов дезадаптации в имеющейся стрессовой ситуации или предпочтение других видов копинга. При этом стратегию избегания проблем, при которой испытуемые предпочитают уйти от их решения в выжидательную позицию, в болезнь или в употребление психоактивных веществ, предпочитают только 6,7% респондентов, редко к ней прибегают 80%, и практически никогда не используют 13,3%. Есть еще одна особенность: выявлено 13,3% студентов, которые практически никогда не используют ни одну стратегию, занимают пассивную позицию и ждут помощи от других в решении их проблем.

Заключение. Таким образом, результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о предпочтении студентами выпускных курсов психологического направления подготовки активных копинг-стратегий поиска решения проблем или социальной поддержки, а также их сочетания в зависимости от ситуации, и низкого уровня значимости стратегии избегания решения проблем. Следует обозначить, что стратегия избегания, которая мало эффективна в условиях мирного времени, за исключением ситуаций отсутствия ресурсов для совладания и возможности их получения, в ситуации военного конфликта может помочь в случаях некоторых ранений вследствие попадания боеприпасов, завалов, т.к. иногда важнее ждать спасателей и медиков, чем пытаться высвободиться и получить травму, не совместимую с жизнью.

Таким образом, в ситуации затяжного военного конфликта студенты используют преимущественно эффективные стратегии совладания со стрессом, связанные с разрешением проблем и поиском социальной поддержки и практически не используют стратегию избегание.

Список литературы

1. Баландина, Л. Л. Взаимосвязь самоотношения и копинг-стратегий студентов педагогического вуза / Л. Л. Баландина, А. А. Панькова // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия 1. Психологические и педагогические науки. – 2022. – №1. – С. 5–12. – DOI: 10.24412/2308-717X-2022-1-05-12.
2. Волгуснова, Е. А. Копинг-стратегии и нервно-психическая устойчивость бакалавров педагогического университета / Е. А. Волгуснова, Е. А. Шерешкова // Психолого-педагогический поиск. – 2020. – №2(54). – С. 123–133. – DOI: 10.37724/RSU.2020.54.2.012. – EDN: HSPZPE.
3. Личность в условиях стресса и ПТСР : коллективная монография / Под общей ред. И. И. Чубовой ; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск : Издательство ЛГПУ ; ИП Орехов, 2025. – 287 с. – EDN: UUJNSH.
4. Мельникова, М. Л. Копинг-стратегии и защитные механизмы личности студентов-педагогов / М. Л. Мельникова, И. В. Чебыкина // Педагогическое образование в России, 2020. – № 2. – С. 84–98. – DOI 10.26170/po20-02-10.
5. Черных, Л. А. Структура стрессоустойчивости у студентов педагогического направления подготовки / Л. А. Черных // Формирование личности студентов в условиях затяжного стресса и ПТСР: сборник материалов Регионального круглого стола (г. Луганск, 9 октября 2024 г.) ; под общ. ред. И. И. Чубовой ; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск : Издательство ЛГПУ, 2024. – С. 19–28. – URL: https://dspace.lgpu.org/bitstream/123456789/6555/1/2974-25_sb.doc (дата обращения 07.10.2026).
6. Черных, Л. А. Возможности регуляции стрессов студентов педагогического вуза [Электронный ресурс] / Л. А. Черных // Вестник практической психологии образования. 2024. – Том 21. – № 3. – С. 38–44. – DOI:10.17759/bppe.2024210305. – EDN: UIOCUQ.
7. Черных, Л. А. Копинг-стратегии студентов вуза: эффективна ли регуляция стресса? / Л. А. Черных // Новое в психолого-педагогических исследованиях. Теоретические и практические проблемы психологии и педагогики : научно-практический журнал. – № 3(74) июль – сентябрь. – 2024. – С. 216–227. – DOI: 10.51944/20722516_2024_3_216. – EDN: DXKTTC.

УДК 159.9.072:316.6

ЖИЗНЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА И РЕСУРСЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ В НАРРАТИВАХ СТУДЕНТОВ ИСТОРИЧЕСКОГО РЕГИОНА РФ

Шебанова В. И., д-р. психол. наук, проф., ORCID 0000-0002-1658-4691,
Попельчук Г.А., канд. психол. наук, ORCID 0000-0002-0763-1855,
Олейник Н.О., канд. психол. наук, ORCID 0000-0002-8351-8803
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
v1talia.sh@yandex.ru, halynadidenkopsy@yandex.ru, narmina.oleinik@yandex.ru

Введение. В ситуации социальной турбулентности, когда привычные жизненные ориентиры утрачены, а образ будущего теряет предсказуемость, особую значимость приобретает изучение субъективных стратегий совладания и конструирования жизненной перспективы. Для личности, столкнувшейся с вынужденным перемещением, утратой дома и разрывом социальных связей, основных становится вопрос о внутренних и внешних ресурсах, позволяющих сохранять целостность и направленность движения в условиях хронической неопределённости. Актуальность работы обусловлена необходимостью понимания психологических механизмов, которые лежат в основе жизнестойкости и посттравматического роста, а также выявления ценностно-смысловых доминант, определяющих отношение к прошлому, настоящему и будущему у людей, переживших экстремальные события.

Цель исследования – реконструкция ценностно-смысловых ориентаций и ресурсов преодоления у студентов из воссоединённых регионов, переживших военный конфликт и вынужденное перемещение.

Методология и методы. Исследование выполнено в парадигме качественной методологии с опорой на современную теорию нарратива [1; 5]. Основной метод – глубинное полуструктурированное интервью, включающее четыре тематических блока: «Прошлое: точка опоры», «Настоящее: здесь и сейчас», «Будущее: образ желаемого» и «Завершающая рефлексия». Выборка составила 29 студентов 4-го курса очно-заочной формы обучения (82% женщин, возраст 20–58 лет, средний возраст 38–40 лет), в основном – уроженцев Херсона и Херсонской области, а также других регионов Украины и РФ. Все респонденты пережили эвакуацию, утрату жилья, разлуку с близкими. Анализ текстов проводился методом тематического кодирования с последующей категоризацией и интерпретацией в контексте теорий жизнестойкости и посттравматического роста [2; 3; 4].

Результаты. Анализ выявил несколько устойчивых тематических категорий [6].

Семья как фундаментальная ценность и ресурс. Для 100% респондентов семья является экзистенциальным центром и главной опорой на всех этапах жизненного пути. Нарративы подчёркивают роль многопоколенности, совместных традиций, безусловной поддержки родителей и прародителей. Даже в случаях семейного неблагополучия (насилие, развод, ранние утраты) респонденты находят компенсаторные ресурсы в расширенной родственной сети или трансформируют негативный опыт в осознанное построение собственной здоровой семьи. Семья выступает не просто как источник помощи, а как смыслообразующий центр, задающий направление всем жизненным устремлениям.

Вооружённый конфликт как экзистенциальный перелом. Для 40% респондентов события 2022 года стали точкой бифуркации, разделившей жизнь на «до» и «после». Переживания включают переоценку ценностей, пересмотр социальных связей, осознание хрупкости жизни и ценности каждого момента. Характерно формирование реалистичных жизненных ожиданий, ориентированных на безопасность, стабильность, взаимопомощь. Травматический опыт, будучи глубоко разрушительным, одновременно выступает катализатором мобилизации внутренних ресурсов и укрепления семейных связей.

Многообразие копинг-стратегий. Респонденты используют широкий спектр стратегий совладания: от соматических (физическая активность, температурные практики) и деятельностных (учеба, спорт, творчество) до социальных (поддержка семьи, друзей, университетского сообщества) и экзистенциальных (вера, память о предках, принятие). Особую роль играет феномен «микропобед» – способность замечать и ценить повседневные достижения. Эти малые победы становятся фундаментом психологической устойчивости, поддерживая позитивную самооценку и чувство контроля над жизнью в условиях хронического стресса.

Образование как реализация «отложенной мечты». Для многих студентов старшей возрастной группы поступление в вуз является осуществлением долговременной профессиональной интенции, блокированной ранее жизненными обстоятельствами. Учебная деятельность выполняет смыслообразующую, компенсаторную и идентификационную функции, восстанавливая нарушенную временную перспективу и возвращая ощущение субъектности. Образование становится пространством, где возможны самореализация, новые социальные связи и когнитивная занятость, отвлекающая от травматических переживаний.

Позитивный образ будущего. Доминирующим является оптимистичный, семейно-центрированный образ себя через 10 лет. Инвариантная триада: «дом – семья – профессиональная самореализация». Возвращение на малую родину является сильным мотивом для 50% респондентов, при этом часть из них формирует феномен «двойной

идентичности», сохраняя эмоциональную связь с родным краем при интеграции в новое пространство.

Травма и незавершённое горевание. У части респондентов фиксируется состояние хронической боли, блокировка временной перспективы («жизнь одним днём»), что указывает на пределы перерабатывающего потенциала психики и требует особых форм психологической поддержки.

Обсуждение и заключение. Полученные данные согласуются с теоретическими моделями посттравматического роста [2; 3; 4] и нарративной психологии [1; 5]. Выявленная ценностная иерархия (семья > просоциальная самореализация > внутренняя гармония) отражает экзистенциальную редукцию, вызванную депривацией базовых потребностей в условиях военного конфликта. Устойчивость традиционных ценностей при гибкости территориальных стратегий свидетельствует о высоком адаптационном потенциале респондентов. Практическая значимость работы заключается в возможности использования её результатов в психологическом консультировании, педагогической деятельности и при разработке программ социально-психологической поддержки лиц, переживших вынужденное перемещение.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено в рамках государственного задания (№ 073–00108-26-01) на 2026 г.*

Список литературы

1. Барбашина, Э. В. Трансформация «нарратива» в социально-гуманитарном познании / Э.В. Барбашина // Сибирский философский журнал. – 2023. – Т. 21, № 2. – С. 71–80. – DOI 10.25205/2541-7517-2023-21-2-71-80. – EDN BXWCVO.
2. Быховец, Ю. В. Феномен посттравматического роста // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова. – Москва: Институт психологии РАН, 2016. – С. 214–226. – EDN VIBVWB.
3. Леонтьев, Д. А. Удары судьбы как стимулы личностного развития: феномен посттравматического роста // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / под ред. А. В. Махнача, Л. Г. Дикой. – Москва: Институт психологии РАН, 2016. – С. 144–158. – EDN WJKBNT.
4. Рождественская, Е. Ю. ИНТЕР-энциклопедия: нарративное интервью / Е.Ю. Рождественская // Интеракция. Интервью. Интерпретация. – 2020. – Т. 12. – № 4. – С. 114–127. – DOI 10.19181/inter.2020.12.4.8. – EDN FDKZEU.
5. Терехова, Т. А. Нарративное интервью как методологический конструкт междисциплинарного качественного исследования / Т.А. Терехова, С.К. Малахаева // Психология в экономике и управлении. – 2013. – № 1. – С. 91–95. – EDN SFBVJZ.
6. Шебанова, В. И. Жизненная перспектива в лицах: нарративы студентов исторического региона России : монография / В.И. Шебанова. – Херсон : Херсонский государственный педагогический университет, 2026. – 360 с.

УДК 159.9:614.23

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА МЕДИЦИНСКИМИ РАБОТНИКАМИ В ТРУДНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Шебанова С.Г. канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-0271-896X,
Новикова М.Ю. ORCID 0009-0001-1629-765X
ФГБОУ ВО «Херсонский технический университет», г. Геническ, Херсонская обл., РФ
sveta1_sh@rambler.ru, lili-a-2010@mail.ru

Введение. Профессиональная деятельность медицинских работников относится к числу наиболее стрессогенных. Высокая цена ошибки, ответственность за жизнь и здоровье пациента, эмоциональная вовлечённость, ненормированный график, дефицит кадров и коммуникативные нагрузки создают устойчивый фон психоэмоционального напряжения. В этих условиях особую значимость приобретают копинг-стратегии и личностные ресурсы устойчивости к стрессу, обеспечивающие профессиональное долголетие и психологическое благополучие [1; 2; 4]. Однако различия в совладающем поведении врачей и среднего медицинского персонала изучены недостаточно.

Цель исследования – определить особенности копинг-стратегий и личностных ресурсов устойчивости к стрессу у медицинских работников.

Объект исследования – психологические особенности медицинских работников.

Предмет исследования – особенности копинг-стратегий и личностные ресурсы устойчивости к стрессу медицинских работников.

Гипотезы исследования:

1. Существуют различия в копинг-стратегиях и личностных ресурсах устойчивости к стрессу у врачей и представителей среднего медицинского персонала.
2. Существует взаимосвязь между копинг-стратегиями и личностными ресурсами устойчивости к стрессу, причём характер этих связей у врачей и среднего медицинского персонала различается.

Методы и выборка. В исследовании приняли участие 60 медицинских работников в возрасте от 32 до 56 лет, составивших две группы по 30 человек: врачи и представители среднего медицинского персонала. Стаж профессиональной деятельности – не менее трёх лет. Использовались: тест совладающего поведения Р. Лазаруса; тест рефлексивности А.В. Карпова, В.В. Пономаревой; тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; шкала психологического стресса PSM-25. Статистическая обработка включала

критерий Манна-Уитни и коэффициент ранговой корреляции Спирмена [2; 3; 4; 5].

Результаты и обсуждение. У врачей достоверно выше копинги «принятие ответственности» ($p = 0,001$) и «планирование решения проблемы» ($p = 0,011$). У среднего медицинского персонала более выражены «поиск социальной поддержки» ($p < 0,001$) и «бегство–избегание» ($p = 0,002$). Ведущими стратегиями в обеих группах остаются самоконтроль, принятие ответственности и положительная переоценка; наименее выражены конфронтация и дистанцирование. Различия объясняются характером труда: врач принимает самостоятельные решения в условиях неопределенности и несет повышенную ответственность, что формирует привычку к анализу, планированию и признанию своей роли. Средний медицинский персонал действует в рамках делегированных полномочий, поэтому чаще прибегает к социальной поддержке и избеганию как способу временного снижения напряжения.

Уровень рефлексивности у врачей статистически выше ($p = 0,006$): высокий уровень – у 66,7 % врачей и 36,7 % среднего медперсонала, низкий – у 3,3 % и 16,7 % соответственно. Рефлексивность обеспечивает анализ ошибок и корректировку поведения, что важно при высокой ответственности. По жизнестойкости значимые различия касаются только «принятия риска» ($p = 0,003$): у врачей $18,23 \pm 3,54$ против $15,33 \pm 3,72$. Показатели вовлечённости, контроля и общего уровня жизнестойкости не различаются. Врачи более склонны рассматривать трудные ситуации как возможность развития и действовать в неопределенности; средний медперсонал ориентирован на контроль и стабильность.

По психологическому стрессу различий не выявлено ($p = 0,383$): у врачей $125,87 \pm 33,71$, у среднего медперсонала $118,73 \pm 27,56$. Повышенный уровень стресса – у 50 % врачей и 43,3 % среднего медперсонала, умеренный – у 30 % и 30 %, низкий – у 20 % и 26,7 %. Напряжённость труда носит системный характер и не зависит напрямую от должности.

Корреляционный анализ: у врачей стресс отрицательно связан с дистанцированием ($r = –0,51$), поиском социальной поддержки ($r = –0,37$) и положительной переоценкой ($r = –0,46$). У среднего медперсонала стресс отрицательно коррелирует с самоконтролем ($r = –0,47$), принятием ответственности ($r = –0,42$), планированием ($r = –0,50$), положительной переоценкой ($r = –0,42$), рефлексивностью ($r = –0,45$) и принятием риска ($r = –0,38$); положительно – с бегством–избеганием ($r = 0,50$). Для среднего медперсонала избегание – маркер риска, а активные копинги и рефлексивность – протективные факторы.

Выводы. Гипотезы исследования подтверждены. Копинг-стратегии и личностные ресурсы устойчивости к стрессу медицинских работников имеют специфику, обусловленную профессиональной ролью. Врачи чаще

опираются на принятие ответственности, планирование и рефлексию, тогда как средний медицинский персонал – на поиск социальной поддержки и избегание. При этом уровень стресса в обеих группах сопоставим, что указывает на необходимость дифференцированной психопрофилактики.

Для врачей целесообразно развивать навыки дистанцирования и положительной переоценки, проводить супервизии и вести дневники профессиональных достижений. Для среднего медицинского персонала важны коррекция избегающего поведения, тренинги самоконтроля, планирования, тайм-менеджмента и эмоциональной регуляции. На организационном уровне необходимы мониторинг стресса, снижение стигматизации обращения за психологической помощью и создание структур взаимоподдержки.

Перспективы дальнейших исследований связаны с изучением проактивного совладания, а также духовно-экзистенциальных ресурсов устойчивости медицинских работников. Отдельного внимания заслуживает сравнительный анализ медицинских работников с представителями других помогающих профессий, а также изучение роли цифровых инструментов и дистанционных форм психологической поддержки.

Список литературы

1. Бодров, В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – Москва: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
2. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 336 с.
3. Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов управления / А.В. Карпов, В.В. Пономарева. – Москва: ИП РАН, 2000. – 283 с.
4. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. – Ленинград: Медицина, 1970. – С. 178–208.
5. Леонтьев, Д. А., Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – Москва: Смысл, 2006. – 63 с.
6. Мадди, С. Смыслообразование в процессах принятия решения / С. Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 6. – С. 87–101.
7. Labrague, L.J. Psychological resilience, coping behaviours and social support among health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review // Journal of Nursing Management. – 2021. – Vol. 29, No. 7. – P. 1893–1905. DOI: 10.1111/jonm.13336

УДК 159.9

О ХАРАКТЕРИСТИКАХ КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

Шпунтова В.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0002-6281-8564
ФГАОУ ВО Самарский национальный исследовательский университет
имени академика С.П. Королева, г. Самара, РФ
vetch31@list.ru

Введение. Человек и мир неразрывно связаны друг с другом. Они – два полюса единого целого, бытия-в-мире.

Связующей нитью между полюсами выступают ценности, – производные от отношения человека к миру. Они располагаются между миром и человеком, лежат на границе восприятия. И действительно, человек «выхватывает» из мира то, что имеет для него значение, если это происходит в конкретной ситуации, можно говорить о личностных смыслах, – он руководствуется ими, если в рамках культуры, то это – нормы и нравственные ориентиры. Новая информация также «проверяется на соответствие»: противоречит ли она системе ценностей, идет с ней в разрез или подтверждает знаемое и значимое.

Иными словами, ценности являются важной, фундаментальной категорией жизни человека. Они объясняют происходящее и собственные выборы, решения, позволяют быть адаптивным внешней среде, социуму, формируют общий вектор существования.

В современной быстроменяющейся действительности человек «подлаживается» под мир, встраивается в него, доопределяет себя. Он опирается на систему ценностей, сверяется с ней. В тех случаях, когда соответствие между структурой ценностей и наличной ситуацией нарушается возникает кризисная ситуация [1].

Основная часть. Кризисная ситуация – это невозможная (Ф.Е. Василюк), сложная (А.В. Серый, М.С. Яницкий) ситуация взаимодействия человека и мира. Оказавшись в ней, человек сталкивается с необходимостью существенной трансформации ценностной системы координат, переосмысления знаний о себе, мире. В рамках кризисной ситуации развертываются такие условия, которые «подводят» человека к переломному моменту (Л.С. Выготский), «поворотному пункту» его жизненного пути. Отметим, что кризисная ситуация не всегда равна кризису. Последний возникает, если человек не совладал с кризисной ситуацией, не перенастроился, не справился с ней, не преодолел.

На наш взгляд, кризисная ситуация определяется набором характеристик, одновременное сосуществование которых (целокупность) затрудняет дальнейшее успешное функционирование человека. Рассмотрим каждую из них подробнее.

Центральная, ключевая характеристика кризисной ситуации – рассогласованность ценностной сферы. Ценности становятся разнонаправленными, могут «конфликтовать и конкурировать между собой за право быть воплощенными в жизнь» [Карпинский, 2010, с. 29]; ведущая ценность может быть фрустрирована или девальвирована. В кризисной ситуации возрастает общее количество значимых категорий, а также увеличивается их содержательная неоднородность: человек и мир, время жизни, самореализация воспринимаются и представляются сложными, фрагментарными образованиями.

При переживании кризиса, напротив, общее количество ценностей уменьшается. Возможно, так происходит для снижения уровня противоречивости ценностно-смысловой сферы личности. В состоянии кризиса ценности личности поляризуются: выделяются две группы значимых ориентаций. Первая – абсолютные смысловые универсалии (Б-ценности), вневременные, общечеловеческие ценности (например, «Любовь», «Справедливость» и др.) и вторая – значения, связанные с текущим моментом, удовлетворением базовых потребностей («Сон», маленькие радости, вредные привычки). В кризисе ценности становятся менее «заостренными», более однозначными.

Кризисная ситуация влияет на всю систему жизненных отношений человека. Последний обнаруживает, что его система нравственно-смысловых координат не позволяет корректно оценивать происходящее, придавать значение миру. Человек лишается непреложных опор, оказывается не способным воспринимать новую информацию; его привычное течение жизни нарушается.

Вторая характеристика кризисной ситуации – деформация временной перспективы – напрямую связана с противоречиями в ценностной сфере. Ценности являются предикторами отношения к прошлому, настоящему и будущему (О.Г. Квасова, Е.В. Некрасова) и оказывают существенное влияние на переживание и интерпретацию жизненных событий.

Разрушение устоявшихся связей между значениями, убеждениями и ценностными ориентациями делает мир непредсказуемым, небезопасным. Возрастает неопределенность, растерянность и тревога. Сознание сужается, человек концентрируется на негативных событиях (Л.И. Анцыферова), доступ к субъективному опыту блокируется. В кризисной ситуации преемственность между временными ориентациями нарушается. Прошлое воспринимается как «тяжелое» и «полное сожалений»; будущее видится отдаленным, недоступным; настоящее ощущается как предопределенное, неподвластное контролю. Можно сказать, что временная перспектива укорачивается, сжимается до одной временной ориентации, чаще – до негативного прошлого или фаталистического настоящего.

Третья характеристика кризисной ситуации – активность без смыслового вектора. Рассогласование, противоречивость ценностей

нарушает долгосрочное планирование, усложняет процессы целеполагания, построения программ действий. Дезинтеграция настоящего и будущего, отдаленность и дистанцированность последнего снижает энергетические и смысловые возможности человека, «фиксирует» его в кризисной ситуации. Как следствие – активные действия часто замещаются разрозненными и не целенаправленными реакциями; обобщенные отношения и оценки вытесняются преходящими мотивами, задачами.

В состоянии кризиса, наоборот, повышается трансситуационная активность, – человек жаждет новой информации, стремится взаимодействовать с новыми жизненными ситуациями. Однако, эта активность часто бывает хаотичной, переменчивой и сопровождается ярко выраженными негативными эмоциями.

Заключение. Подводя итог изложенному, отметим, что одновременная выраженность трех характеристик может свидетельствовать о существовании человека в кризисной ситуации. Оказавшись в ней, человек сталкивается с неспособностью действовать «как прежде», его отношения с Миром теряют прозрачность, перестают быть понятными и определенными. Прежняя система ценностных координат не позволяет ему быть успешным и эффективным.

Рассогласованность, противоречивость ценностей оказывает влияние на все сферы жизни человека, затрудняет ежедневное функционирование. Вместе с тем, кризисная ситуация выступает важным условием раскрытия потенциала человека, его возможностей, активности и авторства. Для пересмотра себя и своего места в мире человеку необходимо выстроить новые ценностные отношения, переоткрыть Мир заново.

Список литературы

1. Бурмистрова, Е. В. Система оказания психологической помощи в кризисной ситуации / Е. В. Бурмистрова // Психологическая наука и образование. – 2003. – №8(3). – С. 16-20. – EDN XWWOLR.
2. Карпинский, К. В. Конфликтный смысл жизни как источник кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2010. – Т. 3, № 3. – С. 28–42. – EDN OBHELR.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ ДОНБАССА: ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ

Шульга В.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-2408-8018
ФГБОУ ВО «Донбасский государственный университет юстиции», г. Донецк, РФ
shulga.valentina55vv@mail.ru

Введение. А. Эйнштейн в своей теории установил относительность течения времени при больших значениях переменных массы и скорости, но для людей, живущих на планете Земля, время является константной категорией, не поддающейся никакому влиянию: его невозможно остановить, невозможно изменить, невозможно повернуть вспять – это всегда движение вперед.

Попытки мыслителей и философов проанализировать сущностные характеристики времени предпринимались всегда, но временной концепт многогранен и трудно поддается систематизации. Современная наука делает акцент на понимании времени как жизненного ресурса человека, необходимого не только для достижения поставленных целей, но и для эффективной реализации себя как личности в различных жизненных ситуациях.

Особый акцент современные исследователи делают на изучении временной перспективы юношества и студенчества, учитывая, что именно на этот возрастной период приходится формирование способа организации времени жизни человека, личностного отношения к прошлому, будущему и настоящему.

Студенчество Донбасса – особая социальная группа молодежи, которая на протяжении длительного времени живет в ситуации хронического психоэмоционального напряжения, связанного с военными действиями и неопределенностью собственного будущего. Очевидно, что временная перспектива молодежи в условиях длительной травматизации претерпевает значительные трансформации.

Цель – изучить особенности временной перспективы студентов Донбасса и выявить гендерные различия в ее структуре. В качестве диагностического инструментария использовался «Опросника временной перспективы (ZTPI)» Ф. Зимбардо, созданный на основе его пятифакторной модели, и адаптированный для российской выборки А. Сырцовой и Е. Соколовой. Опросник диагностирует пять временных ориентаций: 1) Негативное прошлое (степень неприятия собственного прошлого), 2) Позитивное прошлое (отражает теплое отношение к прошлому), 3) Гедонистическое настоящее (указывает ориентацию на удовольствие в

настоящем), 4) Фаталистическое настоящее (беспомощное отношение к будущему), и 5) Будущее (выражает наличие целей и планов).

Основная часть. В исследовании приняли участие студенты Донбасского государственного университета юстиции, общая численность выборки составила 44 человека, из них – 22 девушки и 22 юноши. Все они являются жителями ДНР, имеют опыт проживания в условиях военного конфликта не менее 8 лет.

Анализ полученных данных позволил выявить общие закономерности временной перспективы студентов Донбасса и наличие гендерных различий.

Иерархия средних баллов по шкалам представлена следующим образом: по всей выборке самые высокие средние баллы получены по шкале «Позитивное прошлое» (3,74), затем шкала «Будущее» (3,48), «Гедонистическое настоящее» (3,1), «Негативное прошлое (2,66), «Фаталистическое настоящее (2,62).

Как видно, разброс средних баллов по пяти шкалам не очень велик, но тем не менее позволяет сделать несколько выводов. Прежде всего, следует отметить, профиль соотношения шкал, вполне соответствующий точке зрения Ф Зимбардо: сочетание высоких баллов по шкалам «Позитивное прошлое» и «Будущее», среднему баллу по шкале «Гедонистическое настоящее» и низким баллам по «Негативному прошлому» и «Фаталистическому настоящему» – оптимальный набор, с точки зрения ученого, для эффективного функционирования личности.

Очевидно, что воспоминания о прошлом у респондентов в большей мере связаны с позитивными эмоциями и, скорее всего, ностальгическими чувствами. Вторая позиция шкалы «Будущее» внушает оптимизм: невзирая на неопределенность и труднопрогнозируемое развитие ситуации в регионе, молодежь строит разнообразные планы и ориентируется на свои возможности.

Более дифференцированная картина наблюдается при выявлении гендерных различий респондентов относительно их временной перспективы.

По данным шкалы «Позитивное прошлое» диагностированы средние значения у девушек – 3,89; у юношей – 3,58; при этом, использование U-критерия Манна-Уитни показали небольшое, но статистически значимое расхождение у респондентов ($U=156,5$; $p <0,05$). Скорее всего, девушки чаще юношей прибегают к воспоминаниям о своем прошлом, черпая в них эмоциональные ресурсы, которые они используют в совладающих копингах.

Средние результаты по шкале «Негативное прошлое» (для девушек составляет 2,68 балл, для юношей – 2,67) практически идентичны, не имеют значимых различий, и подтверждают общий негативный опыт молодёжи Донбасса, независимо от гендерной принадлежности, который они пережили и который продолжают переживать в ситуации социальной нестабильности.

По шкале «Гедонистическое настоящее» средние баллы у девушек составляют 3,08, у юношей – 3,15. Различие невелико, но значимо (U=148,0; p <0,05). Подобный «временной инфантилизм», как отмечает С.В. Духновский, отражает «позитивное отношение к новизне в сочетании со стремлением избегать решения сложных задач и неопределенных ситуаций» [1]. Молодые люди чаще демонстрируют импульсивное поведение, склонность к риску, ищут острых ощущений, уходя в адреналиновые развлечения.

По шкале «Фаталистическое настоящее» девушки показали средний результат на уровне 2,72 баллов, а юноши – 2,53. Можно отметить отсутствие выраженной фаталистической установки у студентов Донбасса – они не считают, что будущее полностью предопределено и не зависит от них.

По шкале «Будущее» средний результат девушек составил 3,51 баллов, а юношей – 3,45, можно констатировать, что оба пола демонстрируют умеренную ориентацию на будущее. Такой факт вполне очевиден «никто – ни девушки, ни юноши – не могут уверенно строить долгосрочные планы в условиях длящегося конфликта. Это универсальная психологическая реакция на непредсказуемую среду» [3], и свидетельствует о студентах Донбасса, как о личностях, сохраняющих способность планировать, ставить цели, думать о завтрашнем дне. Выстраивание временной перспективы, направленной в будущее, служит залогом формирующейся у студентов способности предвидеть и оценивать будущие последствия своих поступков и действий в настоящем. Человек, заглядывающий вперед и ориентирующийся на свои ресурсы, имеет возможность находить больше путей для реализации своих планов.

Анализ межшкальных корреляций, выполненный с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена, выявил следующее:

- в группе девушек обнаружена значимая положительная корреляция между «Негативным прошлым» и «Фаталистическим настоящим» (ρ=0,62, p <0,01) и отрицательная между «Позитивным прошлым» и «Негативным прошлым» (ρ=-0,54, p <0,01). Отношение к прошлому у девушек носит двойственный характер. С одной стороны, ностальгические воспоминания о прежней беззаботной и спокойной жизни, с другой стороны, эти воспоминания сопровождаются негативными чувствами из-за перенесенных психологических травм пережитых в прошлом реальных событий, вызывающих боль и сожаление.

- в группе юношей обнаружена положительная корреляция между «Гедонистическим настоящим» и «Позитивным прошлым» (ρ=0,48, p <0,05) и отрицательная между «Гедонистическим настоящим» и «Будущим» (ρ=-0,51, p <0,01). Можно предположить, что «Гедонистическое настоящее» для представителей сильного пола выступает в роли компенсаторного механизма, позволяющего уходить от травмирующих воспоминаний прошлого: чем выше и позитивнее молодые люди оценивают свое прошлое,

тем в большей степени выражено их гедонистическое настоящее. Ориентация на удовольствие, возбуждение, наслаждение в настоящем неминуемо ведет к отсутствию понимания о будущих последствиях своего нынешнего времяпровождения. Д. Канеман отмечает, что прошлое, настоящее и будущее постоянно борются за личностные ресурсы человека, и сосредоточенность на одном временном измерении неизбежно отодвигает два других на задний план [2]. Доминирование сиюминутных удовольствия снижает возможности человека планировать будущее, строить свой жизненный путь и контролировать время.

Вывод. Полученные данные позволяют говорить о том, что длительное проживание в условиях военного конфликта накладывает отпечаток на временную перспективу молодежи Донбасса. Приведенные результаты имеют практическое значение для организации психологической помощи студенческой молодежи Донбасса.

Список литературы

1. Духновский, С. В. Отношение ко времени как ресурсная характеристика личности / С.В. Духновский // Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. – 2022. – Том 5. №1(14). – С. 55–61. – DOI: 10.54072/26586568_2022_5_1_55
2. Канеман, Д. Думай медленно… решай быстро : пер. с англ. / Д. Канеман. – Изд-во АСТ, 2016. – 704 с. – ISBN: 978-5-17-094873-4.
3. Сотников, С. В. Особенности жизнестойкости и временной перспективы у лиц, проживающих в условиях локального военного конфликта: результаты эмпирического исследования / С.В. Сотников, С.М. Лютова // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология. – 2025. – № 3. – С. 20–25. – DOI: 10.23947/2658-7165-2025-8-3-18-26

УДК 159.9

ПРОБЛЕМА ВЗАИМОСВЯЗИ КОГНИТИВНОГО СТИЛЯ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В СИТУАЦИИ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

Щербакова А.И.,
ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет», г. Сочи, РФ
Anastasia.rib@yandex.ru

Введение. Неопределенность постепенно становится устойчивой характеристикой жизнедеятельности человека. На сегодняшний день, человек зачастую сталкивается с ситуациями, в которых ему недостаточно информации и приходится принимать решения, не имея четких ориентиров и в условиях невозможности предсказать последствия принятых решений.

Одни и те же обстоятельства при этом могут вызывать у разных людей различные способы реагирования. В концепции Т. В. Корниловой принятие решений в ситуациях неопределенности предполагает единство когнитивной и личностной регуляции: человек перерабатывает информацию, соотносит возможные действия с целями и ценностями и принимает неопределенность как характеристику ситуации [2]. Проблема неопределенности не может быть рассмотрена только как проблема недостатка информации. Она затрагивает процессы переработки информации, оценку ситуации и принятие решений. Это делает актуальным вопрос о поиске устойчивых индивидуальных характеристик, которые будут объяснять выбор способов реагирования и поведения.

Одним из таких факторов может выступать когнитивный стиль. На данный момент существует две исследовательские линии: изучение индивидуальных способов переработки информации и изучение поведения в ситуациях неопределенности, однако их взаимосвязь недостаточно изучена. Возникает вопрос: каким образом когнитивный стиль участвует в выборе стратегий поведения в ситуации неопределенности?

Основная часть. Понятие когнитивного стиля сформировалось для описания индивидуальных различий в способах восприятия, анализа и оценки информации. В классической концепции Г. Уиткин исследует когнитивный стиль «Полезависимость – поленезависимость», который описывает различия в способности выделить отдельный элемент из внешнего контекста. При этом стилевые особенности проявлялись не только в перцептивной сфере, но и распространялись на особенности взаимодействия человека с окружающей средой. Поленезависимость связана с большей способностью расчленять и структурировать сложноорганизованный материал, тогда как при полезависимости большую роль играют целостный контекст и внешние, в том числе социальные, ориентиры [1]. Однако эти полюса нельзя рассматривать как «эффективный» и «неэффективный»: продуктивность зависит от требований самой ситуации. Следовательно, в условиях неопределенности значение имеет не выраженность когнитивного стиля, а то, какова его роль в регуляции поведения.

Особое значение для постановки проблемы имеет концепция М.А. Холодной. В своей работе она определяет когнитивные стили как «индивидуально-своеобразные способы переработки информации, которые характеризуют специфику склада ума конкретного человека и отличительные особенности его интеллектуального поведения» [3]. При этом стилевой подход, по Холодной, позволяет анализировать не только способ переработки информации, но и сам процесс формирования человеком своего представления о происходящем. Важным является положение о том, что когнитивные контроли участвуют в координации возможностей человека и требований ситуации, вследствие чего поведение

приобретает адаптивный характер [3]. Тем самым когнитивный стиль может рассматриваться как один из компонентов регуляции, связывающий переработку информации с выбором способа действия.

С одной стороны такое понимание когнитивного стиля дает возможность предположить связь когнитивных стилей с поведением в ситуации неопределенности. С другой стороны мы не можем говорить о прямой взаимосвязи между одним полюсом когнитивного стиля с определенным типом поведения. М.А. Холодная выделяет феномен «расщепления» полюсов когнитивных стилей: один и тот же формальный полюс может объединять разные подгруппы, различающиеся лежащими в его основе механизмами [3]. Следовательно, одинаковая выраженность, например, полезависимости – поленезависимости не обязательно означает конкретную последующую стратегию поведения.

Для понимания этой связи следует разграничить когнитивный стиль и стратегию поведения. Когнитивный стиль отражает индивидуальные особенности переработки информации, а стратегии поведения представляют собой целостный. В ситуации неопределенности к стратегиям поведения можно отнести: продолжение поиска информации, анализ альтернативных вариантов, откладывание решения или перестройку изначально выбранного способа действия.

Можно предположить, что между когнитивной переработкой информации и конкретными действиями есть промежуточный уровень. Следовательно, связь когнитивного стиля с поведением нельзя сводить к прямой зависимости: ее необходимо рассматривать с учетом механизмов контроля и условий функционирования личности [3].

В своей работе Т.В. Корнилова отмечает, что в «принятии неопределенности как условий своих действий, решений и выборов развести процессы когнитивной и личностной регуляции невозможно». [2] На основании этого неопределенность может быть рассмотрена как ситуация, в которой когнитивные стили включаются в более широкую систему регуляции выбора.

При рассмотрении этих процессов важное значение занимает саморегуляция. В работах В.И. Моросановой выбор рассматривается в контексте преодоления субъективной неопределенности [4]. На основании этого, можно предположить, что определенная стратегия поведения формируется не только под влиянием способа переработки информации, но и в зависимости от того, соотносит ли человек требования ситуации с собственными возможностями и может ли изменить способы реагирования при изменении условий.

В связи с этим проблема стратегий поведения в ситуациях неопределенности состоит в том, что необходимо понять каким образом формируется выбор конкретного способа действия и какие психологические механизмы определяют переход от одного уровня к другому. Мы можем

проследить, возникающее научное противоречие: когнитивный стиль, представляет собой относительно устойчивую характеристику индивидуального способа переработки информации и построения репрезентации происходящего [1;3], а стратегия поведения в ситуации неопределенности является динамическим результатом оценки ситуации, регуляции и выбора [2;4]. Остается недостаточно ясным, каким образом относительно устойчивый показатель когнитивной организации включается в динамический процесс выбора стратегии поведения. Научная проблема состоит не только в установлении наличия связи между когнитивным стилем и стратегиями поведения, но еще и в выявлении характера этой связи и психологических механизмов перехода от индивидуального способа переработки информации к конкретному способу действия в ситуации неопределенности.

Заключение. Перспективным представляется исследование роли субъективной оценки неопределенности и саморегуляции в процессе перехода от переработки и оценки информации к выбору стратегии поведения. В дальнейшем изучение данной проблемы может быть расширено за счет изучения роли личностных характеристик и связи этих процессов с социально-психологической адаптацией.

Список литературы

1. Witkin, H. A. Field-dependent and field-independent cognitive styles and their educational implications / H. A. Witkin, C. A. Moore, D. R. Goodenough, P. W. Cox // Review of Educational Research. – 1977. – Vol. 47, No. 1. – P. 1–64. DOI: 10.3102/00346543047001001.
2. Корнилова, Т. В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска / Т.В. Корнилова // Психологические исследования. – 2015. – Т. 8, – № 40. – С. 3-10. EDN: TWHMBN.
3. Холодная, М. А. Когнитивные стили: о природе индивидуального ума / М.А. Холодная. 2-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 384 с. ISBN 5-469-00128-8.
4. Корнилова, Т. В. Саморегуляция и выбор в преодолении субъективной неопределенности / Т.В. Корнилова // Психология саморегуляции в XXI веке / под ред. В. И. Моросановой. – Москва: Нестор-История, 2011. – С. 142-162.

УДК 159.9

КОГНИТИВНАЯ ОСНОВА ГРЕХОВНЫХ СТРАСТЕЙ, ВЫДЕЛЯЕМЫХ В ПРАВОСЛАВНОМ ХРИСТИАНСТВЕ

Яновский М.И., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000- 0002-9265-6917
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
m.i.yanovsky@mail.ru

Введение. В ортодоксальном христианстве существует понятие, фиксирующее понимание, с религиозной точки зрения, как аморальность укоренена в человеческой личности. Это понятие греховной «*страсти*». *Страсть* трактуется как привязанность, навязчивое влечение к объектам материального или социального мира, способная обуславливать аморальные действия, и ставшая привычной настолько, что переживается как потребность, естественная часть природы человека [1]. К таковым можно отнести гордыню, жадность, завистливость и т.д. В богословии учению о страстях придаётся большое значение, они рассматриваются как морально-духовные «болезни» души, подлежащие моральному излечению.

Необязательно придерживаться религиозного мировоззрения, чтобы признавать реальную проблемность – психологическую, социальную, юридическую и т.д. – этих качеств, которые выступают как уязвимости морального сознания. Религия в рамках своего понимания мира и своей терминологии отражает в данном случае объективно существующий феномен, который при научно-психологическом подходе назывался бы чертой характера (например, тщеславие), зависимостью или нарушением пищевого поведения (обжорство), плохим контролем состояний (гнев) и т.д.

Однако все эти разные феномены называются одним словом – *страстями*, что по-видимому неслучайно. Можно ли в феномене *страсти* выявить и описать общую структуру или механизм и её вариации? Это будет *целью* нашего поискового предварительного анализа. Мы предпримем его на основаниях, которые гипотетичны и будут уточнены в последующей работе и публикациях.

Основная часть. Существует простая первичная форма продуктивного действия: держать объект и воздействовать на него. Синергия этих двух аспектов, держать и воздействовать, реализуемых, например, левой и правой рукой, обеспечивает продуктивность действия. В этом заложен общий принцип, характерный для продуктивной деятельности не только с материальными объектами, но и с объектами мысленными: чтобы обдумать мысль, нужно ее удерживать и одновременно стимулировать ее продвижение. То же для деятельности духовного саморазвития, хоть и несколько иначе: двигаться в открывающемся внутреннем пространстве и удерживать собранность и направленность.

Продуктивная деятельность, таким образом, обеспечивается и независимостью, и, одновременно, сопряжением удерживания и воздействия, стабилизирующего и активирующего элементов. Но представим себе утрату их равновесия. Тогда возникают феномены, когда вместо их параллельной сопряженной реализации один реализуется приоритетно, а другой ставится в зависимость: а) воздействие для удержания, б) удерживание для воздействия. Или: а) воздействие обуславливает удержание, б) удержание обуславливает воздействие. Такие виды действий не продуцировали бы полезный результат и являлись бы формами активности, в которых действие совершается ради действия: это псевдодеятельность [2]. Если это внутренние психические акты, то это своего рода паразитические психические структуры, поглощающие силы, но бесполезные. К таковым, как мы полагаем, как раз и можно отнести то, что в религиозной традиции называется *страстями*.

Проанализируем с такой точки зрения состав *страстей*. Воспользуемся аналогией с вышеописанной структурой продуктивного действия: параллельно выполняемые *удержание* и *воздействие*. Поскольку *страсти* – феномен внутренний, субъективно-психический, заменим их на акты сознания («когнитивные операции»), описанные Ж. Пиаже как базовые для ознакомления с миром на ранних этапах психического развития: *охват* (*охватывание*, *охваченность*) и *прицеливание* (*нацеленность*). Эти два типа действий, выполняемые физически, а также и внутренне, мысленно, обеспечивают формирование эгоцентрического, согласно Пиаже, образа мира [3]. Зрелый, неэгоцентрический образ мира – следствие достижения равновесия и синтеза этих двух типов действий.

Наш анализ носит феноменологический характер: он основан на аналитическом описании того, как субъективно переживается страсть, и на выявлении в этом переживании определённого варианта комбинации *охваченности* и *нацеленности*.

Итак, **гордыня** – субъективно переживается как *охваченность* субъекта самим собою и непосредственная прямая *нацеленность* на самого себя. В гордыне эти два элемента соединяются и обуславливают друг друга.

Уныние по *охваченности* похоже на гордыню: это как бы поглощенность собой. Но уныние стихийно, в нём нет *нацеленности* на себя, как в гордыне. Есть своего рода отрицательная *нацеленность* – обесценивание и отрицание внешнего мира и других людей.

Тщеславие также похоже на гордыню; это тоже *охваченность* самим собою. Но в отличие от гордыни охваченность собой здесь опосредована другими людьми, т.е. реализуется через посредство других. Поэтому в тщеславии есть *нацеленность* на других как «служебный» элемент, как средство получения *охваченности* самим собою. Прямой *нацеленности* на себя, как в гордыне, в тщеславии мало, или вообще нет. Более того, скрытой стороной тщеславия нередко является стыд за себя, недоверие к себе.

Печаль возникает как *охваченность*, но производимая потерей того объекта, на который человек имел *нацеленность*. Т.е. фактор *нацеленности*, её депривация здесь является производящей причиной.

Обобщая, видим, что в основном в этих четырёх страстях – *охваченность* самим собой, а проявления *нацеленности* вариативны: сугубо на себя, на себя опосредовано через других, или потеря *нацеленности* («отрицательная» *нацеленность*).

В четырёх остальных страстях наоборот – так или иначе доминирует *нацеленность*, а формы *охвата* или *охваченности* вариативны.

Так, **зависть** (жадность, «сребролюбие») – это *нацеленность* на объект, обуславливающая *охваченность* им и стремление *охватить* его.

Обжорство («чревоугодие») – *нацеленность* на объект для его *охвата* – поглощения. *Нацеленность* здесь порождает *охваченность*.

Похоть – *нацеленность* на объект для соединения с ним, т.е. для состояния *охваченности*. Здесь также *нацеленность* порождает *охваченность*.

Гнев – *нацеленность* на объект для *охвата* его для устранения или подавления.

Обобщая, видим, что в этих четырёх *страстях* доминирует *нацеленность*, а вариативны формы *охвата* или *охваченности*: *охват*, поглощение, соединение, отрицание («негативный» *охват*).

В целом в системе *страстей* угадывается своеобразная общая логика, которую можно характеризовать приблизительно так.

Во всех этих вариантах *страстей* с их структурами общее то, что отношения между *охватом* (или *охваченностью*) и *нацеленностью* носят одномерно линейный характер: это отношения типа «цель-средство» или «причина-следствие». Например, в обжорстве *нацеленность* на объект – средство для его *охвата*. В гордыне *охваченность* собой – следствие *нацеленности* на себя, как и *нацеленность* на себя – следствие *охваченности* собой. В зависти *охваченность* объектом – следствие *нацеленности* на него. Продуцируется не объективный результат, а переходы от состояния *охваченности* к состоянию *нацеленности*, либо наоборот.

Однако сами по себе ментальные акты *нацеленности* и *охвата* (*охваченности*) нейтральны и не могут быть причиной деформаций морального сознания. В феномене страсти они складываются в структуру-синкрет, своего рода замкнутое паразитическое образование, существующее для самого себя, что и создаёт эффект утраты моральности.

Альтернативой было бы реализация *охваченности* и *нацеленности* как двух одновременных, но независимых друг от друга измерения деятельности. *Нацеленность* и *охваченность*, работающие независимо, но вместе, вводят нас в режим страстной, но продуктивной творческой деятельности: страстное увлеченное размышление о чём-либо, страстная устремлённая творческая самореализация и т.п.

Заключение. По-видимому, прогрессивные социальные преобразования невозможны без прогресса форм внутренней жизни личности.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование проводились в рамках госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (FRRE-2026-0029).*

Список литературы

1. Братусь, Б. С. Начала христианской психологии. Учебное пособие для вузов / Б.С. Братусь, В.Л. Воейков, С.Л. Воробьев. – Москва: Наука, 1995. – 236 с.
2. Яновский, М. И. Модель псевдодеятельностных манипулятивных стратегий выстраивания социального пространства / М.И. Яновский // Вестник Донецкого национального университета. Серия Д: Филология и психология. – 2025. – № 1. – С. 173-184. – DOI: 10.5281/zenodo.14934757.
3. Piaget, J., Inhelder B. La représentation de l’espace chez l’enfent. Paris: Presses universitaires de France, 1948. – 581 p.

УДК 159.9

ПРОБЛЕМА УВАЖЕНИЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ: ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ

Глушкина А.Е.,
Рынгач Е.В., ORCID 0009-0004-2416-3602
ФГБОУ ВО «Мариупольский государственный университет имени А. И. Куинджи»,
г. Мариуполь, ДНР, РФ
likaglushkina@mail.ru

Введение. В современном российском обществе, которое проходит испытание социально-экономической и психологической напряженностью, особенно важными являются формирование социально важных ценностей и проявление морально-нравственных качеств, выступающих основой понимания, солидарности и взаимной поддержки. Уважение на уровне общества является ценностью, которая регулирует взаимодействие людей – укрепляет доверие и командный дух, снижает уровень конфликтности при расхождении во мнениях или взглядах на жизнь и тем самым снижает уровень разобщенности. Уважение на уровне личности выступает моральным качеством, которое проявляется в признании ценности другого человека, тактичном общении, соблюдении личных границ. Поэтому изучение механизмов формирования и проявления уважения остается актуальной задачей для психологии.

Цель работы – проанализировать современные отечественные исследования, направленные на изучение особенностей формирования и проявления уважения в различных возрастных группах; выделить основные подходы к проблеме уважения.

Основная часть. В работах отечественных авторов существует несколько подходов к изучению феномена уважения. Обратимся к педагогическому подходу. О. В. Дыбина и А. Е. Щеглова провели анализ условий формирования уважительного отношения детей-дошкольников к старшим и установили, что главную роль в этом процесс играет благоприятная эмоциональная атмосфера в семье. Уважительное отношение супругов и представителей разных поколений друг к другу, забота, доверие и внимание к ребенку, приобщение его к семейным традициям и ценностям способствуют укреплению любви к близким и формированию доброжелательного отношения к окружающим. Проявляется такое отношение в вежливых манерах, сдержанности в общении со взрослыми, стремлении чем-то помочь. К закреплению привычек уважительного отношения к старшим авторы предлагают подходить комплексно, включая

не только занятия с детьми: этические беседы, разбор поступков художественных героев, сюжетно-ролевые игры, но и сопровождение родителей: помощь в совершенствовании личностных качеств, осознании значимости личного примера поведения, актуализация семейных традиций и ритуалов [1].

Углубляясь в проблематику уважительного отношения между поколениями, рассмотрим исследование особенностей взаимодействия подростков и людей пожилого возраста, которое провела А.Г. Кукушкина. Автор обозначила комплекс факторов, затрудняющих формирование уважительного отношения: социальная и эмоциональная дистанция между подростками и пожилыми, негативные возрастные стереотипы, различия ценностных установок. Сформировать адекватные представления о старшем поколении возможно путем педагогического воздействия, используя такие практики как анализ причин негативных возрастных установок, размышление о собственном взрослении, представление себя в старости, поощрение совместной культурной и волонтерской деятельности школьников и взрослых [2].

В работе Н.А. Буравлевой применяется аксиологический подход – феномен уважения раскрывается опосредованно, через систему ценностных ориентаций студентов. Было установлено, что у студенческой молодежи преобладают индивидуалистические ценности: благосостояние, независимость, самостоятельность в выборе целей, решительность и достижение успеха. Наименьшей значимостью у студентов обладают традиции – ценность, предполагающая уважение культурно-религиозных норм, принятие и почитание обычаев. Стоит отметить, что полученные Н.А. Буравлевой данные отражают влияние изменений в социально-экономической сфере на формирование личности [3].

Перейдем к социально-психологическому подходу к проблеме уважения, которая освещается в работе П.М. Козыревой и А.И. Смирнова. Проанализировав данные, полученные в рамках «Российского мониторинга экономического положения и здоровья населения» НИУ ВШ, ученые пришли к ряду выводов. Прежде всего, на ощущение уважения к себе со стороны других людей влияют такие факторы: 1) общественное признание достижений человека, вне зависимости от его материального положения и статуса; 2) доверие к людям, особенно к родственникам, друзьям, сослуживцам; 3) личностные качества: общительность, щедрость, эмоциональная отзывчивость, вежливость и внимательность к другим. А вот дефицит ощущения уважения к себе делает человека любого возраста более чувствительным к проявлению любой несправедливости в обществе, и это может становиться причиной появления чувства одиночества. Восполнить дефицит может ощущение единства с какой-либо группой, совместная трудовая деятельность и оптимистичное восприятие своих навыков и достижений [4].

В контексте психолингвистического подхода А.М. Коновалова исследовала психологическое содержание понятий «уважение» и «уважение к родителям» в группах подростков и взрослых. Уважение воспринимается как явление приятное, осознанное, длительное, здоровое, счастливое, сильное и живое. Уважение к родителям воспринимается более стабильным – как устойчивое, осознанное, доброе, сильное. У обеих групп респондентов коннотации этих понятий отличаются незначительно. Однако подростки считают уважение более изменчивой категорией, что связано с активным развитием эмоциональной и ценностной сфер в этом возрасте. Также у подростков уважение к родителям выступает нормой поведения, заданной в их окружении, в отличие от взрослых, которые считают любое уважение эмоционально-ценностным отношением [5].

Заключение. Вышеперечисленные исследования практической направленности позволяют нам составить целостное представление о том, как на возрастных этапах меняется не только феномен уважения, но и тип научного подхода к его изучению. Обобщая результаты приведенных исследований, можно выделить факторы, влияющие на формирование и проявление уважения – благоприятный психологический климат в семье, воспитательное воздействие, культурные нормы, ситуативный контекст, особенности личных и профессиональных отношений между людьми, а также социально-экономические изменения.

Мы пришли к выводу, что существует необходимость более детального исследования уважения и других морально-нравственных качеств: понимание их особенностей имеет значение как для науки, так и для государственной политики, особенно в условиях перемен в привычном укладе жизни людей.

Список литературы

1. Дыбина, О. В. Воспитание уважения к старшим у детей 6-7 лет в условиях семьи и дошкольной образовательной организации / О. В. Дыбина, А. Е. Щеглова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2019. – № 12 (68) – С. 136–140. –DOI 10.24158/spp.2019.12.22. – EDNTIKVDN
2. Кукушкина, А. Г. Воспитание у старших подростков уважительного отношения к пожилым людям : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.01 / А. Г. Кукушкина ; Новгород. гос. ун-т им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2014. – 25 с. URL: https://new-disser.ru/_avtoreferats/01007506598.pdf (дата обращения: 22.10.2024).
3. Буравлева, Н. А. Ценностные ориентации студентов / Н. А. Буравлева // Вестник Томского государственного педагогического университета. — 2011. – Вып. 6 (108). – С. 124–129. – EDNNWDZTH
4. Козырева, П. М. Человек уважаемый: динамика и особенности самоидентификации, 1994–2020 гг. / П. М. Козырева, А. И. Смирнов // Социологический журнал. – 2022. – Т. 28, № 2. – С. 8–25. – DOI: 10.19181/socjour.2022.28.2.8984
5. Коновалова, А. М. Семантика понятий «уважение» и «уважение к родителям» у подростков и взрослых // Психологические исследования. –2017. – Т. 10, № 51. – С. 8. – DOI: 10.54359/ps.v10i51.400. – EDNZIOZZR

УДК 159.99

ДИНАМИКА ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ: ЭВОЛЮЦИЯ МОЛОДЕЖНЫХ ПОКОЛЕНИЙ ПОД ВЛИЯНИЕМ МАНИПУЛЯТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Головлева Е.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-1119-2493
Донецкий институт управления- филиал ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», г. Донецк, РФ
kyrienco@yandex.ru

Введение. Исследование ценностных трансформаций российской молодежи на протяжении последних четырех десятилетий представляет собой сложную аналитическую задачу, требующую рассмотрения как объективных социально-экономических изменений, так и субъективных механизмов формирования ценностных ориентаций. Особый интерес представляет вопрос о том, каким образом манипулятивные технологии, понимаемые как совокупность методов скрытого воздействия на сознание и поведение, участвовали в смене ценностных парадигм у разных поколений молодых людей.

Основная часть. Исследования В.А. Ядова [1] раскрывают понимание ценностной динамики молодежи 1980-х. Личность формируется на пересечении макроструктурных факторов и микросоциального окружения. Поколение позднего СССР столкнулось с нарастающим противоречием между идеологией, поддерживаемой комсомолом, школой и массмедиа, и повседневными реалиями. Если институциональные механизмы активно культивировали коллективизм и интернационализм, то фактическое состояние общества провоцировало расхождение между словом и делом, закрепляя феномен двойной морали как адаптивную стратегию.

Конкретным примером манипулятивного воздействия в 1980-е годы может служить система комсомольской социализации. И.М. Ильинский [2] детально описал механизмы формирования «социалистического типа личности» через систему поощрений и наказаний, ритуалов и символических практик. Комсомольские собрания, субботники, политинформации, ленинские зачеты представляли собой технологию нормативного давления, формирующую конформное поведение и внешнее принятие официальных ценностей.

Переход к 2000-м годам ознаменовался ценностным переворотом в молодежной среде. Л.Г. Бызов [3] отмечает, что коллективистская парадигма уступила место индивидуалистическим и потребительским ориентациям. Согласно опросам Института социологии РАН (М.К. Горшков), доля молодых людей 18–24 лет, ориентированных на материальное благополучие,

выросла с 34% в 1989 году до 67% в 2002 году. Важно подчеркнуть, что подобный сдвиг не явился естественным результатом социальной эволюции – он был намеренно сконструирован через агрессивную рекламную экспансию и имплементацию западных потребительских практик.

Примером манипулятивного воздействия в 2000-е годы может служить телевизионная реклама, которая, по данным исследования И.А. Полуэхтовой [4], формировала у молодых людей ассоциативную связь между потреблением определенных товаров и социальным успехом. Манипулятивная составляющая этого процесса заключалась в том, что реклама формировала завышенные ожидания и создавала иллюзию легкой достижимости материального благополучия через потребление. Этот феномен активно тиражировался через телевизионные шоу, глянцевые журналы и первые интернет-площадки, создавая у молодежи 2000-х годов устойчивую установку на материальный успех как главный критерий жизненной состоятельности.

Другим каналом манипуляции стало внедрение западных стандартов образования и карьеры. О.В. Крыштановская [5] отмечает, что в 2000-е культивировался образ западного образования как высшей формы самореализации человека. Информационные кампаниями формировали комплекс неполноценности у молодежи и мотивировали к эмиграции.

Молодежь 2020-х годов вступает в новую ценностную реальность, где доминирующим фактором становятся цифровая среда. Манипулятивные технологии здесь приобретают другую специфику. Во-первых, алгоритмы машинного обучения подбирают сообщения под индивидуальные психологические профили, обеспечивая персональную точность воздействия. Во-вторых, используются механизмы эмоционального заражения, распространяемые через сети. В-третьих, молодые люди не рефлексируют внешнее влияние, считая, что их ценности формируются автономно, тогда как на самом деле они являются продуктом скрытых менипуляций.

А.В. Юревич [6] систематизировал каналы ценностного воздействия на молодежь в три группы: инфлюенсеры как трансляторы поведенческих и потребительских установок; реклама, маскирующаяся под персональные отзывы; и целенаправленные кампании, проводимые через анонимные аккаунты и ботов.

Заключение. Подводя итоги анализа, необходимо отметить, что эволюция ценностных ориентаций российской молодежи от 1980-х к 2020-м годам демонстрирует не только содержательные, но и технологические изменения. Если в 1980-е годы манипулятивные технологии основывались на директивных методах, нормативном давлении и контроле над информационными потоками, то в 2000-е годы на первый план вышли рекламные тактики, формирующие потребительские ориентиры, а в 2020-е годы доминирующими стали сетевые механизмы – персонализированный

таргетинг, инфлюенсер-маркетинг и алгоритмическое управление вниманием. При каждом переходе менялся не только инструментарий, но и сам объект воздействия: от формирования коллективных идентичностей через создание индивидуальных потребительских профилей к управлению отдельными сетевыми пользователями.

Список литературы

1. Ядов, В. А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности / В. А. Ядов // Методологические проблемы социальной психологии. – 1975. – Т. 9. – С. 89–105.
2. Ильинский, И. М. Молодёжь и молодёжная политика : научно-популярная литература / И. М. Ильинский. – Москва : Голос, 2001. – 692 с. ISBN 5-7117-0280-7, 5-85085-616-1.
3. Бызов, Л. Г. Социокультурная трансформация российского общества и формирование неоконсервативной идентичности / Л. Г. Бызов // Мир России. Социология. Этнология. – 2002. – Т. 11, № 1. – С. 117–152. EDN: PBYKPS.
4. Пую, Ю. В. Социально-философские основания антропологии манипулирования : автореф. дис. … д-ра филос. наук / Ю. В. Пую. – Санкт-Петербург, 2010. – 44 с.
5. Крыштановская, О. В. Анатомия российской элиты / О. В. Крыштановская. – Москва : Захаров, 2005. – 381 с. ISBN 5-8159-0457-0.
6. Юревич, А. В., Цифровая революция и будущее психологии: к прогнозу развития психологической науки и практики / А. В. Юревич, А. Л. Журавлёв, Т. А. Нестик // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2018. – Т. 3, № 1 (9). – С. 6–19. EDN: YVDNUM.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА БУДУЩЕГО У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Гордеева А.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-1720-0466,
Бычкова Е.И., ORCID 0009-0004-7272-9244
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
a.valer@mail.ru, evabyckova26@gmail.com

Введение. Современное российское общество переживает период глубоких трансформаций, сопровождающихся неопределённостью карьерных перспектив и переосмыслением ценностных ориентиров. В этих условиях особую значимость приобретает проблема жизненного и профессионального самоопределения старшеклассников – ключевого этапа формирования целостного образа будущего, выполняющего мотивационную, регуляторную и смысловую функции [1]. Согласно теории, Э. Эриксона, именно в подростковом возрасте происходит разрешение кризиса «идентичность против диффузии идентичности» [3], успешное

преодоление которого обеспечивает формирование устойчивой социальной идентичности – фундаментальной основы «Я-концепции» и личностной зрелости.

Несмотря на достаточную изученность обоих феноменов в отечественной психологии, остаётся недостаточно эмпирических данных о функциональной взаимосвязи между уровнем социальной идентичности и характеристиками образа будущего у старшеклассников [2]. Данное исследование направлено на устранение этого пробела.

Цель исследования – выявить и проанализировать особенности структуры и содержания образа будущего у старшеклассников в зависимости от уровня сформированности их социальной идентичности.

Основная часть. Старший подростковый возраст (15–17 лет) является сенситивным периодом разрешения кризиса «идентичность против диффузии» (Э. Эриксон), где социальная идентичность выступает ведущим регулятором формирования образа будущего [3]. Высокий уровень социальной идентичности обеспечивает зрелость образа будущего, характеризующегося долгосрочной перспективой, ценностной согласованностью и реализуемостью, с функциональной интеграцией когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов.

Напротив, диффузия идентичности обусловливает структурную дезинтеграцию образа будущего, блокируя способность к осмысленному жизненному проектированию. Образ становится фрагментарным: когнитивный компонент лишается личностного смысла, эмоциональный сопровождается тревогой или апатией, а поведенческий подчиняется внешнему давлению, что повышает риски профессиональной дезадаптации.

Следовательно, социальная идентичность выступает фундаментом реалистичного образа будущего, что диктует необходимость трансформации школьной профориентации – от информирования о профессиях к целенаправленному конструированию идентичности через ценностную рефлексию и социально значимую деятельность [2].

Эмпирическое пилотажное исследование проводилось среди 28 учащихся 11-х классов (17 юношей, 11 девушек, возраст 17–18 лет). Для диагностики использовались следующие методики: «Методика исследования социальной идентичности» (МИСИ) Л.Б. Шнейдер; «Семантический дифференциал времени» Л.И. Вассермана; проективная методика «Образ возможного будущего» В.Н. Петровой.

На первом этапе эмпирического исследования с использованием методики «Исследование социальной идентичности» Л.Б. Шнейдер была проведена дифференциация выборки старшеклассников на три группы: достигнутая идентичность (13 человек, 46,4 %); диффузная идентичность (8 человек, 28,6 %); мораторий (7 человек, 25 %).

Анализ по методике «Семантический дифференциал времени» Л.И. Вассермана выявил значимые различия в структуре образа будущего у

подростков с разным уровнем социальной идентичности. У старшеклассников с достигнутой идентичностью образ будущего характеризуется высокой активностью (1,8 балла), ощущаемостью (1,5 балла) и положительной оценкой (1,7 балла), что свидетельствует о его близости, достижимости и личной значимости. Умеренно положительная эмоциональная окраска (1,2 балла) подчёркивает реалистичный характер переживаний: подростки чётко видят себя в конкретных социальных ролях и выстраивают гибкие, поэтапные планы, опираясь на реальные ресурсы.

Напротив, при диффузной идентичности фиксируется резко отрицательная эмоциональная окраска (–1,9 балла), низкая активность (–0,5 балла) и крайне низкая ощущаемость (–6,8 балла). Будущее воспринимается как далёкое, абстрактное и угрожающее. Высокие значения по шкалам «величина» (4,5 балла) и «структура» (5,1 балла) отражают не зрелость, а хаотичность образа: подростки оперируют общими категориями, неспособными интегрироваться в целостную жизненную траекторию, что лишает образ регуляторной функции.

Особое положение занимает группа моратория, характеризующаяся высокой эмоциональной оптимистичностью (2,4 балла) в сочетании с резко отрицательной активностью (–2,0 балла) и слабой структурированностью (1,1 балла). Это отражает состояние конструктивного поиска: подростки открыты новому опыту и полны надежд, но ещё не готовы к принятию окончательных решений и выработке чётких стратегий.

Результаты проективной методики В.Н. Петровой «Образ возможного будущего» подтвердили выявленные тенденции. У подростков с достигнутой идентичностью зафиксированы готовность к профессиональному самоопределению (0,1 балла) и позитивное восприятие микросоциума (0,2 балла), что отражает доверие к окружению и наличие поддержки в жизненном проектировании. При диффузной идентичности эти показатели близки к нулю или отрицательны, подтверждая пассивность, отсутствие целей и слабую социальную привязанность.

Качественный анализ пространственно-временной перспективы показал, что только подростки с достигнутой идентичностью демонстрируют синхронное сочетание активности и самостоятельности (3,8 балла), реалистичности (3,2 балла), конкретности и перспективности (3,6 балла), что свидетельствует о зрелости жизненного проектирования. При диффузной идентичности доминирует хаотичное перечисление желаний, формирующее фрагментарный и недейственный образ будущего. Группа моратория отличается высокой ценностной согласованностью (3,9 балла) и оптимистичностью (3,4 балла), которые, однако, не транслируются в поведенческие стратегии из-за недостаточной активности и реализуемости.

Заключение. Проведённое исследование говорит о том, что подростки с достигнутой идентичностью обладают зрелым, реалистичным и мотивирующим образом будущего, что обеспечивает успешное

профессиональное самоопределение. Подростки с диффузной идентичностью демонстрируют фрагментарный, тревожный и пассивный образ будущего, что создаёт риск дезадаптации после школы. Подростки в состоянии моратория находятся в конструктивном поиске, но требуют педагогической и психологической поддержки для перехода к принятию решений.

Полученные результаты имеют практическую значимость для школьных психологов и педагогов: они позволяют разрабатывать дифференцированные программы сопровождения, направленные на формирование устойчивой социальной идентичности как основы жизненного проектирования.

Информация о финансовой поддержке: *Исследования проводились в рамках государственного задания (номер госрегистрации FRRE-2026–0029).*

Список литературы

1. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения. / Е.А. Климов. – Москва: Академия. – 2004. – 304 с. ISBN 5-7695-1506-6.
2. Миронова, Е. Н. Педагогическая модель формирования образа профессий будущего у старшеклассников / Е.Н. Миронова // Современное педагогическое образование. – 2024. – №4. – С. 28-35. EDN: NTUDOT.
3. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. / Э. Эриксон. – Москва: Прогресс. – 2006. – 352 с. ISBN 5-01-004772-1.

УДК 159.9

РОЛЬ МЕДИТАТИВНЫХ ПРАКТИК В ПРОФИЛАКТИКЕ И КОНСТРУКТИВНОМ РАЗРЕШЕНИИ КОНФЛИКТОВ В СПОРТИВНОЙ СРЕДЕ

Диденко Д.М., ORCID 0009-0008-9571-8248,
Хрипкова А.Д., ORCID 0009-0003-9402-0677,
Шалагинова К.С., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-9037-449X
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула, РФ
shalaginvaksenija99@yandex.ru, diana.didenko.04@bk.ru, nastkhr@gmail.com

Введение. Спортивная деятельность, отличающаяся высоким уровнем психического и физического напряжения, соревновательным характером и постоянным преодолением трудностей, объективно создает предпосылки для возникновения конфликтных ситуаций.

Цель: теоретически рассмотреть роль медитативных практик в профилактике и конструктивном разрешении конфликтов в спортивной

среде, а также определить возможности их применения в профессиональной деятельности тренера. Согласно исследованиям, участие в соревнованиях, строго регламентированное соперничество, стремление к преимуществу над противником и высокие нагрузки в значительной степени увеличивают частоту проявления конфликтов между обучающимися, число столкновений и противоборств, что обусловливает высокую конфликтность образовательного процесса и процесса спортивной подготовки [1]. В связи с этим особую актуальность приобретает поиск психологических инструментов, позволяющих не только конструктивно разрешать, но и профилактировать деструктивные конфликты в спортивной среде.

Основная часть. Одним из перспективных направлений профилактики конфликтного поведения является развитие эмоциональной саморегуляции участников спортивного взаимодействия. В этом контексте значительный интерес представляют медитативные практики. Е. А. Широкова и М. А. Щеголева в своем исследовании показали, что респонденты, занимающиеся двигательными медитациями, обладают более высокой самооценкой эмоциональных состояний по сравнению с теми, кто не практикует медитацию. Авторы отмечают, что медитативные практики и основанные на них двигательные методики способствуют значительному снижению информационной перегрузки и восполнению нехватки двигательной активности, что, в свою очередь, положительно отражается на психологическом состоянии человека [5]. Таким образом, систематическое применение медитативных техник может выступать превентивной мерой, снижающей вероятность импульсивных и агрессивных реакций в условиях конфликта.

Наряду с профилактикой важную роль играет конструктивное разрешение уже возникших противоречий. Здесь эффективным инструментом зарекомендовала себя медиация. В. Д. Волков рассматривает медиацию как способ урегулирования конфликтов среди работников физкультурно-оздоровительного комплекса, подчеркивая ее потенциал для восстановления нормальных взаимоотношений в коллективе [1]. Д.А. Гугуева и А. С. Еремина определяют медиацию как альтернативный метод разрешения конфликта, в котором независимая третья сторона оказывает помощь, а спорящие стороны проводят переговоры и достигают добровольного соглашения без какого-либо принуждения или насилия. Исследователи отмечают, что данная процедура позволяет участникам более эффективно использовать навыки и инструменты для урегулирования конфликтов [2]. Т. В. Машарова, анализируя медиацию в образовательной среде, подчеркивает, что в основе этого метода лежит уважение к личности, добровольное участие и волеизъявление, а также свобода выработки и принятия решений, основывающихся на возможности защиты и удовлетворения интересов сторон [4]. Экстраполируя данные принципы на спортивную среду, можно утверждать, что медиация способствует не только

разрешению конкретного спора, но и формированию у спортсменов и тренеров культуры конструктивного взаимодействия.

Интеграция медитативных практик и медиативных технологий в спортивной среде сталкивается с определенными трудностями. Т.И. Марголина и П. А. Суровяткина в своем исследовании выделяют барьеры развития примирительных процедур в социальной сфере: низкий уровень информированности общества, негативные психологические установки по отношению к конфликту и процессу его мирного урегулирования, а также недостаточную подготовку посредников. В то же время авторы указывают на стимулы, способствующие распространению медиации: экономия ресурсов, возможность сохранения и восстановления отношений, гибкость процедуры и ее основные принципы [3]. Преодоление указанных барьеров возможно, в том числе, за счет включения медитативных практик в программы психологической подготовки спортсменов, поскольку они формируют навыки осознанности и эмоциональной устойчивости, необходимые как для самостоятельного урегулирования конфликтов, так и для участия в медиативных процедурах.

Заключение. Таким образом, медитативные практики играют двойственную роль в системе профилактики и разрешения конфликтов в спортивной среде. С одной стороны, они выступают инструментом первичной профилактики, снижая эмоциональное напряжение и повышая саморегуляцию участников. С другой стороны, они создают психологическую основу для эффективного применения медиативных технологий, ориентированных на конструктивный диалог и восстановление отношений. Дальнейшие исследования в этой области могут быть направлены на разработку конкретных программ интеграции медитативных техник в тренировочный процесс и систему подготовки спортивных психологов.

Список литературы

1. Волков, В. Д. Медиация как способ урегулирования конфликтов среди работников физкультурно-оздоровительного комплекса / В.Д. Волков // Символ науки. – 2022. – № 11-2. – С. 14-18. EDN: MSWVRO.
2. Гугуева Д. А. Медиация в образовательной среде / Д.А. Гугуева, А.С. Еремина // Обзор.НЦПТИ. – 2018. – № 1 (12). – С. 80–85. EDN: YUSANZ.
3. Марголина, Т. И. Барьеры и стимулы развития медиации (примирительных процедур) в социальной сфере / Т.И. Марголина, П.А. Суровяткина // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2020. – № 3. – С. 494–505. – DOI: 10.17072/2078-7898/2020-3-494-505.
4. Машарова, Т. В. Медиация как средство по разрешению конфликтов в современной образовательной среде / Т.В. Машарова // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 4 (77). – С. 62-66. EDN: WVNIZE.
5. Широкова, Е. А. О роли медитации в процессе физической активности / Е.А. Широкова, М.А. Щеголева // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2021. – Т. 6, № 1. – С. 70–75. – DOI 10.47475/2500-0365-2021-16110.

УДК 159.9:316.6

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОФЕССИЙ

Дроздов А.Е., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0001-6095-7184
Северодонецкий технологический институт ФГБОУ ВО «Луганский государственный университет им. Владимира Даля», г. Северодонецк, ЛНР, РФ
Artem.Drozdov@inbox.ru

Введение. В работе анализируются социально-психологические факторы формирования профессиональной идентичности студентов социальных профессий. Показано, что устойчивость профессионального «Я» в период обучения обусловлена сочетанием учебно-профессиональной мотивации, ценностных оснований выбора профессии, особенностей группового взаимодействия и коммуникативной среды, включая цифровые формы самопрезентации. Обоснована роль эмоционально-оценочного компонента как индикатора принятия профессии и рисков профессиональной неопределённости.

Цель: раскрыть структуру и механизмы согласования этих линий как условия устойчивости профессиональной идентичности в студенческий период.

Проблематика профессиональной идентичности студентов социальных профессий на протяжении последних лет сохраняет методологическую значимость для социальной психологии и психологии групп, поскольку формирование устойчивого представления о себе как о будущем специалисте происходит в условиях нормативного обучения, групповой социализации и постоянно меняющихся общественных ожиданий. Принято считать, что профессиональная идентичность выступает разновидностью социальной идентичности и опосредуется включённостью субъекта в профессиональное сообщество, однако в студенческом возрасте данная включенность носит преимущественно опережающий, проектный характер, что порождает внутреннюю неоднородность ее компонентов и динамику статусов. Как показано в обзоре Е. Н. Корчагина, зарубежные исследования подчёркивают контекстную обусловленность профессиональной идентичности и ее связь с процессами социальной идентификации, поддерживаемыми групповой принадлежностью и институциональными практиками [1].

В результате аналитического рассмотрения эмпирических работ, посвящённых профессиональной идентичности студентов, было установлено, что наиболее устойчиво воспроизводится положение о её многокомпонентном строении, где когнитивные представления о профессии, эмоционально-оценочное отношение к ней и поведенческая

готовность к профессиональному действию находятся в подвижном соотношении на протяжении периода обучения. При этом заметим, что в исследованиях, выполненных на выборках будущих психологов и педагогов, неоднократно фиксируется особая роль эмоционально-оценочного компонента как чувствительного индикатора принятия профессии и собственной уместности в ней. Данное обстоятельство согласуется с выводами Ю. А. Кубатиной о том, что именно эмоционально-оценочные характеристики профессиональной идентичности обнаруживают закономерную динамику по мере профессионализации, причём изменение отношения к профессии сопутствует усилению активности, связанной с профессиональными задачами [2].

В специальной литературе нередко предпринимается попытка объяснить различия в профессиональной идентичности через индивидуальные характеристики, однако в интересующем нас поле более продуктивным представляется рассматривать идентичность как форму социальной самокатегоризации, поддерживаемую образовательной средой и учебными группами. По существу, студент не только выбирает профессию, но и постепенно осваивает язык профессии, её нормативные ожидания и способы оправдания профессиональных действий, а это освоение неизбежно осуществляется через взаимодействие с другими. В этой связи выводы о значимости коммуникативного взаимодействия не следует понимать узко, как указание на частоту общения; более существенным представляется качество дискуссий о профессиональных задачах, наличие в группе критериев «хорошей работы», а также способы признания и санкции, которые формируют ощущение принадлежности к будущему профессиональному сообществу [3].

Существенным представляется вопрос о том, почему эмоционально-оценочный компонент профессиональной идентичности столь часто оказывается «узловым» в эмпирических данных. Вероятно, эмоциональная оценка профессии и себя в профессии является тем уровнем, где встречаются социальные ожидания и личная мера принятия этих ожиданий. Иначе говоря, когнитивное знание о профессии способно расширяться относительно быстро, тогда как эмоциональное принятие профессиональной роли требует повторяющегося опыта подтверждения собственной пригодности и признания со стороны значимых других. Именно поэтому динамика отношения к профессии по мере профессионализации оказывается закономерной и не может быть сведена к простому накоплению знаний или к механическому увеличению практических навыков [4].

Важным результатом является обнаруживаемая связь профессиональной идентичности с личностными характеристиками социально-психологического порядка. Однако в трактовке таких связей

следует избегать прямолинейного переноса причинности на личность студента.

Заключение. Рассматривая полученные выводы применительно к студентам социальных профессий, то наиболее обоснованной представляется следующая интерпретация. Профессиональная идентичность в период обучения складывается как результат постепенного согласования трёх линий: ценностного оправдания профессии, переживания собственной профессиональной состоятельности и принятия групповых норм профессионального сообщества. Нарушение любой из этих линий приводит либо к формальному принятию профессии без внутренней определённости, либо к эмоциональному выгоранию ещё до начала профессиональной практики, либо к утрате связи между личным смыслом и институциональными ожиданиями.

Список литературы

1. Корчагин, Е. Н. Профессиональная идентичность: обзор зарубежных исследований / Е.Н. Корчагин // Педагогика и психология образования. – 2023. – № 1. – С. 190-203. DOI: 10.31862/2500-297X-2023-1-190-203.
2. Кубатина, Ю. А. Особенности эмоционально-оценочного компонента профессиональной идентичности практического психолога системы образования в процессе профессионалогенеза / Ю.А. Кубатина // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2022. – Т. 28, № 3. – С. 93–99. DOI: 10.34216/2073-1426-2022-28-3-93-99.
3. Курбанисмаилова, М. Г. Профессиональная идентичность студентов вузов в условиях коммуникативного взаимодействия [Электронный ресурс] / М.Г. Курбанисмаилова, В.М. Миназова, З.З. Магомедова // МНКО. – 2023. – № 2 (99). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnaya-identichnost-studentov-vuzov-v-usloviyah-kommunikativnogo-vzaimodeystviya (дата обращения: 01.01.2026).
4. Латышева, М. А. Субъектность личности как основа развития профессиональной идентичности психологов на этапе обучения [Электронный ресурс] / М.А. Латышева, А.М. Кызы Абдулмеджитова // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. – 2023. – № 2 (75). – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/subektnost-lichnosti-kak-osnova-razvitiya-professionalnoy-identichnosti-psihologov-na-etape-obucheniya (дата обращения: 01.01.2026).

УДК 37.015.32

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ И ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ РАБОТНИКОВ СФЕРЫ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Ермакова Е.С., д-р психол. наук, доц., ORCID 0000-0001-6467-8804,
Темирболат Е., ORCID 0009-0001-1386-8074
ФГБОУ ВО «Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I», г. Санкт-Петербург, РФ
e s ermakova@mail.ru, yes mnm@mail.ru

Введение. Актуальность проблемы связана с необходимостью более полного учета связи профессионального выгорания и таких личностных характеристик работников, которые являются одновременно их профессионально важными качествами. Профессиональное выгорание является сложным многофакторным процессом, который выражается в истощении эмоциональных и физических ресурсов личности на фоне длительного профессионального стресса [1]. В немногочисленных исследованиях выявлена значительная распространенность профессионального выгорания у специалистов эстетической медицины, при этом более всего выражено эмоциональное истощение [5].

Важнейшей личностной характеристикой и универсальным профессионально важным качеством специалиста сферы эстетической медицины является самоорганизации деятельности, которая заключается в способности личности эффективно использовать свои психологические ресурсы, интеллектуальные, эмоционально-волевые качества для достижения целей [3].

Значимым фактором, влияющим на качество медицинской практики в сфере эстетической медицины, является удовлетворенность работников своей профессиональной деятельностью [4].

Эмпатические способности работников сферы эстетической медицины необходимы для установления доверительных отношений с пациентами [2].

Цель эмпирического исследования – сравнительный анализ особенностей и связей профессионального выгорания, самоорганизации деятельности, удовлетворенности трудом и эмпатических способностей работников сферы эстетической медицины, относящихся к медицинскому и административному персоналу. Выборку составили 60 сотрудников сети косметологических клиник эстетической медицины г. Астана и г. Алматы, Республики Казахстан: 30 врачей-косметологов и 30 менеджеров со стажем работы от 3 до 15 лет**.**

Методики исследования: опросник профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой, опросник самоорганизации деятельности (ОСД) Е. Ю. Мандриковой, методика определения удовлетворенности трудом А. В. Батаршева, диагностика уровня эмпатических способностей В. В. Бойко.

Основная часть. С помощью U-критерия Манна-Уитни обнаружено, что удовлетворенность достижениями в работе выше у работников медицинского персонала, чем административного персонала. Вероятно, различие связано с тем, что врачи-косметологи могут наблюдать немедленные результаты своей работы, что приносит удовлетворение, вызывает чувство гордости за свою профессиональную деятельность. Кроме того, работа врачей-косметологов требует решения сложных и неоднозначных профессиональных задач, что приносит большее удовлетворение по сравнению с управленческими задачами менеджеров, которые могут быть более рутинными и стандартными.

Корреляционный анализ результатов позволил выявить связи профессионального выгорания, самоорганизации деятельности, удовлетворенности трудом и эмпатических способностей работников сферы эстетической медицины. У медицинского персонала эмоциональное истощение прямо связано с общим уровнем эмпатии, вероятно, что более выраженная эмоциональная включенность и чувствительность к состоянию других людей у врачей-косметологов сопровождается большим риском эмоционального истощения. Общая удовлетворенность трудом у медицинского персонала прямо связана с уровнем эмпатии и эмоциональным каналом эмпатии. Тем самым, высокая удовлетворенность трудовой деятельностью сопровождается большей эмоциональной отзывчивостью, способностью к сопереживанию и включенному реагированию на состояние другого человека. Таким образом, с одной стороны, эмпатическая включенность может поддерживать удовлетворенность трудом, с другой – при высокой эмоциональной нагрузке она может повышать риск истощения. Показатели самоорганизации деятельности у врачей-косметологов прямо связаны преимущественно с трудовой мотивацией и профессиональной ответственностью. Профессиональная ответственность прямо связана с целеустремленностью, чем выше направленность на достижение целей, тем выше выраженность ответственного отношения к профессиональной деятельности.

У административного персонала эмоциональное истощение имеет обратную связь с общей удовлетворенностью трудом, что показывает: чем ниже общая удовлетворенность трудовой деятельностью, тем выше выраженность эмоционального истощения. Редукция личных достижений у административного персонала имеет обратную связь с планомерностью и интуитивным каналом эмпатии. Тем самым, снижение ощущения собственной профессиональной успешности более выражено у менеджеров

с низкой способностью к планированию деятельности и низкой способностью понимания других людей на основе опыта и интуитивного восприятия. Самоорганизация деятельности у менеджеров, их удовлетворенность трудом прямо связаны с организованностью, ответственностью и качеством профессиональных отношений. Рациональный и интуитивный каналы эмпатии прямо связаны с уровнем притязаний в профессиональной деятельности, вероятно, что способность понимать состояние других людей сопровождается более выраженными профессиональными ожиданиями и стремлением к достижению результата. Проникающая способность в эмпатии прямо связана с удовлетворенностью взаимоотношениями с руководством, что отражает значимость качества управленческого взаимодействия для открытого и доверительного общения. При этом высокая эмоциональная включенность менеджеров не всегда сочетается со структурированностью и рациональной организацией деятельности.

Заключение. У врачей-косметологов эмпатическая включенность поддерживает удовлетворенность трудом, но при высокой эмоциональной нагрузке она может приводить к проявлению профессионального выгорания: эмоциональному истощению. Самоорганизация деятельности врачей-косметологов способствует их удовлетворенности трудом.

У менеджеров профессиональному выгоранию противостоят удовлетворенность трудом, самоорганизация деятельности и эмпатические способности. Самоорганизация деятельности и эмпатические способности менеджеров способствуют их удовлетворенности трудом.

Список литературы

1. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – Москва: РГБ, 2008. – 336 с. – EDN QXSISV.
2. Гостеева, О. В. Психологическая структура профессиональной эмпатии медицинских работников / О. В. Гостеева // International Journal of Medicine and Psychology. – 2022. – Т. 5, № 4. – С. 17-21. – EDN XXWLJI.
3. Толмачев, Д. А. Самоорганизация как феномен организационной психологии и компетенция будущего профессионала / Д. А. Толмачев // Психология, образование: актуальные и приоритетные направления исследований: материалы Международной научно-практической конференции студентов, аспирантов, молодых учёных и их наставников, Тверь, 26–27 апреля 2022 года. – Тверь: Тверской государственный университет, 2022. – С. 366-371. – EDN BNTOTZ.
4. Цой, С. Ю. Ценностно-мотивационные аспекты удовлетворенности трудом сотрудников здравоохранения / С. Ю. Цой // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2019. – № 2-1. – С. 60-64. – EDN SWHENC.
5. Karanjkar, A. Indian Perspective of Burnout Among Plastic Surgeons / A. Karanjkar, N. Panse, S. Panse, P. Sahasrabudhe // Indian Journal of Plastic Surgery. – 2023. – Vol. 56, No. 2. – P. 153–158. DOI: 10.1055/s-0042-1759727.

УДК 37.035

ПСИХОЛОГО-СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ОСНОВАНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ В ФЕНОМЕНЕ ЧУЧХЕ

Колосов Г.А., д-р мед. наук, ORCID 0009-0004-6821-9364
Министерство здравоохранения Новосибирской области, г. Новосибирск, РФ
andreygan@duck.com

Введение. Социальное воспитание в рамках северокорейской идеологической системы чучхе представляет собой уникальный сплав традиционных восточноазиатских конфуцианских ценностей коллективизма, патернализма и современных марксистско-ленинских установок, переосмысленных через призму абсолютной преданности лидеру [1]. Как отмечает А. В. Мудрик, целенаправленное социальное воспитание представляет собой относительно управляемый процесс социализации, в ходе которого государство и общество создают условия для усвоения индивидом социальных норм, ценностей и паттернов поведения [2]. В корейской модели чучхе этот процесс начинается буквально с первых дней жизни ребенка, опираясь на национальный опыт, где государство в лице «Отца Нации» сакрализуется как высший источник заботы, тепла и экзистенциальной безопасности.

Цель – обзор индигенных психологических механизмов социального воспитания на примере Корейской народной демократической республики.

Основная часть. В контексте психофизиологии развития и педагогики исключительную важность имеет обеспечение эмоционального и физического тепла в первые месяцы жизни ребенка, что доказано классическими исследованиями отечественных и зарубежных психологов. Согласно теоретическим положениям А. Н. Леонтьева о развитии психики и деятельностном подходе, именно первичные аффективные связи сближают младенца с социальным миром, формируя базовое доверие к реальности [3]. Отсутствие адекватного эмоционального отклика и тактильного тепла ведет к депривации, разрушающей саму основу будущей социализации. В корейской традиционной культуре воспитания это направление реализовано в социокультурный императив: ребенок с рождения окружен не просто бытовым уходом, а сакрализованной, всеобъемлющей любовью Отца Нации, которая интериоризируется через семейные институты и общественные ясли.

Из отрытых источников, преимущественно СМИ, можно выделить северокорейский социальный нарратив «с рождения ребенок окружён любовью отца нации». Данный нарратив выполняет функцию психотерапевтического и идеологического якоря, задающего матрицу

пожизненной лояльности и эмоциональной привязанности к социально-политическому целому.

Рассматривать данный феномен вне этико-оценочных категорий позволяет принцип культуросообразности воспитания, разработанный классиками педагогической мысли Иоганном Генрихом Песталоцци, Адольфом Дистервегом и Константином Дмитриевичем Ушинским. Согласно Песталоцци, воспитание должно находиться в гармонии с природой человека и законами развития общества, а Дистервег подчеркивал, что истинное воспитание всегда национально и обусловлено конкретно-историческими условиями жизни народа [4]. К. Д. Ушинский в своей фундаментальной работе «Человек как предмет воспитания» обосновал мысль о том, что народность является естественным и непреоборимым фактором воспитательного процесса, поскольку язык, история и традиции народа формируют уникальный национальный тип характера [5].

В феномене чучхе принцип культуросообразности проявляется через абсолютную институционализацию традиционной конфуцианской сыновней почтительности (хё), перенесенной с кровного отца на главу государства. С точки зрения культурно-исторической психологии А. Н. Леонтьева, высшие психические функции формируются в процессе присвоения индивидом исторически выработанных культурных знаков и орудий [3]. В северокорейском обществе нарратив о том, что «ребенок с рождения окружен любовью отца нации», выступает в качестве культурно-психологического механизма, структурирующего и воплощающего воспитание через усвоение с младенческого возраста. Хоть и рассматриваемая как пропаганда, это глубинная культуросообразная трансформация архаичных патерналистских архетипов [6] в современную систему государственного воспитания, где биологическое тепло семьи и социальное тепло государства сливаются в единый непрерывный контур.

Анализ данного феномена сквозь призму социальной педагогики А.В. Мудрика позволяет сделать важные практико-ориентированные выводы, применимые к проектированию воспитательных систем в любых социокультурных контекстах. Главным выводом выступает необходимость строжайшего соблюдения социальности как целенаправленного, управляемого и осознанного педагогического воздействия, а не стихийной социализации «на авось».

Анализ данного феномена сквозь призму социальной педагогики А.В. Мудрика позволяет сделать важные практико-ориентированные выводы, применимые к проектированию воспитательных систем в любых социокультурных контекстах. Главным выводом выступает необходимость строжайшего соблюдения социальности как целенаправленного, управляемого и осознанного педагогического воздействия, а не стихийной социализации «на авось».

Заключение. Опыт корейской модели чучхе демонстрирует результативность системного подхода, при котором раннее детство не оставляется на волю случайных факторов, а становится объектом превентивной государственной заботы. Однако педагогическая наука требует избегать упрощенных обобщений: ключевым элементом успеха здесь является именно «реализация тепла» как материализованной заботы, а не формальная идеологическая дрессура. Когда тепло как психофизиологическая и эмоциональная потребность младенца соединяется с четко структурированной системой социальных смыслов, формируется предпосылка устойчивости личности к внешним дестабилизирующим факторам. Таким образом, социальное воспитание эффективно лишь тогда, когда оно органично вплетено в культурный код нации, опирается на безусловное удовлетворение первичных потребностей в безопасности и тепле, а также исключает педагогический нигилизм и стихийность.

Информация о финансовой поддержке: *Исследования проводились в рамках самофинансирования.*

Список литературы

1. Кравцова, А. Д. Буддизм в Корейской Народно-Демократической Республике: наследие, политика и дипломатия / А. Д. Кравцова, Е. Э. Войтишек, А. С. Шмакова // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: История, филология. – 2025. – Т. 24, № 10. – С. 41-52. – DOI 10.25205/1818-7919-2025-24-10-41-52. – EDN FYQONG.
2. Мудрик, А. В. Социальная психология воспитания в социально-педагогическом ракурсе / А. В. Мудрик // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. – 2018. – № 51. – С. 56-64. – DOI 10.15382/sturIV201851.56-64. – EDN ZBEYTJ.
3. Нечаев, Н. Н. О возможности реинтеграции культурно-исторической психологии Л.С. Выготского и теории деятельности А.Н. Леонтьева / Н.Н. Нечаев // Вопросы психологии. – 2018. – № 2. – С. 3-18. – EDN XURTYD.
4. Булкин, А. П. «Культуросообразность» в России / А. П. Булкин // Проблемы современного образования. – 2016. – № 3. – С. 82-91. – EDN WFGOEN.
5. Вяземский, Е. Е. Вклад великого российского педагога К.Д. Ушинского в отечественную педагогику и образование / Е. Е. Вяземский // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: История и политические науки. – 2023. – № 2. – С. 18-26. – DOI 10.18384/2310-676X-2023-2-18-26. – EDN INPQKU.
6. Иванова, М. Г. Культурные архетипы как объект историко-философского анализа: специальность 09.00.03: диссертация на соискание ученой степени кандидата философских наук / Иванова Мария Геннадьевна ; ФГАОУ ВО «Российский ун-т дружбы народов». – Москва, 2017. – 197 с.

УДК 159.9

ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОЙ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ АКТУАЛИЗАЦИИ ТРАДИЦИОННЫХ ЦЕННОСТЕЙ

Павлова К. Н., канд. психол. наук, ORCID 0000-0002-8895-249X,
Дагбаева С. Б., д-р психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-1696-2370
ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет», г. Чита, РФ
p.kseniya13@mail.ru, soela@bk.ru

Введение. В современном мире такие трансформационные процессы, как глобализация, цифровизация, социальная динамика выводят на первый план проблематику гражданской идентичности и традиционных ценностей. Результаты социологических опросов 2019–2020 гг. фиксируют, что в студенческой среде гражданские аспекты идентичности уступают по выраженности социальным [1]. Отметим, что нормативное закрепление приоритетов содержится в Указе Президента РФ № 809 от 09.11.2022 [2] и Указе № 309 от 07.05.2024 [3], ориентирующих на сбережение традиционных ценностей и укрепление общероссийского гражданского единства.

Анализ исследовательского поля показывает, что ценностная и идентификационная проблематика у молодёжи чаще рассматривается изолированно, а тезис о ценностях как фундаменте идентичности остаётся декларативным. Разрыв между декларативностью тезиса и отсутствием практических решений делает заявленную проблематику актуальной.

Цель работы – представить технологию формирования позитивной гражданской идентичности студентов в процессе актуализации традиционных ценностей.

Основная часть. Теоретико-методологическая основа нашего исследования построена на личностно-ориентированном, системно-деятельностном, компетентностном подходах. Теоретическое основание базируется на теории базовых ценностей Ш. Шварца [4], теории социальной идентичности А. Тэшфела и Дж. Тернера [5], представлениях о гражданской идентичности Н. М. Лебедевой и А. Н. Татарко [6], а также структурно-динамической модели ценностных ориентаций М. С. Яницкого [7]. Гражданскую идентичность мы рассматриваем как единство когнитивного, эмоционального и регулятивного компонентов [1], а ценности – как смысловое ядро идентичности.

Разработанная технология включает в себя четыре взаимосвязанных блока: целевой, методологический, содержательный и оценочный [8].

Целевой блок − формирование позитивной гражданской идентичности через актуализацию традиционных ценностей (безопасности,

благожелательности, традиций). Задачами блока выступают: 1) укрепить ценностную иерархию студентов; 2) усилить гражданские компоненты идентичности: «Я как гражданин своей страны», «Я как представитель народа», «Я как житель города; 3) встроить гражданскую идентичность в общую структуру Я-концепции, не вытесняя профессиональные и личностные аспекты; 4) активизировать социально значимую деятельность.

Стоит отметить, что гражданская идентичность не формируется «с нуля» и не вытесняет другие компоненты в иерархии идентичности личности, а экологично и безопасно интегрируется в неё.

Методологический блок в структуре технологии предполагает единство подходов. Личностно ориентированный учитывает индивидуальные особенности и психологические характеристики студенческого возраста. Системно-деятельностный обеспечивает организацию аудиторной и внеаудиторной деятельности как единой системы. Компетентностный направлен на развитие общепрофессиональных и профессиональных компетенций в рамках образовательной программы. Реализация осуществляется через следующие принципы: системность, гуманность, конфиденциальность, безоценочность, общение по принципу «здесь и сейчас», персонификация высказываний.

Содержательный блок направлен на реализацию двух этапов. Сразу отметим, что ядром технологии выступает психолого-педагогическое взаимодействие через аудиторную и внеаудиторную деятельность.

Диагностический этап включает в себя инструментарий для получения первичных данных компонентов идентичности и ценностных ориентаций. Мы предлагаем следующий кейс методик: ценностный опросник Ш. Шварца; опросник идентичности по 16 категориям (М.С. Яницкий и соавт.); методика Р. Инглхарта в адаптации М. С. Яницкого; тест типов этнической идентичности (Г. У. Солдатова, С. В. Рыжова); шкала выраженности гражданской идентичности (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко); анкетирование. По результатам диагностики мы обнаружим приоритетные ценности и проблемные зоны для формирующей работы.

Формирующий этап основан непосредственно на организации психолого-педагогического взаимодействия. Нами в учебный план направления подготовки 37.03.01 Психология были включены дисциплины по выбору: «Психология ценностей и смыслов личности», «Тренинг по развитию ценностных ориентаций». Аудиторная работа носит интегративный комплексный характер, а именно объединяет семинарские занятия и социально-психологический тренинг. Акцент сделан на актуализации ценностей «Традиции» и «Благожелательность», знакомстве с культурно-историческим наследием Забайкалья, кинодискуссиях, деловых и ролевых играх, мини-лекциях. Внеаудиторная работа реализуется через социально значимую деятельность: просмотр и обсуждение отечественных фильмов, создание видеоролика, волонтёрство, экскурсии, фотосессия с багульником.

Оценочный блок или завершающий этап технологии. Результативность технологии ведётся по следующим критериям: гражданская идентичность, а именно её сила и валентность; традиционные ценности и их иерархическая последовательность; ценностный тип, динамика которого отслеживается по траектории «индивидуализирующий и промежуточный → адаптирующий и социализирующий». Оценка предполагает рефлексию участников и повторную диагностику, фиксирующую динамику. Диагностический инструментарий описан выше, в диагностическом этапе.

Следует отметить условия эффективной реализации: 1) встроенность в образовательный процесс: дисциплины по выбору становятся частью учебного плана, а не внешней надстройкой; 2) комплексность: аудиторная и внеаудиторная работа действуют как единое целое; 3) опора на ценностные предикторы – безопасность и благожелательность, задающие вектор формирующей работы; 4) учёт возрастных особенностей студентов 17–26 лет; 5) трансформационный характер воздействия, исключающий «резкую» ломку идентичности; 6) квалификация ведущего, владеющего методами педагогической психологии и групповой тренинговой работы.

Заключение. Представленная технология образует целостную систему, объединяющую целевой, методологический, содержательный и оценочный блоки. Актуализация традиционных ценностей (безопасность, благожелательность, традиции) выступает механизмом формирования позитивной гражданской идентичности через аудиторное социально-психологическое обучение и внеаудиторную социально значимую деятельность. Трансформационный характер воздействия обеспечивает интеграцию гражданской идентичности в структуре идентичности без вытеснения профессиональных и личностных аспектов.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда, проект № 25–28–02613, https://rscf.ru/project/25-28-02613/*

Список литературы

1. Дробижева, Л. М. Общероссийская идентичность в социологическом измерении / Л. М. Дробижева, С. В. Рыжова // Вестник Российской нации. − 2021. − № 1–2. − С. 39–52. − EDN: HAGVQK.
2. Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей: Указ Президента РФ: [от 9 ноября 2022 г. № 809]. – URL: http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202211090019 (дата обращения: 07.10.2026).
3. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года: Указ Президента РФ: [от 7 мая 2024 г. № 309]. – URL: http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015 (дата обращения: 07.10.2026).

4. Шварц, Ш. Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России / Ш. Шварц, Т. П. Бутенко, Д. С. Седова, А. С. Липатова // Психология. Журнал ВШЭ. − 2012. − Т. 9, № 1. − С. 43–70. − EDN: QYXAEH.
5. Tajfel, H. The Social Identity Theory of Intergroup Behaviour / H. Tajfel, J.C. Turner, S. Worchel, W.G. – Austin, Chicago: Nelson Hall Publishers, 1986. 7–24 p.
6. Лебедева, Н. М. Ценности культуры и развитие общества / Н. М. Лебедева, А.Н. Татарко. − Москва : Изд. дом ВШЭ, 2007. − 527 с. − EDN: QOICTP.
7. Яницкий, М. С. Идентичность как динамическая иерархическая система: социальный и культурный контекст формирования / М. С. Яницкий, А. В. Серый, О. А. Браун [и др.] // Вестник Кемеровского государственного университета. − 2018. − № 2. − С. 131–140. − EDN: XVQOXZ.
8. Павлова, К. Н. Формирование позитивной гражданской идентичности студентов вуза в процессе актуализации традиционных ценностей : дис. ... канд. психол. наук : 5.3.4 / Павлова Ксения Николаевна. – Чита, 2025. – 157 с.

УДК 159.9

ОБРАЗ ГЕРОЯ В СОЗНАНИИ ПОДРОСТКОВ

Прищепова О.С.,
Кыштымова И.М., д-р психол. наук, проф., ORCID 0000-0003-4669-6886
ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет» г. Иркутск, РФ
psyholog@pi.isu.ru

Подростковый возраст – важный период перехода от детства к взрослости, когда происходит становление Я-концепции, определение идентичности и гражданской позиции, формирование личностных смыслов. Образ героя как воплощение общественно значимых ценностей и качеств является важным элементом картины мира современного подростка. При этом происходящие сегодня процессы глобальной цифровизации, расширения медиапространства и усиления его манипуляционных функций приводят к трансформации традиционного архетипического образа «культурного героя», его вытеснению образом трикстера. В сознании современников семантика героя характеризуется эклектичностью и замещением медиаобразами: блогерами, персонажами западных блокбастеров и видеоигр [2], что не может не оказывать деструктивного воздействия на процессы становления личности, так как присвоенная ею модель «героического» поведения актуализируется в критических жизненных ситуациях [3]. Это обусловливает важность исследований представлений о герое у школьников, понимания их детерминант и разработки методов коррекции.

Представляемое исследование проводилось с целью выявления содержательных характеристик образа героя в сознании современных

подростков, обучающихся в гимназии №25 г. Иркутска. Мы предполагали, что у гимназистов, в силу ориентации образования на углубленное изучение гуманитарных дисциплин, значительной роли прецедентных литературных текстов с образом героя, его семантика будет в большей степени соответствовать образу архетипического «культурного героя», чем у ранее диагностированных [2] школьников, в сознании которых образ героя трансформировался до «супергероя» голливудских фильмов.

В эмпирическом исследовании приняло участие 84 подростка в возрасте 14–15 лет. Их представления о герое изучались с помощью анализа ответов на вопрос: «Какие герои вам известны?» и ассоциативного эксперимента, в ходе которого подростки записывали слова, ассоциативно связанные со словом «герой». Обработка полученных ассоциаций проводилась с помощью коэффициента несбалансированности Яниса-Фаднера и прототипического анализа по П. Вержесу [4].

Результаты опроса показали, что большинство подростков считают героями исторических личностей: чаще всего подростки называли Зою Космодемьянскую (19 человек), Маршала Жукова (12), Юрия Гагарина (6), советских пионеров-разведчиков: Зину Портнову (3), Марата Казея (4), Валю Котика (4).

Связь героического в сознании подростков с именами исторических личностей отмечалась исследователями ранее. Так, в ходе опроса, проводимого О.А. Зыкиной в 2018–2019 гг. среди учащихся в Москве, Санкт-Петербурге и Кировской области [1], было установлено, что школьники героями называют известных военачальников: М. И. Кутузова (от 15 % до 24 % респондентов), А. В. Суворова (от 9 % до 19 %), Г.К. Жукова (от 9 % до 14 %).

При этом значительное число участников нашего исследования назвали в качестве героев персонажей голливудских фильмов: Человека-паука (17 человек), Супермена (4), Бэтмена (4) и американского комикса «The Boys» Хоумлендера (5). Полученные нами результаты не вполне согласуются с результатами исследований, проводимых ранее [2], когда более половины участников указывали в качестве героев персонажей американских медиа.

Анализ показал включение в число названных героев участников СВО (19 человек), в том числе Эдуарда Дьяконова (15 из 84 опрошенных), героя России, погибшего на СВО. Э. Дьяконов окончил ту же гимназию, где учатся испытуемые, и его мемориальная доска помещена на фасаде здания. Кроме того, подростки называли Балдана Цыдыпова и Владимира Жогу.

9,7 % респондентов назвали героями своих близких родственников: папа – 8 человек, мама – 2 человека, родители – 4 человека, дедушка и сестра – по 1 человеку. Затруднились с ответом – 6 % подростков. Протестная политическая ориентация проявлена 4,8% респондентами, которые назвали в качестве героя Алексея Навального.

Литературных героев (Василия Теркина, Гарри Поттера, Тайнера Дердена, Райланда Грейса) назвали 3% опрошенных подростков; 2,4 % подростков указали блогеров, 1,2% – героев компьютерных игр (1,2%); 0,6% – спортсменов; 2 человека в качестве героя указали на Иисуса Христа и один человек героем назвал себя.

Анализ результатов ассоциативного эксперимента с помощью коэффициента Яниса-Фаднера показал преобладание позитивных ассоциаций: C = 0,52, то есть традиционных представлений, соответствующих образу «культурного героя» и камертонным ценностям.

Прототипический анализ ассоциаций по методике П. Вержеса, предпринятый для определения особенностей структуры представлений подростков о герое, позволил выявить:

1) самую значимую смысловую зону «ядра» понятия «герой» составляют такие качества, как сила и мужество, что отражает архетипическую семантику образа героя, безотносительно к его исходной дифференциации на «культурного героя» и «трикстера» (К.Юнг, П. Радин, К.Кереньи);

2) в первую периферическую зону значимых характеристик вошли волевые качества – смелость, этические – добро, честность; деятельностные акты: спасение, помощь, подвиг, победа, а также субъекты – папа, человек, супермен; именно через эти характеристики в сознании подростка разворачивается образ «героя»;

3) в зону дальней периферии, состоящую из редко называемых ассоциаций, выполняющих адаптивную функцию, вошли такие этические качества, как патриотизм и верность; они не являются в сознании подростков неотъемлемым качеством «героя».

Таким образом, выявлена психофизическая, витальная доминанта в представлениях подростков о «герое», его этические качества менее значимы, а «патриотизм» и «верность» – дополнительны.

Проведенное исследование позволяет сделать вывод, что образ «героя» в сознании гимназистов 14–15 лет в большей степени отражает прецедентные представления о герое, чем было обнаружено в исследовании со школьниками в 2022 г. [2]. Так, образ героя у гимназистов позитивен и персонифицирован, причем персонификация характеризуется включением в семантическую зону имен героев разных периодов истории, включая современный. При этом медийные персонажи продолжают занимать значительное место в представлениях о герое, а образ героя остается содержательно далек от архетипического образа «культурного героя», так как не включает в себя семантику защиты Родины (патриотизм).

Список литературы

1. Зыкина, О. А. Национальные герои России в представлении учащихся школ и вузов Москвы, Санкт-Петербурга и Кировской области / О.А. Зыкина // Вестник антропологии. – 2022. – № 2. – С. 42–53. DOI: 10.33876/2311-0546/2022-2/42-53.

2. Кыштымова, И. М. Герои и супергерои в сознании подростков / И. М. Кыштымова, Е.Р. Лепетнова // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2022. – Т. 40. – С. 49–66. DOI: 10.26516/2304-1226.2022.40.49.
3. Хендерсен, Дж. Герои и их создатели // Человек и его символы / под ред. К.Г. Юнга. – Санкт-Петербург : Б.С.К., 1996. – С. 126–148. ISBN 5-88925-002-7.
4. Vergès, P. L'Evocation de l'argent: une méthode pour la définition du noyau central d'une representation / P. Vergès // Bulletin de psychologie. – 1992. – Vol. XLV, № 405. – P. 203–209. DOI: 10.3406/bupsy.1992.14128.

УДК 159.9

СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ

Чуканов Е.В., ORCID 0009-0003-0237-767X
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
e.v.chukanov@mail.ru

Жизнеспособность человека определяется не только его индивидуальными психологическими ресурсами, но и социокультурными условиями. Семейная поддержка, доступ к образованию и медицинской помощи, материальная обеспеченность и участие в жизни сообщества формируют возможности адаптации к неблагоприятным обстоятельствам. При этом значение данных факторов меняется на протяжении жизненного пути, а накопленный опыт и доступность ресурсов на ранних этапах жизни могут отражаться на благополучии в пожилом возрасте.

Жизнеспособность формируется не изолированно от социальной среды и не сводится к устойчивому набору личностных качеств. Возможности человека справляться с неблагоприятными обстоятельствами зависят от его здоровья, жизненного опыта, семейных отношений, материального положения и доступности общественных ресурсов. Поэтому для ее изучения необходимо учитывать не только текущие условия жизни, но и то, как ресурсы и риски накапливаются на протяжении времени.

Связь жизнеспособности с социальными условиями раскрывается в исследовании B. Kim. В центре внимания авторов находятся ресурсы сообщества и институтов, которые помогают людям сохранять благополучие на разных этапах жизни. В детстве это образование, безопасная среда, жилье, питание, забота. Во взрослом возрасте к ним добавляются профессиональное обучение, возможности трудоустройства, финансовая стабильность и доступ к медицинской помощи. В зрелые годы сохраняют значение социальные группы, гражданское участие и сети взаимопомощи [2].

При анализе позднего возраста недостаточно ограничиваться оценкой текущего состояния здоровья. Необходимо учитывать условия, в которых человек рос, получал образование и формировал социальные связи. В пожилом возрасте наблюдаются хронические заболевания, снижение физических возможностей и связанные с ними психологические трудности. В этих обстоятельствах семейные отношения и поддержка между поколениями могут смягчать последствия ограничений здоровья, облегчать адаптацию и снижать риск социальной изоляции. Возможность справляться с болезнью зависит не только от индивидуальных усилий, но и от того, есть ли рядом люди, способные оказать помощь, и доступны ли необходимые услуги [1].

В данном контексте структурная устойчивость обозначает не столько личную способность переносить трудности, сколько наличие условий, позволяющих человеку справляться с ними. Ее формирование зависит от того, насколько доступны необходимые ресурсы и удается ли использовать их в сочетании друг с другом. Например, образование может расширить профессиональные возможности. При этом дефицит ресурсов в одной сфере способен ограничивать возможности, возникающие в другой.

Такое понимание согласуется с концепцией жизненного пути, согласно которой прошлые обстоятельства и доступные ресурсы связаны с последующими достижениями. Значение ранней поддержки особенно велико с учетом долгосрочных последствий неблагоприятных детских переживаний для здоровья и благополучия. Безопасная среда, доступ к образованию могут создавать предпосылки для дальнейшей адаптации. Однако сами по себе они не гарантируют благополучия: их значение зависит от последующих условий жизни и возможности пользоваться приобретенными ресурсами.

Отдельное место в исследовании занимает гражданская активность. По мере взросления люди не только получают помощь, но и сами становятся ее источниками: участвуют в волонтерских инициативах, объединяются для решения общих проблем. Это позволяет рассматривать сообщество не просто как внешнюю среду, предоставляющую ресурсы, а как пространство их совместного формирования.

Другую сторону проблемы раскрывает систематический обзор T.N. Fadhlia, посвященный социально-экологическим факторам психического здоровья и жизнеспособности беженцев. Авторы выделяют среди факторов риска травматический опыт, женский пол, пожилой возраст, низкий социально-экономический статус, хронические физические и психические заболевания, языковые трудности и неадаптивные стратегии совладания. К защитным факторам относятся позитивное совладание, религиозность и духовность, положительный эмоциональный опыт и самоорганизация. В обзоре также отмечены образование и владение языком как ресурсы, способствующие адаптации, тогда как хронические физические заболевания рассматриваются как фактор риска. Способность человека

ориентироваться в новой социальной среде связана с возможностью общаться, получать информацию, обращаться за медицинской помощью и пользоваться доступными услугами. Языковые барьеры и ограниченные экономические возможности затрудняют решение повседневных задач и могут препятствовать использованию даже имеющихся ресурсов. Вместе с тем личностные стратегии совладания, социальная поддержка и институциональные возможности не заменяют друг друга: их действие зависит от конкретной ситуации и взаимного дополнения [3].

Влияние социальной среды особенно заметно в периоды масштабных кризисов. Пандемия COVID-19 изменила привычные формы социального взаимодействия и создала дополнительные препятствия для получения медицинской помощи. Для пожилых людей с множественными хроническими заболеваниями подобные ограничения могли осложнять поддержание здоровья и повседневной активности.

В исследовании J. Guo и A. Wister в период пандемии было выявлено снижение устойчивости пожилых людей к множественным заболеваниям; авторы также отмечали усиление связи между возрастом и рассматриваемым показателем. Эти результаты указывают на уязвимость людей, чьи адаптационные возможности уже ограничены состоянием здоровья. Кризис в данном случае выступает не единственной причиной уязвимости, а обстоятельством, способным обострять существующие ограничения. Если человек располагает семейной поддержкой, материальными средствами и доступной медицинской помощью, ему проще компенсировать нарушение привычного образа жизни [1].

Развитие жизнеспособности не должно сводиться к обучению человека навыкам преодоления трудностей. Не менее значимо создание условий, при которых он может получать образование, пользоваться медицинской помощью, поддерживать социальные связи и участвовать в жизни сообщества. Такая перспектива переносит внимание с исключительно индивидуальной ответственности за адаптацию на взаимодействие личности, семьи, сообщества и общественных институтов. Жизнеспособность в этом понимании формируется на протяжении всей жизни, а ее поддержка предполагает не только помощь в кризисных ситуациях, но и последовательное сокращение социальных барьеров, ограничивающих доступ к необходимым ресурсам.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование проводились в рамках госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (FRRE-2026-0029).*

Список литературы

1. Guo, J. Life Course Risk and Protective Factors of Multimorbidity Resilience Among Older Adults in Rural China: A Longitudinal Study in Anhui Province Before and During COVID-19 / J. Guo, A. Wister, J. Wang, S. Li. // The Journals of Gerontology: Series B. – 2024. – Vol. 79, iss. 4. – Article gbad196. – DOI: 10.1093/geronb/gbad196.

2. Kim, B. Structural Resilience Across the Life Course: Perspectives From Older Adults Racialized as Black / B. Kim, A. K. Cooke, T. J. Riser, M. D. Hladek, P. B. Adkins-Jackson, L. J. Samuel, R. J. Thorpe Jr., S. L. Szanton. // Journal of Advanced Nursing. – 2026. – Vol. 82, iss. 4. – P. 3575–3585. – DOI: 10.1111/jan.70222.
3. Fadhlia, T. N. The Socio-Ecological Factors Associated with Mental Health Problems and Resilience in Refugees: A Systematic Scoping Review / T. N. Fadhlia, B. Doosje, D. A. Sauter. // Trauma, Violence, & Abuse. – 2025. – Vol. 26, iss. 3. – P. 598–616. – DOI: 10.1177/15248380241284594.

УДК 159.9.07+005.8

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И УПРАВЛЕНИЕ ПРОЕКТАМИ

***Шаврин А.В.*[1],** канд. техн. наук, доц., ORCID 0009-0007-2226-1155,
***Шаврина А.В.*[2],** ORCID 0009-0006-8421-9860
[1]ФГБОУ ВО «Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет (МАДИ)», г. Москва, РФ
[2]ООО «ИНТЕРО», г. Москва, РФ
a.shavrin@madi.ru, rikkitavi0461@gmail.com

Введение. Для успешного управления проектами чаще всего делается акцент на применении соответствующих «технических» подходов и инструментов [1, 2]. Однако практика показывает, что при сопоставимом уровне владения «техническим» инструментарием руководители проектов (РП) демонстрируют различный уровень показателей успешности реализации проектов. Это указывает на необходимость изучения роли психологических характеристик самого руководителя.

Цель работы – изучить взаимосвязь между некоторыми психологическими аспектами личности РП и тем, как эти аспекты влияют на успешность управления проектами.

Основная часть. В контексте поставленной задачи значимыми становятся критерии выявления психологических факторов, различающих РП по уровню успешного завершения проектов. Для этого был выделен набор компетенций, относящихся к познавательной, эмоционально-волевой и потребностно-мотивационной сферам: умение расставлять приоритеты; умение мотивировать людей; способность сохранять позитивный настрой; умение успешно справляться со стрессом; способность к обучению.

Исследование проводилось на выборке, которую составили 24 РП с опытом управления более 6 лет. По критерию «% успешно завершенных проектов (завершены в установленный срок, без превышения бюджета, при удовлетворенности заказчика)» респонденты были разделены на следующие группы:

– группу 1 (n = 17) составили респонденты, в активе которых более 60 % успешно завершённых проектов;

– группу 2 (n = 7) составили респонденты, успешность проектов которых составила менее 60 %.

В качестве инструмента был применен авторский опросник, в котором респондент должен был оценить по пятибалльной шкале, где 1 – нулевая важность, 5 – очень высокая важность, важность компетенций руководителя проектами. Обработка осуществлялась с использованием описательных статистик (M, SD, Me). Результаты сведены в табл.

Таблица

Описательные статистики и различия между подгруппами

Фактор	**Более успешные РП (n = 17)**			**Менее успешные РП (n = 7)**			**ΔM**
	M	**SD**	**Me**	**M**	**SD**	**Me**	
Умение расставлять приоритеты	4,59	0,51	5	1,71	0,49	2	**2,88**
Умение мотивировать людей	4,65	0,49	5	2,57	0,53	3	**2,08**
Способность сохранять позитивный настрой	4,41	0,62	4	2,14	0,69	2	**2,27**
Умение справляться со стрессом	4,47	0,72	5	2,29	0,49	2	**2,18**
Способность к обучению	4,35	0,70	4	2,00	0,82	2	**2,35**

Примечание. M - среднее арифметическое; SD - стандартное отклонение; Me - медиана; ΔM — разность средних между подгруппами; все различия значимы на уровне $p < 0,001$.

Основные результаты можно представить следующим образом:

1. Средние показатели оценок группы 1 варьируются в диапазоне 4,35–4,65 («высокая» и «очень высокая» важность), в то время как показатели оценок группы 2 – в диапазоне 1,71–2,57 («нулевая» и «низкая» важность).
2. Максимальный разрыв наблюдается по фактору «умение расставлять приоритеты» (ΔM = 2,88), что позволяет рассматривать когнитивную компетенцию приоритезации как ключевой дискриминатор успешности руководителей проектов.
3. Минимальный разрыв представлен по фактору «умение мотивировать людей» (ΔM = 2,08), что можно интерпретировать как относительно высокую оценку мотивационной составляющей даже менее успешными руководителями проектов.
4. В группе 2 зафиксированы оценки «1» (нулевая важность) по факторам приоритезации (РП2, РП4) и обучаемости (РП5, РП6), что свидетельствует о деформации профиля компетенций.

Полученные данные согласуются с компетентностным подходом [3, 4], согласно которому успешность деятельности определяется не отдельными знаниями, а интегральными личностными образованиями. Профиль успешных РП проектов выглядит как более сбалансированный в

сравнении с профилем менее успешных РП, который демонстрирует «провал» в когнитивной сфере при относительно сохранной мотивационной. С практической точки зрения это может указывать на то, что при назначении на позицию руководителя проектов целесообразно проводить диагностику когнитивно-мотивационного профиля кандидата, обращая особое внимание на способность к расстановке приоритетов.

Заключение. Проведено исследование связи между психологическими факторами личности руководителей проектов и успешностью руководимых ими проектов. Показано, что РП с высоким процентом успеха подходят к управлению своими проектами совершенно иначе, чем те, кто чаще сталкивается с неудачным завершением проектов. Успешные РП осознают необходимость и важность не только «технических» навыков, но и навыков межличностного общения и управления своим психологическим состоянием. Обладание и умелое применение этих навыков при управлении проектами оказывает существенное влияние на достижение цели и критериев успешности проекта. Результаты исследования подтверждают необходимость учёта психологических компетенций при назначении и развитии руководителей проектов наряду с «техническими» навыками.

Список литературы

1. Павлов, А. Н. Управление проектами на основе стандарта PMI PMBOK® : изложение методологии и опыт применения / А. Н. Павлов. – 2-е изд., испр.. – Москва : Бином. Лаб. знаний, 2012. – 208 с. – (Проекты, программы, портфели : ППП). – ISBN 978-5-9963-1119-4. – EDN QVHQEF.
2. Шаврин, А. В. Руководство по управлению проектами на основе стандарта ISO 21500: практическое руководство / А. В. Шаврин. - 2-е изд. - Москва : Лаборатория знаний, 2025. - 113 с. - (Проекты, программы, портфели). - ISBN 978-5-00101-155-2. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2228496 (дата обращения: 06.10.2026). – Режим доступа: по подписке.
3. Равен, Д. Компетентность в современном обществе. Выявление, развитие и реализация / Д. Равен. – Москва : Когито-Центр, 2002. – 396 с. – ISBN 5-89353-052-7. – EDN RAXVCB.
4. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – Москва : Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. – 312 с. – EDN YQCJKT.

УДК 159.9:331.101

СКРЫТАЯ ДЕМОТИВАЦИЯ ПЕРСОНАЛА В СТРЕССОГЕННЫХ УСЛОВИЯХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ДЕФОРМАЦИЯ СМЫСЛОВОЙ РЕГУЛЯЦИИ ТРУДА

Шебанова С.Г., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-0271-896X,
Рудь О.О., ORCID 0009-0000-8790-7681
ФГБОУ ВО «Херсонский технический университет», г. Геническ, Херсонская обл., РФ
sveta1_sh@rambler.ru, oksana.rud@htu.ru

Введение. В системе социальных отношений современная организация выступает не только формальной структурой, но и пространством постоянного межличностного взаимодействия. Психологическое состояние сотрудников непосредственно влияет на качество этих отношений, устойчивость коллектива и эффективность труда. Развитие технологий и усложнение рабочих процессов повышают требования к человеку. Руководители нередко пытаются повысить продуктивность привычными способами: премиями, бонусами, штрафами, выговорами. Однако в сферах с высоким уровнем стресса, когнитивных нагрузок и юридической или моральной ответственности такие линейные методы перестают работать. Персонал ежедневно испытывает психологическое давление, дефицит времени, перегрузки и страх критической ошибки. Особенно значимо это для профессий типа «человек–человек», где эмоциональная вовлечённость и социальное взаимодействие являются профессионально важными.

Цель работы – теоретическое обоснование феномена скрытой демотивации как деформации смысловой регуляции труда и определение возможностей её ранней диагностики в системе социальных отношений организации.

Основная часть. Длительное пребывание в подобной среде приводит к скрытой демотивации. Её специфика заключается в том, что внешне сотрудник сохраняет исполнительность: вовремя приходит, соблюдает дисциплину, не конфликтует, следует правилам. Но внутренне ценность профессии падает, работа теряет личный смысл. Труд становится автоматизированным, силы уходят на поддержание видимости благополучия. В системе социальных отношений это проявляется в формализации контактов, снижении доверия, угасании интереса к коллегам и общим целям. Стандартные анкеты и контроль не выявляют такое состояние. Поэтому понимание латентных механизмов скрытой демотивации позволяет защитить коллектив от выгорания, сохранить кадры и стабильность организации.

Вопросы трудовой мотивации изучались А.Н. Леонтьевым и С.Л. Рубинштейном, показавшими роль внутренних личностных смыслов в регуляции труда. Теория самодетерминации Э. Диси и Р. Райана обосновывает значение самостоятельности, ощущения полезности и признания мастерства. В.В. Бойко и А.Б. Леонова доказали, что при психологическом переутомлении психика включает защитные барьеры и экономит внутренние силы [2]. И.О. Котенев отмечает рост потребности в предсказуемости, стабильности и порядке в жёстких условиях. Однако механизмы латентной перестройки смыслов при скрытой демотивации требуют практического описания с позиций современного профайлинга [3].

С позиции психологии деятельности скрытая демотивация – не халатность, а вынужденная защитная реакция на условия, превышающие ресурсы личности. В комфортной ситуации сотрудника вдохновляют сложные цели, радость побед, общение, стремление к мастерству. При постоянном организационном стрессе эти смыслообразующие ориентиры разрушаются. Процесс незаметен: накапливается усталость, растёт тревожность, снижается вегетативный тонус, истощаются энергетические резервы. Психика автоматически включает защитные механизмы, смысл труда упрощается и деформируется. Желание развиваться, учиться, проявлять инициативу исчезает вследствие дефицита свободной энергии. Главными ценностями становятся безопасность, понятность задач и гарантированное вознаграждение. Сотрудник избегает перемен, воспринимая их как угрозу, и нуждается в чётких инструкциях, которые снижают страх ошибки и личной ответственности.

Для понимания специфики состояния выделяются четыре базовых индикатора скрытого угасания профессиональной активности.

Энергетический – прогрессирующее снижение вегетативного тонуса, хроническое психоэмоциональное истощение, дефицит внутренних ресурсов для инновационной и творческой деятельности. В социальном плане это ведёт к избеганию контактов, пассивности в групповых обсуждениях.

Регуляторный – гипертрофированная потребность в структурировании труда, жёсткой регламентации обязанностей, переход на метапрограмму избегания неудач вместо достижения успеха. В отношениях с коллегами усиливается формализм, стремление переложить ответственность.

Смысловой – резкое сужение личной ценности профессии, смещение мотива с процессуально-содержательной стороны на внешнюю утилитарную, потеря понимания общественной важности дела. Общие цели коллектива перестают восприниматься как значимые.

Поведенческий – формальная исполнительность при нарастании внутреннего равнодушия, безразличия, скрытого цинизма и

профессиональной ригидности. Внешне вежливое, но отстранённое поведение маскирует утрату интереса к совместной работе.

В системе социальных отношений эти сдвиги ведут к тому, что внешняя исполнительность приобретает характер защитной формы, скрывающей равнодушие и утрату смысла. Контакты с коллегами и руководством становятся формальными, снижается готовность к взаимопомощи и совместному решению задач. Анкеты и прямые опросы не выявляют скрытую демотивацию на ранних стадиях: люди стремятся казаться успешными и отвечают так, как ожидает руководство. Поэтому возрастает роль кадрового профайлинга, который оценивает реальное состояние по поведению, речи, метапрограммам и невербальным реакциям. Профайлинг позволяет заметить ранние признаки выгорания до того, как сотрудник потеряет интерес к делу и начнёт совершать критические ошибки.

Заключение. Скрытая демотивация – закономерный адаптивный ответ психики на длительный некомпенсируемый стресс. Перестройка ценностей от развития к безопасности требует смены подходов к управлению. Неэффективно и необоснованно предъявлять требования творческих прорывов истощённому человеку без чувства защищённости и времени на восстановление. В системе социальных отношений профилактика должна включать восстановление доверия, справедливое распределение задач, формирование кадрового резерва [1], взаимопомощь и супервизию, доступные способы снятия напряжения на рабочем месте. Перспективы изучения связаны с гибкими моделями мотивации, учитывающими тип личности, поведенческие паттерны, индивидуальную устойчивость к нагрузкам и характер социальных связей в коллективе.

Список литературы

1. Зауторова, Э. В. Особенности психологической устойчивости сотрудников отдела охраны исправительных учреждений / Э. В. Зауторова, Е. А. Никитина. – Текст : электронный // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2022. – № 4. – С. 52–57. DOI: 10.24412/2658-638X-2022-4-52-57.
2. Мерзлякова, Д. Р. Цифровая трансформация общества: профессиональное «выгорание» и психологическая структура личности специалистов высоких технологий : монография / Д. Р. Мерзлякова. – Ижевск : Удмуртский университет, 2026. – 140 с. – Текст: электронный. – URL: http://elibrary.udsu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/23814/236. (дата обращения: 08.10.2026).
3. Бражник, Л. И. Проблемы формирования и аудита кадрового резерва предприятия / Л. И. Бражник, Л. С. Казанцева. – Текст : электронный // Управление персоналом: новые задачи : материалы XI Республ. студ. науч. конф. (Донецк, 16 апреля 2025 года) / Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «ДОНАУИГС», Кафедра управления персоналом и экономики труда. – Донецк : ФГБОУ ВО «ДОНАУИГС», 2025. – С. 16–19. – URL: https://donampa.ru/images/ 2025/doc/cbornik_16_04.pdf (дата обращения: 08.10.2026).

УДК 159.9

ФАКТОРЫ ПРОТИВОСТОЯНИЯ МАНИПУЛЯЦИИ МОШЕННИКА

Юрчук Д.В., ORCID 0009-0009-7322-0585
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ.
yurchukdmitrii@yandex.ru

Введение. С развитием цифровых технологий обострилась проблема манипулятивных воздействий мошенников на свою жертву с целью завладения материальными средствами. Развитие мессенджеров и социальных сетей расширило возможности мошенников по оказанию скрытого воздействия с целью принуждения человека к передаче денежных средств в пользу злоумышленника.

Особую тревогу вызывают возможности манипуляторов оказывать воздействие на людей посредством генерируемых ИИ ложных текстовых и голосовых сообщений. Своевременное обнаружение обмана существенно усложняется возможностями персонификации ложного контента, генерируемого на основе предварительного обобщения сведений о потенциальной жертве.

Основная часть. В настоящее время проводится значительное количество исследований с целью выявить факторы противостояния манипуляции мошенников. В ходе исследований выявлено, что на возможность противостояния манипуляции значительное влияние оказывают ситуационные и социальные факторы, а также личностные качества адресата воздействия [1].

Ситуационный фактор: наличие достаточного количества времени для оценки ситуации снижает вероятность попадания человека в ловушки манипуляций мошенников; в свою очередь, дефицит времени повышает вероятность подверженности интернет-мошенничеству [3].

Одним из существенных *социальных факторов,* усложняющих противостояние манипуляции, является «давление авторитета», к которому многие люди чувствительны «по привычке» опыта подчинения родителям, учителям, власти. Мошенники активно используют атрибуты власти, доминирования, что делает противостояние мошеннику в глазах жертвы подобным противостоянию власти [1].

Личностные качества как фактор противостояния манипуляции различны и зависят от ориентированности манипулятивного воздействия на определенную сферу деятельности жертвы манипуляции, в которой манипулятор реализует свои цели. Экспериментальные исследования показывают наличие парадоксальных соотношений. В частности, в случае ориентированности манипулятивного воздействия на экономическую сферу личности (мошенничество) склонность к ответственности в сфере

межличностных и семейных отношений сопутствует уязвимости личности перед манипуляцией мошенника [2]. Объясняется это тем, что мошеннику важно удерживать близкий контакт, чтобы получить как можно большую материальную выгоду от взаимодействия, подобно тому, как в природе паразитирующие существа стараются удерживать как можно более близкий контакт с так называемым хозяином, выступающим источником их питания. Человек с ответственностью, подходящий к построению межличностных отношений, попадает в ловушку манипуляции, где его старания будут использованы с целью получения материальной выгоды.

Однако некорректно называть склонность к ответственности в сфере межличностных отношений дезадаптивным качеством личности. Данное качество сопутствует противостоянию манипуляции социальным восприятием личности другого человека. Субъектная позиция по отношению к межличностному взаимодействию в данном случае позволяет сохранить устойчивость собственного впечатления при восприятии человека, о котором распространяется дискредитирующая, фейковая информация [2].

Исходя из этого, представляется возможным предположить, что в случае ориентированности манипулятивного воздействия на ущерб в экономической сфере личности, экономико-психологические качества, такие как отношение человека к материальным ценностям, будут играть существенную роль в способности противостоять манипуляции мошенника.

Субъектная позиция по отношению к собственным материальным ценностям, умение ими рационально распоряжаться, способность человека самостоятельно управлять своей экономической деятельностью, возможно, станут ключевыми личностными качествами противостояния мошеннику, который стремится установить внешний контроль над экономической деятельностью адресата манипуляции. Однако данная гипотеза нуждается в эмпирическом подтверждении.

Информация о финансовой поддержке: *Работа выполнена в рамках государственного задания «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (No FRRE-2026–0029).*

Список литературы

1. Розенова, М.И. Психологические механизмы деструктивного манипулирования и стратегии профилактики цифрового мошенничества / М.И. Розенова, А.С. Огнев, Э.В. Лихачев // Современная зарубежная психология. 2025. – №14(2). – С. 26–37. DOI: 10.17759/jmfp.2025140203
2. Юрчук, Д.В. Психологические факторы устойчивости личности к различным видам манипулятивного воздействия / Д.В. Юрчук // Вестник Донецкого национального университета. Серия Д. Филология и психология. – 2026. – № 5. – С. 361–374. DOI: 10.5281/zenodo.22973897.
3. Verma, A. The impact of call spoofing on trust and communication: A user perception study / A. Verma // International Journal of Safety & Security Engineering. 2024. – №14(2). – P. 487–498. DOI: 10.18280/ijsse.140216

УДК 159.9:17

ПСИХОЛОГИЧНО ЛИ ПРОСТРАНСТВО: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

Яновский М.И., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000- 0002-9265-6917
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
m.i.yanovsky@mail.ru

Введение. В современных гуманитарных исследованиях понятие «пространство» активно применяется – в том числе в психологии личности, социальной психологии и когнитивных исследованиях. Особенно весомый вклад в освоение этого понятия внёс К. Левин, адаптировав категории «пространство» и «поле» применительно к психологии.

Понятие «пространство» в психологии употребляется двояко: как реальная внешняя среда, в которую включён субъект, и как метафора для структурного описания непространственных психических систем (сознания, когнитивных и ценностно-смысловых структур). Пространство и психика – вне друг друга. Но может ли у них быть единая первичная основа?

Идея усложнения образа пространства за счет прибавления к нему психологических измерений в науке встречается. Так, А. Н. Леонтьев предлагал модель 5-мерного образа мира (3 пространственных измерения + время + континуум значений и смыслов). Однако простое присоединение психологических измерений к физическим создаёт эклектическую модель: вариантов таких конструкций может быть много, и они зависят от произвола автора. Проблема эта очень сложная, однако вектор подобных исследования продуктивен для построения целостной картины мира.

Предпосылки представлений о пространстве. Традиционно пространство считали атрибутом физических явлений, отсутствующим у психических. Сомнения И. Канта в объективности привычных представлений о пространстве стимулировали развитие неевклидовых геометрий (Н. И. Лобачевский, Б. Риман). Важный синтез дал Г. Гельмгольц, отрефлексировавший базовые предпосылки того, что лежит в основе нашего понимания пространства:

1. Наличие протяжённого многообразия чего-либо.
2. Наличие константных неизменяемых тел.
3. Свободная подвижность.
4. Монодромия – многомерность пространства; свойство, проявляющееся в том, что из двух рядом находящихся тел одно может быть неподвижным, а другое двигаться, но так, что их взаимное расположение не меняется, т.е. другое – вращается на месте. Сопряженность и одновременно независимость двух измерений пространства, как в декартовой системе.

Эти предположения можно также трактовать как уровни генезиса пространства: от простейшей представленности многообразия к сложному, но упорядоченному многомерному пространству. Схожая логика у развития пространственного восприятия у ребёнка, согласно Ж. Пиаже: от фиксации разнообразия к координации разных движений и свойств.

Когда пространство используют как модель для описания систем, чаще всего опираются на простейшую его форму – протяжённое многообразие, применимое и к материальным, и к идеальным объектам (например, «понятийное пространство»). Это указывает на то, что пространство – атрибут не только внешнего мира, но любой сферы, где есть множество чего-либо. Но разделение на внешнее и внутреннее связано с более сложной структурой пространства – в частности, с монодромией, которая и задаёт дифференциацию этих уровней.

Монодромия как основа внешнего и внутреннего наблюдения. Под влиянием кантовской критики представлений о реальности Э. Мах переосмыслил соотношение физического и психического, рассматривая их не как разные субстанции, а как результаты разных форм опосредования контакта с непосредственным опытом. Он различал два типа наблюдения: внешнее (когда наблюдатель отстранён от наблюдаемого) и внутреннее (когда наблюдатель внутренне связан с наблюдаемым).

Монодромия как соседство измерений в пространстве служит исходной матрицей для обоих этих способов наблюдения. При внешнем наблюдении какой-либо объект фиксируется как некое другое, «второе» измерение, но то измерение, в котором находится сам наблюдатель, («первое») не фиксируется; так формируется представление о внешней реальности. При внутреннем наблюдении это «второе» измерение наоборот – делается фоном, а само наблюдение направляется на «первое» измерение – на множественность состояний самого наблюдателя. Такой тип наблюдения порождает представления о внутренней, субъективной реальности.

Монодромия и возникновение психического. Монодромия как способность пространства к многомерности позволяет описать психику (субъективное) как результат естественной эволюции самого пространства. Эту идею можно соотнести с рядом психологических концепций. Например, по А.Н. Леонтьеву, психическое возникает при появлении актуализируемого поисковой активностью сигнально-знакового измерения в физиологических реакциях раздражимости. Близок к этой схеме П.Я. Гальперин: психическое формируется через отстройку от объекта и построение образов-аналогов объекта в актуализируемом виртуальном измерении пространства.

Соотношение психического и физического удобно моделировать как две ортогональные оси, пересекающиеся в общей точке – некоем «драйвере», обеспечивающем взаимодействие этих уровней. Д.Н. Узнадзе в качестве такого драйвера рассматривал установку, а также выдвинул идею

«подпсихической реальности» – предположение о мало проявленной для нас субъективно-объективной основе реальности.

Классификация пространств по психологической специфике. Психологичность пространства позволяет предложить классификацию его типов не по содержанию (объектам, субъектам и т. п.), а по структурным свойствам, активно влияющим на протекающие в нём феномены. Три вида психологически структурированного пространства:

Пространство-ландшафт – структурировано неоднородностью сгущений и разрежений, пустот и сопротивлений движениям (физическим, ментальным, аффективным). Соответствует простейшему уровню пространственности по Гельмгольцу – наличию протяжённого многообразия.

Пространство-паутина – сеть связей и отношений в неустойчивом равновесии, обладающая «пружинящей» пластичностью. Сочетает свойства константности и подвижности, отражая второй и третий уровни пространственности Гельмгольца.

Гомогенное метрическое пространство – однородное, связное, нейтральное, с ортогональными измерениями. Соответствует зрелому уровню пространственности – монодромии.

Наши эксперименты показали, что задаваемый тип фонового психологического пространства влияет на восприятие и порождает разные когнитивные искажения. В «пространстве-ландшафте» пространство усиливает свойства объекта (например, если место кажется объёмнее, то объект воспринимается крупнее). В «пространстве-паутине» чаще возникает парадоксальная инверсия: навязывание позиции приводит к противоположному эффекту (объект кажется меньшим). В «метрическом пространстве» искажения минимальны, точность восприятия возрастает.

Психологическая структуризация пространства и когнитивные искажения. Выявленные типы пространства коррелируют с этапами развития пространственных представлений у детей по Ж. Пиаже: «пространство-ландшафт» соответствует «пространству мест», «пространство-паутина» – «пространству проекций». Ключевыми когнитивными операциями, продуцирующими эти типы представлений, согласно Пиаже, выступают «охватывание» и «прицеливание». Эти операции, понимаемые расширительно (в том числе как аффективные и социальные), могут формировать психологическое пространство соответствующей структуры – в том числе в социокультурных общностях.

Это открывает возможности для анализа социальных манипуляций. В частности, провоцирование операции «охватывания» (например, жадности, экспансии) продуцирует «пространство-ландшафт» и способствует ассимилятивным искажениям – в частности, гипердоверию. Формирование «паутины» отношений через критику, принуждение и т.п. (операция «прицеливания») порождает парадоксальные эффекты: принуждая другого,

субъект сам склонен действовать наоборот, что может проявляться в упрямстве, паранойяльной подозрительности и т. д. Продуктивное функционирование информационного и социокультурного пространства предполагает минимизацию искажений, что достижимо при формировании связного нейтрального пространства.

Заключение. Таким образом, анализ позволяет предполагать, что социальные и социально-психологические системы могут не только моделироваться через образ пространства, но также пониматься как пространства, наполненные психологически значимыми силами (валентностями), которые в той или иной степени влияют на поведение человека, восприятие объектов и той или иной информации.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование проводились при поддержке госбюджетной темы «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (код темы FRRE-2026-0029).*

УДК 159.955:303.425

ВЛИЯНИЕ МОТИВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СОПРОВОДИТЕЛЬНЫХ ПИСЕМ НА ЧАСТОТУ НЕ-ОТВЕТОВ И КОГНИТИВНОГО АУТСОРСА

Афанасьев Е.В., ORCID 0009-0002-4693-0230
ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук», г. Москва, РФ
afanasiev.evg.vl@yandex.ru

Введение. Изучение достоверности эмпирических данных, собираемых с помощью открытых вопросов анкет, традиционно ограничивается сатисфайтингом [1]. Однако широкое распространение генеративных языковых моделей привело к появлению когнитивного аутсорса, делегирования респондентами формулирования ответов искусственному интеллекту [2]. Одним из ключевых инструментов управления мотивацией респондента и качеством данных выступают сопроводительные письма, предваряющие анкетирование. Согласно теории «рычага значимости», тематическая релевантность сопроводительных писем обладают для разных респондентов разным субъективным «весом», что напрямую влияет на решение об участии в опросе [3]. Респонденты, для которых заявленная тема опроса была личностно значимой, чаще принимают решение о заполнении анкеты [4]. Более того, интерес к теме и её релевантность повышают вероятность содержательного ответа и внутри самой начатой анкеты [5]. Однако на сегодняшний день остается неизученным вопрос о том, как смещение фокуса сопроводительного письма (апелляция к значимости опроса для организаторов или для самих участников) влияет на выбор респондентом конкретной стратегии уклонения от когнитивных усилий – простого пропуска вопроса или обращения к генеративным моделям.

Цель данного исследования – изучить влияние мотивационной направленности сопроводительных писем на частоту не-ответов и когнитивного аутсорса в открытых необязательных вопросах.

Основная часть. Анализу были подвергнуты анкеты обратной связи Международной школы СНО 2025–2026 года. Формулировки вопросов были идентичны (за исключением номера дня школы). Анализу были подвергнуты следующие вопросы: «Почему именно его (мероприятие) Вы считаете наиболее полезным?», «Поделитесь инсайтом (внезапным озарением), если осознали что-то интересное в рамках участия в 1/2/3 дне»,

«Ваши впечатления и комментарии за 1/2/3 день Школы». Причина выбора именно этих вопросов – их тип: открытые, необязательные.

Однако различались формулировки сопроводительных писем, с которыми рассылались анкеты обратной связи. В случае школы СНО 2025 года они содержали апелляцию к значимости заполнения опросов участниками для организаторов: «обратная связь очень важна для нас. Пройти опрос – поднять настроение организаторам». Анкеты школы СНО 2026 рассылались с письмами, апеллирующими к значимости для участников: «для фиксирования Вашего присутствия и активности просим заполнить форму обратной связи по ссылке…».

Было подсчитано число не-ответов и случаев когнитивного аутсорса по каждой анкете. В качестве средства обнаружения сгенерированного ИИ контента использовался детектор aidetectorwriter.com точностью 71% [1].

Выборку составили 322 участника Международной школы СНО 2025 (226 женщин и 96 мужчин, средний возраст – 25,46, стандартное отклонение – 8,62) и 309 участников школы СНО 2026 (229 женщин и 80 мужчин, средний возраст – 24,62, стандартное отклонение – 8) Общее количество уникальных участников за оба года составило 594 человека, 37 респондентов заполнили анкеты в обоих годах (426 женщин и 168 мужчин, средний возраст – 24,82, стандартное отклонение – 8,14). При этом общее количество собранных ответов превышает число участников из-за многодневного характера опросов: 946 анкет за три дня в 2025 году и 581 анкета за два дня в 2026 году.

Т-тест Стьюдента для парных выборок обнаруживает значимое снижение частоты не-ответов в анкетах, сопровождавшихся описаниями, апеллирующими к значимости для участников ($t = -2.233$ (1525); $p = 0.026$) и снижение частоты когнитивного аутсорса в случае анкет, сопровождавшихся описаниями, апеллирующими к значимости для организаторов ($t = 3.73$ (1525); $p < 0.001$).

Полученные результаты демонстрируют выраженную диссоциацию во влиянии формулировок сопроводительных писем на различные формы снижающего достоверность поведения. Сопроводительные письма, апеллирующие к прагматической значимости для участников, создают внешний административный стимул. Этот стимул эффективно подавляет стратегию прямого уклонения, что выражается в значимом снижении частоты не-ответов. Напротив, апелляция к значимости для организаторов актуализирует просоциальную мотивацию респондентов. Данный стимул обусловливает значимое снижение частоты делегирования ответов искусственному интеллекту. Вероятно, просоциальная установка на искреннюю коммуникацию и эмпатия делают использование обезличенных генеративных текстов психологически неприемлемым для респондента.

Заключение. Таким образом, формулировки сопроводительных писем оказывают избирательное воздействие на стратегии поведения

респондентов при заполнении открытых вопросов. Апелляция к прагматической потребности участника зафиксировать свою активность выступает эффективным инструментом снижения доли не-ответов, но не предотвращает использование генеративных моделей. В то же время, просоциальная апелляция к значимости ответов для организаторов служит действенным органическим барьером против когнитивного аутсорса.

Список литературы

1. Krosnick, J. A. Response strategies for coping with the cognitive demands of attitude measures in surveys / J. A. Krosnick //Applied cognitive psychology. – 1991. – Т. 5. – №. 3. – P. 213-236. DOI: 10.1002/acp.2350050305.
2. Zhang, S. Generative AI meets open-ended survey responses: Research participant use of AI and homogenization / S. Zhang, J. Xu, A. J. Alvero // Sociological Methods & Research. – 2025. – Т. 54. – №. 3. – P. 1197-1242. DOI: 10.1177/00491241251327130.
3. Groves, R. M., Leverage-saliency theory of survey participation: description and an illustration / R. M. Groves, E. Singer, A. Corning // The Public Opinion Quarterly. – 2000. – Т. 64. – №. 3. – P. 299-308. DOI: 10.1086/317990.
4. Groves, R. M. The role of topic interest in survey participation decisions / R. M. Groves, S. Presser, S. Dipko // Public Opinion Quarterly. – 2004. – Т. 68. – №. 1. – P. 2-31. DOI: 10.1093/poq/nfh002.
5. Holland, J. L. The influence of topic interest and interactive probing on responses to open-ended questions in web surveys / J. L. Holland, L. M. Christian // Social Science Computer Review. – 2009. – Т. 27. – №. 2. – P. 196-212. DOI: 10.1177/0894439308327481.
6. Афанасьев, Е. В. Относительное восприятие позиции вопроса в анкете как предиктор когнитивного аутсорса и не-ответов / Е. В. Афанасьев // Конкурс научно-исследовательских работ студентов Студенческого научного общества МГУ имени М.В. Ломоносова : Сборник тезисов конкурса, Москва, 02–17 декабря 2025 года. – Москва: ООО "Издательский дом КДУ", 2026. – С. 33. – EDN XIOHGJ.

УДК 159.923

ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ НА ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ИДЕНТИЧНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЮРИДИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

Богославская К.Э., ORCID 0009-0002-7947-7786
ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»,
г. Таганрог, Ростовская обл., РФ
bogoslavskaya.01@mail.ru

Введение. Цифровая среда стала для современных студентов не вспомогательным инструментом, а пространством, в котором протекают познание, общение, самопрезентация и значительная часть профессиональной социализации. Для обучающихся юридического профиля, чья будущая деятельность предполагает работу с информацией,

оценку достоверности источников и ответственность за правовые последствия решений, влияние цифровой среды на ценностно-смысловую сферу и формирование профессиональной идентичности приобретает особую значимость.

Основная часть. Профессиональная идентичность понимается как осознание человеком своей принадлежности к профессиональному сообществу и принятие его норм и ценностей; её становление приходится на юношеский возраст и связано с разрешением кризиса идентичности [1, с. 42]. Ценностные ориентации, в свою очередь, выступают устойчивыми смысловыми образованиями, регулирующими выбор профессиональных позиций [2, с. 78]. В цифровой среде оба процесса приобретают новые характеристики: расширяются источники ценностных образцов, возрастает роль неформальных сообществ и публичных фигур, усиливается нагрузка на самоопределение.

К позитивным влияниям цифровой среды можно отнести доступность нормативных актов, судебной практики и доктринальных материалов, возможность участия в профессиональных онлайн-сообществах, ознакомление с реальной практикой работы юристов, развитие навыков поиска и анализа информации. Для обучающегося это расширяет представления о профессии и способствует более осознанному профессиональному самоопределению.

Вместе с тем, выявляется ряд психологических рисков. Во-первых, фрагментарность и скорость потребления информации затрудняют глубокую аналитическую работу, необходимую юристу, и поощряют поверхностные суждения. Во-вторых, популярный контент юридической тематики (короткие видео, блоги, «лайфхаки») нередко упрощает право до набора приёмов и формирует мифологизированный образ профессии, ориентированный на успех, доход и публичную узнаваемость, а не на законность, справедливость и служение. В-третьих, среда социальных сетей смещает акцент с внутренней оценки на внешнее одобрение, что может приводить к преждевременному принятию готовых идентичностных образов без самостоятельного поиска, описанному в логике кризиса идентичности [1, с. 57–58].

Влияние цифровой среды неоднозначно и опосредовано индивидуально-психологическими факторами: уровнем цифровой компетентности, сформированностью критического мышления, устойчивостью ценностно-смысловой сферы, характером учебной и семейной поддержки [2, с. 86]. Поэтому одинаковые цифровые условия могут способствовать как углублению профессиональной идентичности, так и её диффузии, когда студент не может соотнести многообразие предлагаемых образцов со своими ценностями.

На основании изложенного можно обозначить направления психолого-педагогического сопровождения: развитие цифровой

компетентности, включающей навыки критической оценки источников и безопасного поведения [3, с. 119]; включение в содержание подготовки заданий на анализ этических дилемм цифровой коммуникации; организация рефлексии, в которой студент соотносит образ юриста, транслируемый в цифровой среде, с нормами профессиональной этики и собственными ценностями; поддержка наставнического общения с практикующими юристами и преподавателями как противовеса фрагментарным цифровым образцам; формирование осознанного отношения к применению систем искусственного интеллекта как вспомогательного инструмента, не заменяющего профессиональную оценку. Психологические механизмы данного влияния связаны, в частности, с социальным сравнением, при котором студент соотносит себя с идеализированными образами успешных профессионалов, и с алгоритмической персонализацией контента, формирующей замкнутый круг однородных мнений. Для юридической профессии существенно и то, что цифровой след выступает частью будущей профессиональной репутации. Публикации, комментарии и профили студента в социальных сетях формируют его публичный образ, который в дальнейшем оценивается работодателями, клиентами и профессиональным сообществом. Следовательно, становление профессиональной идентичности в современных условиях включает формирование ответственного цифрового поведения как элемента профессиональной этики.

Принципиальным представляется различие логик цифровой и профессиональной среды. Цифровая коммуникация поощряет скорость, краткость и популярность, тогда как юридическая деятельность требует точности формулировок, обоснованности выводов и ответственности за последствия. Столкновение этих логик порождает внутренний ценностный конфликт, который при отсутствии рефлексии разрешается в пользу внешне привлекательных, но профессионально поверхностных ориентиров. Выявление и осознание такого конфликта самим обучающимся является необходимым условием интеграции цифрового опыта в целостную профессиональную идентичность, а не его противопоставления ей.

Следует учитывать и динамику влияния цифровой среды на разных этапах обучения. На младших курсах цифровая среда преимущественно задаёт первичные представления о профессии и ориентиры самоопределения, на старших – становится пространством профессиональных проб, стажировок и поиска трудоустройства, где ценностные ориентации проверяются реальными выборами. Это требует дифференцированного сопровождения – от формирования базовой медиаграмотности и критического отношения к правовому контенту до обсуждения вопросов профессиональной репутации, этики публичных выступлений и ответственности за распространяемую информацию.

Существенное значение имеет и диагностическая составляющая. Для выявления связи между характером цифровой активности

(продолжительность и содержание использования ресурсов, участие в профессиональных сообществах, способы самопрезентации) и особенностями ценностных ориентаций и профессиональной идентичности необходимо применять валидизированные методики в сочетании с качественным анализом, что позволит отличить адаптивные формы цифрового поведения от тех, которые затрудняют становление идентичности.

Заключение. Таким образом, цифровая среда выступает одновременно ресурсом и фактором риска для становления ценностных ориентаций и профессиональной идентичности будущих юристов. Направленность влияния определяется не столько самими технологиями, сколько уровнем цифровой компетентности, зрелостью ценностно-смысловой сферы и качеством сопровождения. Дальнейшее исследование предполагает эмпирическое изучение выявленных взаимосвязей в рамках диссертационной работы.

Список литературы

1. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон ; пер. с англ. ; общ. ред. А. В. Толстых. – Москва : Прогресс, 1996. – 344 с.
2. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Смысл, 2007. – 511 с.
3. Солдатова, Г. У. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность / Г.У. Солдатова, Е. И. Рассказова, Т. А. Нестик. – Москва : Смысл, 2017. – 375 с. ISBN 978-5-89357-363-3.

УДК 159.9:378.147:004.8

ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Васюк А.А., ORCID 0009-0001-9327-7054,
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет», г. Луганск, РФ
vasyuk-90@yandex.ru

Введение. Развитие технологий искусственного интеллекта и расширение возможностей их применения в различных сферах общественной жизни подталкивают научное сообщество к пересмотру отдельных подходов к профессиональной подготовке специалистов. В Национальной стратегии развития искусственного интеллекта на период до 2030 года определены основные направления разработки и внедрения технологий искусственного интеллекта, в том числе в социогуманитарной сфере [1].

Цель исследования заключается в теоретическом обосновании необходимости формирования готовности будущих педагогов-психологов к критическому использованию искусственного интеллекта при решении профессиональных задач, уточнении содержания данного понятия и определении перспектив дальнейшего исследования рассматриваемой проблемы.

Основная часть. Отдельные аспекты рассматриваемой проблемы исследуются и в отечественной педагогической науке. В частности, И. О. Котлярова и А. А. Карташова рассматривают научные предпосылки формирования критического мышления будущих педагогов-психологов при взаимодействии с искусственным интеллектом [3].

В российских научных исследованиях вопросы формирования готовности будущих педагогов к использованию искусственного интеллекта рассматриваются в основном в контексте процесса совершенствования содержания и методов профессионального образования. Так, А. Б. Жаркой, В. В. Савгачев и другие выделяют мотивационно-ценностный, когнитивный и операционально-деятельностный компоненты готовности будущих педагогов к применению технологий искусственного интеллекта и предлагают педагогическую модель её формирования и развития [4]. Кроме того, отдельного внимания заслуживает исследование И. М. Яковлевой и Ю. А. Афанасьевой, которое посвящено анализу готовности студентов педагогических специальностей готовности к использованию технологий искусственного интеллекта в профессиональной деятельности и выявлению таких затруднений [5]. В научных трудах В. В. Копыловой и В. В. Гриншкуна обосновываются подходы к подготовке будущих педагогов к использованию интеллектуальных технологий для реализации профессиональной коммуникаций [6], а Т. Б. Павлова предложила типологию ИИ-инструментов педагога, которая учитывает их назначение и связь с профессиональными функциями [8]. Впрочем, несмотря на общую тенденцию повсеместного использование систем искусственного интеллекта часть исследователей усматривают в этом и негативные аспекты [7], в частности как угрозу информационно-психологической безопасности молодежи.

Обзор современных исследований в этом направлении показывает необходимость целенаправленного формирования готовности будущих педагогов-психологов к критическому использованию искусственного интеллекта при решении профессиональных задач [9].

Заключение. В результате анализа научной литературы мы определили, что готовность будущего педагога-психолога к критическому использованию искусственного интеллекта необходимо рассматривать как готовность, которая предполагает комплекс специальных знаний,

оценочных умений, профессиональной ответственности и способности к самостоятельному обоснованию принимаемых решений.

Дальнейшая исследовательская работа будет предусматривать разработку нами содержания и методов профессиональной подготовки, направленных на обеспечение приобретения будущими специалистами опыта критической оценки интеллектуальных систем при решении психолого-педагогических задач.

Список литературы

1. О развитии искусственного интеллекта в Российской Федерации : Указ Президента Российской Федерации от 10 октября 2019 г. № 490 (в ред. Указа Президента Российской Федерации от 15 февраля 2024 г. № 124) // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: https://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201910110003 (дата обращения: 08.10.2026). – Текст : электронный.
2. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» : приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н (зарегистрирован в Минюсте России 18 августа 2015 г. № 38575) // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: https://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201508200035 (дата обращения: 08.10.2026). – Текст : электронный.
3. Котлярова, И. О. Эволюция взглядов на формирование у будущих педагогов-психологов критического мышления для взаимодействия с искусственным интеллектом / И. О. Котлярова, А. А. Карташова // Педагогическое образование в России. – 2026. – № 4. – С. 248–261. – URL: https://pedobrazovanie.ru/archive/2026/4/evolyutsiya-vzglyadov-na-formirovanie-u-budushchikh-pedagogov-psikhologov-kriticheskogo-myshleniya-dlya-vzaimodejstviya-s-iskusstvennym-intellektom (дата обращения: 08.10.2026). – Текст : электронный.
4. Жаркой, А. Б. Формирование готовности будущих учителей к использованию искусственного интеллекта в профессиональной деятельности / А. Б. Жаркой, В. В. Савгачев, Ю.А. Беляева, Н. Ю. Кипятков, А. М. Гатина // Вестник педагогических наук. — 2025. – № 10. – С. 12–18. EDN: VJNDOZ.
5. Яковлева, И. М. Готовность будущих педагогов к использованию искусственного интеллекта в профессиональной деятельности: результаты эмпирического исследования / И. М. Яковлева, Ю. А. Афанасьева // Журнал педагогических исследований. – 2025. – Т. 10, № 3. – С. 92–100. – DOI: 10.12737/2500-3305-2025-10-3-92-100. – EDN: MGHVJP.
6. Копылова, В. В. О подходах к подготовке педагогов к использованию технологии искусственного интеллекта для коммуникаций в профессиональной деятельности / В. В. Копылова, В. В. Гриншкун // Вестник МГПУ. Серия: Информатика и информатизация образования. – 2025. – № 1 (71). – С. 7–20. – DOI: 10.24412/2072-9014-2025-171-7-20. – EDN: RUIWZD.
7. Васюк, А. А. Искусственный интеллект как фактор трансформации когнитивных процессов обучающихся / А. А. Васюк // Педагогика, психология и дефектология: опыт, достижения, перспективы : Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 105-летию Луганского государственного педагогического университета, Луганск, 07–08 апреля 2026 года. Том 3. Становление субъекта жизненного пути в современном социально-психологическом

пространстве. – Луганск: Луганский государственный педагогический университет, ИП Орехов Д.А., 2026. – С. 86-91. – EDN UIJKMI.
8. Павлова, Т. Б. Типология инструментов педагога на основе искусственного интеллекта в проблемном поле цифровизации образования / Т. Б. Павлова // Педагогика. Вопросы теории и практики. – 2025. – Т. 10, вып. 10. – С. 1648–1658. – DOI: 10.30853/ped20250197.
9. Васюк, А. А. Искусственный интеллект и производство фейков: новые угрозы информационно-психологической безопасности общества / А. А. Васюк // Медиабудущее: искусственный интеллект как вызов ноосфере : Материалы всероссийской конференции, Липецк, 29 мая 2025 года. – Москва, 2025. – С. 69-75. – DOI 10.18334/9785912925672.69-75. – EDN BBHGPA.

УДК 159.9

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОБЛЕМНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНТЕРНЕТА С ЛИЧНОСТНЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ПОДРОСТКОВ

Гановичев И.Д., ORCID 0009-0006-0597-6338,
Большунова Н.Я., д-р психол. наук, проф., ORCID 0000-0001-8826-1499
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет»,
г. Новосибирск, РФ
gidgrand@mail.ru, nat_bolshunova@mail.ru

Введение. Цифровая среда встроена в повседневность подростков, опосредуя общение, обучение и поиск идентичности [3]. Подростковый возраст занимает в этой проблеме особое место в силу потребности в принадлежности к группе, несформированности эмоциональной саморегуляции и технофилии [1; 5].

Проблемное использование интернета (далее – ПИИ) взаимосвязано с личностными характеристиками подростков [5]. Под данными характеристиками подразумеваются эмоциональная дисрегуляция, агрессивность, низкая самооценка и трудности смыслообразования [1; 2; 4; 5].

Влияние сети определяется характером взаимодействия и его последствиями для личности [5]. В подростковом возрасте выделяются формы взаимодействия. Одним из них является кибербуллинг. Это систематическая травля, в которой анонимность агрессора и неограниченная аудитория свидетелей усиливают травматический эффект для жертвы [1; 3]. Стоит так же обратить внимание на невоплощенность в интернете, представляющая собой экзистенциальное отчуждение от телесного Я [2]. Все эти проявления объединены общим ядром, включающим утрату контроля, компульсивность и негативные последствия для функционирования и эмоционального состояния [5].

Невозможность использовать и управлять эмоциями является самостоятельным предиктором киберагрессии. Подростки прибегают к агрессии как к компенсаторному способу совладания [5]. Развитый эмоциональный интеллект выполняет буферную функцию [5]. У жертв кибербуллинга также обнаруживается дефицит регуляции негативных эмоций, что повышает риск психопатологии [1]. Низкая эмпатия и проблемы контроля гнева относятся к чертам агрессоров [1; 4].

Стоит отметить так же ценностно-смысловую сферу. Невоплощенность снижает осмысленность жизни по всем направлениям, поскольку подросток утрачивает способность черпать смысл в целях [2]. Отчуждение от тела бестелесного Я лишает человека ощущения, что он управляет своей жизнью и что время течёт непрерывно. Из-за этого возникает чувство бессмысленности [2].

Агрессивность и конфликтность обнаруживают устойчивые связи с киберагрессией. Она сопряжена с агрессивным поведением в школе, проблемами контроля гнева и установками на нарушение норм. Также обратно связана с позитивными установками к институциональной власти [4]. Значительная часть жертв и агрессоров в школе сохраняют ту же роль онлайн, что свидетельствует о киберагрессии в структуре антисоциального поведения [4].

Модель компенсаторного использования рассматривает интернет как стратегию совладания с негативными эмоциями. Виртуальное пространство даёт немедленное облегчение, но носит замещающий характер [5; 2]. Эффект онлайн-растормаживания объясняет благоприятность цифровой среды для агрессии, так как анонимность и невозможность немедленного наказания снижают чувство ответственности [1; 3]. Подросток не воспринимает свои действия как вредоносные, потому что последствия остаются невидимыми [5].

Эмоциональный интеллект выступает ключевым защитным ресурсом. Способность использовать эмоции и регулировать их является фактором снижения вероятности киберагрессии [5]. Благодарность и высокая самооценка не показали самостоятельной предсказательной силы [5]. Следовательно, в профилактике стоит сосредоточиться на развитии эмоциональных компетенций. Прощение и социальная поддержка относятся к дополнительным буферным факторам, поскольку связаны с меньшей эмоциональной болью и более низким суицидальным риском у жертв травли [1].

Заключение. ПИИ у подростков является следствием взаимодействия личностных характеристик и свойств сети. За различными формами деструктивного киберсерфинга стоит общее ядро, включающее дефицит эмоциональной регуляции, агрессивность, низкую самооценку, тревогу и трудности смыслообразования [1; 2; 4; 5]. Наиболее уязвимы подростки с

эмоциональной дисрегуляцией и опытом кибервиктимизации [5]. Эмоциональный интеллект выступает ключевым защитным ресурсом [5].

Список литературы

1. Карауш, И. С., Кибербуллинг и суицидальное поведение подростков / И.С. Карауш, И.Е. Куприянова, А.А. Кузнецова // Суицидология. – 2020. – Т. 11, № 1 (38). – С. 117–129. – DOI: 10.32878/suiciderus.20-11-01(38)-117-129.
2. Коптева, Н. В. Внеплощенность в Интернете как предиктор смыслоутраты (на примере студентов) / Н.В. Коптева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – Т. 8, № 4. –URL: https://mir-nauki.com/PDF/62PSMN420.pdf (дата обращения: 01.09.2026).
3. Солдатова, Г. У. Виды киберагрессии: опыт подростков и молодежи / Г.У. Солдатова, Е.И. Рассказова, С.В. Чигарькова // Национальный психологический журнал. – 2020. – № 2 (38). – С. 3–20. – DOI: 10.11621/npj.2020.0201.
4. Buelga, S. Cyberbullying among Adolescents: Psychometric Properties of the CYB-AGS Cyber-Aggressor Scale / S. Buelga, J. Postigo, B. Martinez-Ferrer, M. Cava, J. Ortega-Barón // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2020. –Vol. 17 (9). – P. 3090. – DOI: 10.3390/ijerph17093090.
5. Yudes, C. Predictive Factors of Cyberbullying Perpetration amongst Spanish Adolescents / C. Yudes, L. Rey, N. Extremera // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2020. – No. 17. – P. 3967. – DOI: 10.3390/ijerph17113967.

УДК 159.9:316.6

СПЕЦИФИКА ЦИФРОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОЙ ПЕРЦЕПЦИИ ОБРАЗА ТЕЛА

Зарубей Р.С.,
Емец И.А., канд. филос. наук, ORCID 0000-0003-0009-6498
ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия», г. Макеевка, ДНР, РФ
ruslanazarubei@yandex.ru; emets_ira@mail.ru

Введение. В условиях современного общества цифровое пространство превращается в ключевую сферу социального взаимодействия: согласно данным исследований, вовлеченность россиян в социальные сети и мессенджеры составляет почти 86% респондентов, в среднем интернет-пользователь, практикующий чат-общение, состоит в 14 различных чатах, практически ежедневно проводя в них от 4,5 до более 8 часов в день [1]. Процессы социализации, самопрезентации и идентификации разворачиваются в качественно новой коммуникативной среде, опосредованной цифровыми технологиями.

Цифровая среда формирует особый контекст для социальной перцепции, репрезентуя преимущественно позитивно оцениваемые стороны жизни: профессиональные достижения, материальное благополучие, внешнюю привлекательность, идеализированные отношения

и разнообразные формы самореализации, Контент, создаваемый популярными блогерами и сообществами, не только информирует, но и целенаправленно формирует у аудитории определённые ценностные установки и ожидания, не соответствующие реальной действительности и не достижимые основной массой аудитории. В данном контексте актуализируется необходимость исследования специфики цифровых коммуникативных практик, значимых для восприятия образа тела.

Цель исследования – выделить и охарактеризовать специфические черты социальных коммуникаций в цифровой среде, значимые для восприятия образа тела.

Основная часть. Понятие цифровой коммуникации охватывает широкий спектр взаимодействий, осуществляемых посредством цифровых устройств и интернет-каналов, принципиально изменяющих условия коммуникативного процесса. В отечественной психологии цифровая коммуникация рассматривается как особый вид опосредованного различными знаковыми системами общения, характеризующегося мультимодальностью интернет-дискурса и обладающего собственной спецификой, что отражается на исследовательском материале и требует специальных методологических подходов [2, с.27].

Среди ключевых характеристик цифровой коммуникативной среды исследователи выделяют опосредованность, анонимность и дистанционность, что, ввиду невозможности непосредственного восприятия оппонента при взаимодействии, искажает эмоциональные и невербальные сигналы, снижает социальные риски и позволяет скрывать или модифицировать идентичность, позволяя контролировать самопрезентацию [3].

Помимо этого цифровая коммуникация обладает асинхронностью, мультимедийностью, гипертекстуальностью и персистентностью (сохранностью цифрового следа), позволяя пользователю продумать реакцию, редактировать и корректировать свой образ до публикации (это особенно важно для самопрезентации), и создавая полимодальную среду, в которой визуальные образы приобретают особую значимость [4]. Персистентность, с одной стороны, дает возможность вернутся в прошлое, а с другой – усиливает давление на пользователя при выборе текста [5].

Типология цифровых коммуникаций может быть выстроена по нескольким основаниям: степени публичности (от открытых профилей до приватных сообщений), синхронности, модальности и целям взаимодействия. Однако для понимания влияния цифровой среды на образ тела наиболее значимой представляется визуальная составляющая коммуникации. Социальные сети, построенные на визуальном контенте, создают условия, в которых тело становится центральным объектом самопрезентации и социальной оценки [4].

Центральным психологическим механизмом, актуализируемым в цифровой среде, является самопрезентация, также обретающая в цифровой среде специфические черты: 1) селективность – возможность отбора необходимой информации, фотографий и статусов, формирующих и желаемый образ [3]; 2) редактирование и фильтрацию – использование фильтров, ретуши и коррекции изображений, особенно в визуальных социальных сетях [4]; 3) множественность и неопределенность аудитории цифровой самопрезентации – определяет выбор стратегий и усиливает ориентацию на внешние стандарты [4].

Визуальная самопрезентация молодёжи активно используется для демонстрации собственной успешности и внешней привлекательности. Инструментами мониторинга тела в социальных сетях, выступают: 1) селфи-активность; 2) социальное сравнение; 3) обратная связь. Селфи-активность – способствует идеализации, в то же время усугубляя психопатологическую симптоматику у лиц с расстройствами пищевого поведения. Оценка себя через сопоставление с другими – выступает предиктором тревожности и нестабильной самооценки у взрослых [6], поскольку сравнение почти исключительно является восходящим, что вызывает зависть и чувство неполноценности, причём не только в отношении физической внешности, но и в отношении личности и образа жизни. Так, экспозиция контента, транслирующего идеалы тела, значительно снижает удовлетворённость собственным телом у молодых женщин а алгоритмы персонализации, подбирающие контент на основе предпочтений пользователя, усиливают этот эффект [4]. Обратная связь – лайки, комментарии, репосты и просмотры выступают количественными и качественными маркерами социального одобрения, подчёркивая роль социального сравнения как ведущего механизма воздействия социальных сетей на самооценку [6]. Негативная обратная связь в цифровой среде может принимать форму кибербуллинга, жертвы которого подвержены высоким рискам развития тревожных и депрессивных расстройств, снижению самооценки и социальной изоляции [7].

Заключение. В современном обществе цифровые коммуникативные практики, формируя специфическую среду, выступают значимым фактором трансформации образа тела, помимо позитивного влияния, создавая риски для психического благополучия, проявляющиеся в снижении самооценки и удовлетворённости телом, росте тревожности и депрессивных состояний, усугублении расстройств пищевого поведения и социальной изоляции. Это обусловливает необходимость более детального анализа влияния социальных сетей на восприятие образа собственного тела.

Список литературы

1. ВЦИОМ. Социальные сети и мессенджеры: вовлеченность и предпочтения [Электронный ресурс]. – Москва, 2023. – URL: https://wciom.ru/analytical-reviews/

analiticheskii- obzor/socialnye-seti-i-messendzhery-vovlechennost-i-predpochtenija (дата обращения: 6.10.2026).
2. Радина, Н. К. Ресурсы постнеклассической психологии для изучения цифровой коммуникации / Н.К.Радина, А.В.Козлова // Культурно-историческая психология. – 2025. – Том 21. – № 1. – С. 24–33. DOI: 10.17759/ chp.2025210103
3. Корниенко, Д. С. Фальшивая самопрезентация подростков в социальных сетях: связь с характеристиками использования социальных сетей и одиночеством / Д.С. Корниенко, Н.А. Руднова. // Социальная психология и общество. – 2024. – Том 15. – № 2. – С. 47—64. DOI: 10.17759/sps.2024150204
4. Антюшина, Д. Н. Визуальная самопрезентация молодежи в цифровых медиа как практика креативных индустрий / Д.Н. Антюшина // Молодой ученый. – 2026. – № 20 (623). – С. 960-963.
5. Кочетова, Ю. А. Подросток в цифровой среде: идентичность и образ себя. / Ю.А. Кочетова, М.В. Климакова // Социальные науки и детство. – 2025. – Т. 6. – № 3. – С. 85-98. DOI: 10.17759/ssc.2025060306
6. Мясникова, А. В. Социальное сравнение в цифровой среде как предиктор тревожности и нестабильной самооценки у взрослых / А. В. Мясникова // Молодой ученый. – 2026. – № 20 (623). – С. 866-870. – URL: https://moluch.ru/archive/623/136577.
7. Ганузин, В. М. Буллинг, кибербуллинг и антибуллинговые школьные программы. / В.М.Ганаузин // Практическая медицина. – 2025. – Т. 23. – № 4. – С. 54-58 DOI: 10.32000/2072-1757-2025-4-54-58

УДК 159.92

НОВЫЕ ПАТТЕРНЫ ПОЗНАНИЯ В УСЛОВИЯХ СИМБИОЗА ЧЕЛОВЕКА И МАШИНЫ

Иванченко В.Я., канд. экон. наук, доц., ORCID 0000-0003-3373-0467,
Московская Т.В., ORCID 0009-0000-8699-9801
ФГБОУ ВО «Донецкий национальный университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского», г. Донецк, РФ
vikuc2763@mail.ru, mtv1368@bk.ru

Введение. Глубокая интеграция систем искусственного интеллекта (ИИ) в повседневные и профессиональные практики знаменует собой переход от использования цифровых инструментов к модели гибридного интеллекта, что ставит перед когнитивной наукой вопрос об изучении нейропластической перестройки мозга. Данное исследование посвящено анализу трансформаций высших психических функций, возникающих в условиях постоянного делегирования алгоритмам операций по поиску, обработке и синтезу информации.

Цель работы – выявить и систематизировать изменения в паттернах внимания и когнитивного контроля у пользователей ИИ, в частности, изменение стратегий поиска истины, доверия к источникам и индивидуальной ответственности за результат мыслительной деятельности.

Основная часть. На протяжении столетий инструменты, служащие внешними носителями памяти (от абака до персонального компьютера), расширяли физические возможности человека. Искусственный интеллект, и, в частности, большие языковые модели (LLM), знаменует собой качественный скачок. Автоматизированная система сегодня перестает быть пассивным хранилищем данных и становится активным агентом, способным к синтезу, интерпретации и генерации смыслов.

Симбиоз человека и машины в когнитивной сфере означает, что граница между внутренним (нейронным) и внешним (алгоритмическим) мышлением становится проницаемой. Если классическая когнитивная психология XX века рассматривала мозг как изолированный процессор, то в XXI веке познание необходимо анализировать как работу гибридной системы «ЧЕЛОВЕК – ИНТЕРФЕЙС – ИИ КАК БАЗА ДАННЫХ».

Сегодня искусственный интеллект окончательно перешел в разряд инфраструктурных элементов повседневности. Делегирование алгоритмам рутинных операций – от навигации транспортных потоков до генерации академических текстов – позволяет пользователю достигать результата с минимальными когнитивными затратами. Эта тенденция охватывает и высокоспециализированные области, где ранее задачи считались неразрешимыми из-за вычислительной сложности или большого объема данных: физику, биологию, генетику, медицину, агротех, аэрокосмическую отрасль, юриспруденцию, криминалистику и др.

П.А. Байгужин, Д.З. Шибкова, Р.И. Айзман указывают, что в условиях избытка данных первостепенным навыком становится не интеллектуальный анализ и синтез (как раньше), а умение оперативно ориентироваться в потоке и отбирать информацию. Это новый паттерн: мозг эволюционирует от «хранилища знаний» к «диспетчерскому центру», который решает, какой информации дать доступ к сознанию, а какую отсечь как шум [1, с. 50].

Психологическая реакция пользователя на ответы нейросетей может быть двойственной. Если ИИ выдает результат, не совпадающий с ожиданиями, у человека возникает раздражение, что ведет или разочарованию в технологии и отказу от ее использования, или к пониманию необходимости самостоятельно додумывать причину полученного ответа. Если же результат оказывается полезным, пользователь испытывает радость, а уровень доверия к ИИ растет, и человек обращается к машине чаще.

С одной стороны, интеграция ИИ повышает продуктивность деятельности. С другой, наблюдается тенденция к «алгоритмизации» мышления, когда когнитивные процессы пользователя подстраиваются под логику машинного вывода, и человек начинает воспринимать компьютерную программу или интерфейс как живое существо (например, как собеседника). При этом внимание сужается: пользователь замечает только ту информацию, которая соответствует его запросу, и игнорирует технические детали.

В результате постоянного взаимодействия с ИИ-посредником мозг привыкает работать по шаблонам. Это приводит к мышлению стандартными категориями, заложенными в логику программы, и со временем потери гибкости мышления, постоянной опоре на готовые алгоритмы.

По утверждению Г.С. Джуры, цифровая среда разрушает привычку к линейному чтению, поскольку в интернете пользователи перемещаются по тексту избирательно, конструируя собственный смысл из разрозненных фрагментов. На восприятие информации, конечно, влияют личные когнитивные настройки каждого [3, с. 545].

В исследовании Ф.Н. Винокурова предлагается рассматривать использование человеком искусственного интеллекта «отчасти … и как взаимодействие с Другим, и как взаимодействие с частью Мира», поскольку данная интеракция в человеческом сознании имитирует межличностные отношения, выстраивая диалог на социальном уровне [2, с. 89].

Взаимодействие человека и искусственного интеллекта неизбежно порождает ряд острых этических проблем. Вопросы защиты персональных данных, скрытой дискриминации в алгоритмах и непрозрачности механизмов принятия решений нейросетями сегодня занимают центральное место в дискуссиях как в научной среде, так и среди практикующих специалистов. Проблема использования ИИ для выполнения учебных работ волнует многих исследователей. Хотя сгенерированный текст почти всегда уникален для систем проверки на плагиат, его можно вычислить специализированными детекторами. На практике борьба с академической нечестностью осложняется тем, что не все преподаватели умеют работать с AI-инструментами, а сама процедура проверки требует дополнительных ресурсов, которых у педагогов зачастую нет [4, с. 996].

Паттерны познания теперь формируются не только педагогом, но и приложениями интерфейса или алгоритмом нейросети. Складывается противоречивая ситуация: избыток данных, предоставляемых искусственным интеллектом, парадоксальным образом сужает интеллектуальные горизонты человека. Чем активнее нейросети берут на себя поиск и обработку данных, тем выше риск того, что пользователи разучатся думать самостоятельно и анализировать информацию без посторонней помощи. Технологии делают получение знаний практически мгновенным и не требующим усилий. При этом наблюдается парадокс: чем больше информация поступает от ИИ, тем уже кругозор пользователя, тем более вероятна утрата способности самостоятельно анализировать и обрабатывать данные.

Заключение. Таким образом, новые паттерны познания в симбиозе с машиной несут риск «когнитивного туннеля», т. е. ситуации, когда человек учится идеально работать в рамках заданных алгоритмом схем и категорий, но теряет способность к латеральному (нелинейному) мышлению. ИИ оказывает значительное влияние на когнитивные процессы человека, что

проявляется в изменении восприятия информации и принятия решений. Проведенная работа указывает на острую потребность в воспитании цифровой грамотности с детства. Крайне важно развивать критическое мышление при работе с медиа, прививать привычки здорового образа жизни и открыто рассказывать об опасностях цифровой зависимости. Необходимо также создание этических стандартов для ИИ и тесное сотрудничество науки, бизнеса и государства для разработки моделей управления инновациями.

Список литературы

1. Байгужин, П.А. Факторы, влияющие на психофизиологические процессы восприятия информации в условиях информатизации образовательной среды / П.А. Байгужин, Д.З. Шибкова, Р.И. Айзман // Вестник НГПУ. – 2019. – Т. 9. – № 5. – С. 48-70. – DOI: 10.15293/2658-6762.1905.04.
2. Винокуров, Ф.Н. Экспериментальное сравнение доверия искусственному интеллекту и человеку в экономических решениях / Ф.Н. Винокуров, Е.Д. Садовская // Экспериментальная психология. – 2023. – Том 16. – № 2. – С. 87-100. – DOI: 10.17759/exppsy.2023160206.
3. Джура, Г.С. Особенности влияния цифровизации на психику личности молодого человека / Г.С. Джура, В.Я. Иванченко // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2024. – № 4. – С. 543-555. – DOI 10.17072/2078-7898/2024-4-543-555. – EDN ZKHRPN.
4. Московская, Т.В. Искусственный интеллект как катализатор новых форм академической недобросовестности: проблемы аутентичности авторства студенческих работ / Т.В. Московская // Искусственный интеллект в образовании : Материалы Международной научно-практической конференции, Оренбург, 26–27 января 2026 года. – Оренбург: Оренбургский государственный университет им. В.А. Бондаренко, 2026. – С. 995-998. – EDN EJIFQX.

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ НА ПРОДУКТИВНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ IT-СПЕЦИАЛИСТА

Митин А.Г.,
ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»,
г. Таганрог, Ростовская обл.,.РФ
iskin808@mail.ru

Введение. Профессиональная деятельность IT-специалиста относится к видам труда с высокой когнитивной нагрузкой: решение нестандартных алгоритмических задач, поиск ошибок в программном коде, проектирование архитектуры систем требуют длительной концентрации внимания, удержания в рабочей памяти большого объема информации и гибкой смены

стратегий. Вместе с тем эта деятельность сопряжена с жесткими сроками, многозадачностью, непрерывным обновлением технологий и частыми ситуациями неуспеха.

Основная часть. В отечественной психологии мышление рассматривается как деятельность, в регуляции которой участвуют не только операциональные, но и мотивационно-эмоциональные компоненты. О.К. Тихомиров показал, что эмоции выполняют эвристическую функцию: эмоциональная активация предвосхищает нахождение решения и направляет поиск, сужая зону перебора вариантов [3, с. 147]. Применительно к программированию это означает, что «чувство верного направления» при отладке или проектировании является не случайным переживанием, а элементом самой мыслительной деятельности. Е.П. Ильин подчеркивает, что эмоциональные состояния оказывают влияние на все стороны деятельности, причем характер этого влияния зависит от интенсивности переживания и сложности задачи [1, с. 382–383].

Профессиональное мышление IT-специалиста можно рассматривать как совокупность взаимосвязанных компонентов: алгоритмического (построение последовательности действий), системного (понимание взаимосвязей элементов программного продукта), абстрактно-логического (работа с формальными моделями), критического (проверка и опровержение собственных гипотез) и креативного (поиск нестандартных решений). Эти компоненты в разной степени чувствительны к эмоциональным влияниям. Так, критический и креативный компоненты, требующие гибкости и способности отказаться от привычного хода рассуждений, наиболее уязвимы при высоком эмоциональном напряжении, тогда как рутинные алгоритмические операции сохраняются относительно устойчиво. Вместе с тем, влияние эмоций на мышление неоднозначно: умеренная тревога может повышать тщательность проверки кода, а избыточная положительная активация – вести к поверхностной оценке решения. Следовательно, продуктивность мышления определяется не столько самим эмоциональным состоянием, сколько способностью специалиста его осознавать и регулировать.

Анализ специфики деятельности позволяет выделить эмоциональные состояния, типичные для работы IT-специалиста. К продуктивным состояниям относятся познавательный интерес и любопытство, побуждающие исследовать задачу, переживание инсайта при нахождении решения, а также состояние увлеченности, при котором внимание полностью поглощено задачей. В свою очередь, к деструктивным состояниям относятся фрустрация при повторяющихся неудачах, тревога в условиях жестких сроков и неопределенности требований, скука при выполнении монотонных операций и раздражение, вызванное прерываниями. Длительное преобладание деструктивных состояний, по-

видимому, сопряжено с риском профессионального выгорания, распространенного в IT-сфере.

В процессной модели Дж. Гросса выделяются стратегии регуляции, применяемые на разных этапах развертывания эмоции: выбор и модификация ситуации, распределение внимания, когнитивная переоценка, подавление экспрессии [4, с. 18]. Для профессионального мышления IT-специалиста наиболее продуктивной представляется когнитивная переоценка, например восприятие ошибки как источника информации, а не как свидетельства собственной некомпетентности. Подавление, напротив, требует дополнительных ресурсов и конкурирует с решением основной задачи. Существенную роль играет и эмоциональный интеллект, прежде всего, его внутриличностный компонент – способность понимать собственные эмоции и управлять ими [2, с. 9].

Цифровая образовательная среда усиливает значение данных способностей. Для нее характерны дефицит невербальной обратной связи, автоматизированная проверка заданий с бинарной оценкой «принято/не принято», высокая доля самостоятельной работы и индивидуальный темп обучения. Серия последовательных неудач без своевременной поддержки способна вызывать фрустрацию и снижение мотивации, что непосредственно отражается на качестве мыслительной деятельности. В то же время цифровая среда открывает новые исследовательские возможности: она позволяет фиксировать объективные показатели продуктивности (число попыток, время решения, характер ошибок) и сопоставлять их с самоотчетами обучающихся об эмоциональных состояниях и данными диагностики эмоционального интеллекта.

Эмпирическое исследование проблемы может строиться на сочетании трех групп показателей. Первую группу составляют характеристики эмоциональной сферы: уровень эмоционального интеллекта, диагностируемый с помощью опросника ЭмИн [2, с. 13], предпочитаемые стратегии эмоциональной регуляции, а также текущие эмоциональные состояния, фиксируемые методом самоотчета непосредственно до и после решения задач. Вторую группу образуют объективные показатели продуктивности мышления, регистрируемые цифровой образовательной платформой. Третью группу составляют экспертные оценки качества решений, данные преподавателями. Такой дизайн позволяет перейти от констатации связи эмоций и мышления к выявлению условий, при которых эта связь проявляется.

Из сказанного следуют психолого-педагогические выводы для подготовки IT-специалистов. Во-первых, в цифровые учебные курсы целесообразно включать задачи нарастающей сложности, обеспечивающие опыт успеха и предупреждающие накопление фрустрации. Во-вторых, автоматизированная проверка заданий должна дополняться развернутой содержательной обратной связью, объясняющей характер ошибки. В-

третьих, обучение стратегиям эмоциональной регуляции, прежде всего, когнитивной переоценке неудачи, может рассматриваться как самостоятельный компонент профессиональной подготовки, а не как факультативное дополнение к ней.

Заключение. Эмоциональные состояния выступают внутренним регулятором профессионального мышления IT-специалиста, влияя на широту поиска решений, устойчивость внимания и гибкость стратегий. Положительные состояния способствуют гибкости и креативности мышления, тогда как длительная фрустрация и тревога снижают его критичность и вариативность. Определяющим условием продуктивности является не отсутствие негативных переживаний, а сформированность адаптивных стратегий эмоциональной регуляции. Перспективным направлением исследования является сопоставление объективных показателей решения профессиональных задач в цифровой образовательной среде с характеристиками эмоциональной сферы обучающихся, что создает основу для разработки программ психолого-педагогического сопровождения будущих IT-специалистов.

Список литературы

1. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 782 с.
2. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22. EDN: VZMIFN.
3. Тихомиров, О. К. Психология мышления : учеб. пособие / О. К. Тихомиров. – 2-е изд. – Москва : Академия, 2002. – 288 с.
4. Gross, J. J. Emotion regulation: current status and future prospects / J. J. Gross // Psychological Inquiry. – 2015. – Vol. 26, №.1. – P. 1–26. – DOI 10.1080/1047840X.2014.940781.

УДК 159.9:004.9

РИСКИ И ОГРАНИЧЕНИЯ ЦИФРОВЫХ РЕШЕНИЙ В РАЗВИТИИ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ВЗРОСЛЫХ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Михайленко Н.В., ORCID 0009-0003-4127-178X,
Гордеева А.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-1720-0466
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
mikhailenko@donnu.ru, a.valer@mail.ru

Введение. Цифровизация изменяет форматы обучения взрослых. Коммуникативная компетентность как soft skill также становится объектом цифровизации: используются онлайн-инструменты, искусственный

интеллект (ИИ), VR/AR. К преимуществам цифровых решений относятся многократная практика, доступность, персонализация и стандартизированная обратная связь. Однако цифровой формат не нейтрален: технология может влиять на когнитивную деятельность, доверие к информации, восприятие искусственного агента и качество обратной связи.

Цель работы: теоретико-аналитический анализ психологических рисков и ограничений цифровых решений, применяемых для развития коммуникативных навыков взрослых.

Работа носит теоретико-аналитический характер. Выводы сформулированы на основе анализа отечественных и зарубежных публикаций, посвящённых применению ИИ в образовании и психологической практике, его влиянию на когнитивные и поведенческие процессы, а также особенностям взаимодействия человека с искусственными агентами.

Основная часть. Развитие групповых методов обучения социальным и коммуникативным навыкам в середине XX века, в том числе практики T-groups, стало одним из этапов становления социально-психологического тренинга. В настоящее время наряду с групповыми форматами развиваются цифровые и иммерсивные технологии обучения коммуникации. ИИ применяется для создания учебных заданий; качество результата зависит от постановки задачи и последующей проверки специалистом [1]. Таким образом, цифровой инструмент расширяет возможности обучения, но не устраняет необходимость профессионального контроля.

Риск чрезмерной опоры на алгоритмические рекомендации. Систематический обзор Zhai, Wibowo и Li показывает, что чрезмерная опора на диалоговые ИИ связана с рисками для самостоятельной когнитивной деятельности, критического и аналитического мышления и принятия решений. Проблема возникает, когда готовая рекомендация заменяет самостоятельный анализ. Для развития коммуникации это существенно: эффективное взаимодействие требует оценки ситуации, выбора стратегии с учётом контекста и коррекции поведения. Поэтому ИИ целесообразно использовать как средство практики и дополнительной обратной связи, а не как источник готовых коммуникативных решений [3].

Риск антропоморфизации искусственных собеседников. Исследование Spatola, Marchesi и Wykowska показало, что при взаимодействии с роботами люди склонны приписывать искусственному агенту намерения и ментальные состояния; при высокой когнитивной нагрузке такая тенденция может усиливаться [4]. Результаты непосредственно относятся к роботам и не позволяют автоматически распространять их на все ИИ-аватары и чат-боты. Вместе с тем они указывают на психологический механизм, который необходимо учитывать при создании цифровых тренажёров коммуникативных навыков.

Ограничения искусственного взаимодействия и эпистемического доверия. Yirmiya и Fonagy, рассматривая генеративный ИИ в психотерапевтическом контексте, отмечают ограничения систем в воспроизведении эмпатии, взаимного ментализирования и других компонентов межличностного взаимодействия. Авторы подчёркивают, что ИИ не способен полностью воспроизвести взаимодействие между людьми. Хотя выводы относятся к психотерапии, они значимы и для обучения коммуникации: убедительная эмоциональная реакция системы не тождественна взаимному человеческому переживанию [5].

Этические риски и ограничения обратной связи. Цифровые решения, анализирующие речь, изображение и поведение, могут обрабатывать значительные объёмы персональных данных, что актуализирует вопросы конфиденциальности, прозрачности, информированного согласия и алгоритмической предвзятости. Розенова, Огнев и Лихачева выделяют также проблемы качества алгоритмических решений и ответственности человека за результаты использования ИИ [2]. Для обучения взрослых важна прозрачность критериев оценки: пользователь должен понимать, какие параметры анализируются и насколько результаты автоматизированной оценки применимы к реальным ситуациям общения.

Автоматизированные системы способны оценивать отдельные вербальные и невербальные характеристики, однако ограничены при интерпретации эмоционального, контекстуального и межличностного содержания. Даже при создании учебных материалов результат требует методической проверки специалистом [1]. Поэтому количественные показатели не следует отождествлять с целостной коммуникативной компетентностью. ИИ-тренажёры также не воспроизводят в полной мере групповую динамику, в которой участник получает живую обратную связь, наблюдает реакции других людей и корректирует собственное поведение.

Таким образом, ограничения цифровых решений не свидетельствуют об их общей неэффективности, а указывают на границы применимости. Цифровые инструменты особенно полезны для многократной индивидуальной практики, моделирования типовых ситуаций и оценки отдельных параметров поведения.

Заключение. Теоретико-аналитический обзор позволяет рассматривать цифровые решения не как альтернативу социально-психологическому тренингу, а как инструменты с определёнными возможностями и ограничениями. К основным рискам относятся чрезмерная опора на алгоритмические рекомендации, антропоморфизация искусственных агентов и некритичное доверие к цифровой обратной связи; к ограничениям – неполная передача эмоционального и контекстуального содержания коммуникации и невозможность полного воспроизведения межличностной динамики [2–5]. Перспективным направлением являются

гибридные модели, сочетающие цифровую индивидуальную практику с очным или онлайн-групповым взаимодействием. Необходимы дальнейшие эмпирические исследования эффективности таких моделей и условий переноса сформированных навыков в реальные ситуации общения.

Информация о финансовой поддержке: *Исследования проводились в рамках государственного задания (номер госрегистрации FRRE–2026–0029).*

Список литературы

1. Боголепова, С. В. Возможности искусственного интеллекта для разработки учебных и оценочных заданий по иностранным языкам / С. В. Боголепова, Е. Р. Бабасян // Преподаватель XXI век. – 2024. – № 1. – Ч. 1. – С. 137–154. – DOI: 10.31862/2073-9613-2024-1-137-154.
2. Розенова, М. И. Искусственный интеллект в исследовательских и психологических практиках: международный опыт применения и обнаруженные риски / М.И. Розенова, А.С. Огнев, Э.В. Лихачева // Современная зарубежная психология. – 2026. – Т. 15. – № 2. – С. 78–90. – DOI: 10.17759/jmfp.2026150208.
3. Zhai, C. The effects of over-reliance on AI dialogue systems on students' cognitive abilities: a systematic review / C. Zhai, S. Wibowo, L. D. Li // Smart Learning Environments. 2024. Vol. 11. Article 28. DOI: 10.1186/s40561-024-00316-7.
4. Spatola, N. Cognitive load affects early processes involved in mentalizing robot behavior / N. Spatola, S. Marchesi, A. Wykowska // Scientific Reports. – 2022. – Vol. 12. – Article 14924. – DOI: 10.1038/s41598-022-19213-5.
5. Yirmiya, K. Mentalizing Without a Mind: Psychotherapeutic Potential of Generative AI / K. Yirmiya, P. Fonagy // Journal of Medical Internet Research. – 2025. – Vol. 27. – Article e79156. – DOI: 10.2196/79156.

УДК 159.9.072

СЕМАНТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ AI-АССИСТЕНТОМ, КАК МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ СКРЫТОЙ ФРУСТРАЦИИ, ВИКТИМНОСТИ И ГОТОВНОСТИ К ПРИНЯТИЮ ПОМОЩИ

Наймушина А.Г., д-р мед. наук, доц., ORCID 0000-0001-9595-8462,
Боровинская А.А.,
Бахарева Е.А.
ФГБОУ ВО «Тюменский государственный медицинский университет», г. Тюмень, РФ
all6239@yandex.ru

Введение. Настороженное отношение большинства помогающих специалистов к интеллектуальным системам обусловлена негативными убеждениями о том, что искусственный интеллект, стирая профессиональную идентичность личности, постепенно заменяет психологов-консультантов и супервизоров [3]. С другой стороны, мы имеем

ряд исследований с высоким уровнем доказательства эффективности применения artificial intelligence (AI) для анализа протоколов консультаций и построении плана психотерапии [2,4].

Цель исследования: проверка состоятельности семантического анализа эссе для выявления скрытой фрустрации.

Основная часть. В исследовании приняли участие магистранты 1 курса по направлению подготовки 37.04.01 «Психология» – 35 человек. Текст эссе с обезличенными пользовательскими данными (упоминание личных сведений и места жительства) подвергли семантическому анализу (СА) в бесплатном беспрерывном официальном Al-ассистенте DeepSeek, который не хранит запросы пользователей в облаке данных.

Участники группы получили задание: «Написать эссе в свободной форме, ответив на вопросы о счастье, и, при необходимости – дополнить эссе любимыми картинами, цитатами или метафорическими картами, которые бы соответствовали вашему представлению о счастье». Семантический анализ каждого эссе позволил выявить скрытую фрустрацию в ответах и готовность к принятию помощи. Примеры СА эссе «Три главных вопроса нашей жизни».

Пример 1. Ответ, данный молодой женщиной 36 лет, не подлежал СА так как был представлен в виде презентации с 15 постановочными фотографиями и кратким резюме: «Счастлива ли я? Чаще всего да! Это состояние – не случайность, а результат долгих поисков и принятия себя. Оглядываясь назад, я понимаю, что мне дано больше, чем многим, и я благодарна за каждую возможность. единственное, о чем я грущу – это отсутствие семьи и детей. Я до сих пор ищу ответ: смогу ли я быть также свободна, имея семью? Когда внутренний ответ будет «да», тогда все сложится».

Пример 2. Семантический анализ ответов по метафорическому тексту, написанному женщиной 28 лет, показывает склонность к интеллектуализации и дистанцировались от вопросов и высокую степень рефлексии. Такая стратегия указывает на особый способ психологической адаптации, за которым может скрываться уязвимость человека и невозможность получить поддержку.

Смысловые кластеры:

1) сад, почва, рост, садовник, ландшафт – жизнь как процесс, развитие и забота;
2) погода, климат, солнце, дожди, тревога – эмоциональное состояние;
3) прополка, подвязка, хрупкие ростки и сорняки – уязвимость;
4) дуб, ручей, цветы – тип личности;
5) усталость, сомнения, затяжные дожди – маркеры скрытой фрустрации.

Скрытая фрустрация в этом случае интегрирована в общую картину жизни и не отрицается, виктимности не выявлено. (табл.). Заключение и рекомендации, данные интеллектуальной системой: «мягкое прояснение конкретных чувств и потребностей здесь и сейчас, отделение «чужих надежд» от собственных, легализация права на помощь и отдых. Метафора – хороший мост, но за ней важно не потерять прямой контакт с реальными людьми и чувствовать свои запросы».

Таблица

Результаты семантического анализа эссе на тему «Три главных вопроса жизни»

Критерий	Результат
Скрытая фрустрация	Умеренная: тревога, усталость, сомнения, груз чужих надежд, эмоциональная нагрузка. Не отрицается, но переозначивается через принятие.
Виктимность	Не выявлена. Нет обвинений, пассивной жертвенной позиции, поиска виноватых.
Готовность обратиться за помощью	Низкая. Респондентка позиционирует себя как опору для других, а не как нуждающуюся.
Ведущие защиты	Интеллектуализация, метафоризация, дистанцирование.
Ресурсы	Рефлексивность, принятие, способность видеть смысл, зрелые границы.
Зоны риска	Эмоциональное выгорание, накопление усталости, трудность в прямом выражении собственных потребностей.

Пример 3 с цитированием заключения, составленного интеллектуальной системой, демонстрирует признаки синдрома эмоционального выгорания, диагностированного ранее психотерапевтом. На вопрос «Счастливы ли вы?», женщина 50 лет ответила: «Наверное всё-таки нет. И не потому, что в моей жизни происходит то, что происходит. А всего лишь потому, что я не знаю, что есть любовь. Любовь ближнего на каждый день, жизнь рядом с теми, кто близок настолько, что не нужно угождать. Я сегодня весь день угождала моей кошке и вот по ней я точно вижу… счастье есть! На довольной мордочке нарисованы усы. Метр счастья. Вместе с лапами и хвостом». Вопрос «Нравится ли вам то, что вы делаете здесь и сейчас?» по результатам семантического анализа выявил ключевые маркеры: а) эстетической регуляции; б) самопомощи; в) экзистенциальной тревоги и ощущение времени, которое уходит во фразе «Я всё старше с каждым днём». Скрытый смысл ответа интерпретирован AI-ассистентом DeepSeek как: «Я устала притворяться, что всё нормально. Я хочу в безопасное место, где меня ждут. Но меня держат страх и боль». На вопрос «Зачем вы общаетесь с теми людьми, с которыми работаете и вместе

живёте?», анализант ответила: «Это моя работа и она мне нравиться!». Вывод, данный AL: «Семантика ответов указывает на глубокую эмоциональную фрустрацию, связанную с дефицитом безусловной любви и безопасности, усталость от угождения, изоляцию и страх телесной/душевной боли. Виктимность выражена мягко, в пассивно-страдательной форме. Готовность обратиться за помощью невысокая, но есть внутренний вопрос «что мешает?» и образ безопасного места – это точки входа для бережного сопровождения».

Заключение. Семантико-прагматический анализ ответов показывает разбор смыслов и лексики, модальности и скрытых посланий, но не является диагностическим инструментом. На наш взгляд использование искусственного интеллекта может быть полезно для семантического анализа текстов и эссе, которые часто используют как домашнее задание для интервизии при обучении психологов-консультантов. Кроме того, семантический анализ полезен для исследования скрытой фрустрации, виктимности и готовности к принятию помощи самими психологами.

Список литературы

1. Панц, А. Беседы о счастье / А. Панц. – Изд-во Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 240 с. ISBN 978-5-00146-092-3.
2. Artificial intelligence in psychotherapy: Enhancing clinical practice while preserving the human element / Elia, F. L., González, M., Preve, M. P., Aprigliano, C., Gómez, B. // Psychotherapy Bulletin. – 2026. – Vol. 61(4). – URL: https://societyforpsychotherapy.org/artificial-intelligence-in-psychotherapy-enhancing-clinical-practice-while-preserving-the-human-element/
3. van Zyl, L. E. The competence paradox: when psychologists overestimate their understanding of Artificial Intelligence / L. E. van Zyl // AI and Society. Springer Science and Business Media Deutschland GmbH., 2026. – DOI: 10.1007/s00146-025-02814-9
4. Wagner, J. Investigating psychotherapists' attitudes towards artificial intelligence in psychotherapy / J. Wagner, A. S. Schwind // BMC Psychology. – 2025. Vol. 13(1). DOI: 10.1186/s40359-025-03071-7

УДК 615.849

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ

Прокопенко Ю.А.,
Рядинская Е.Н., д-р психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-9924-881X
ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия», г. Макеевка, ДНР, РФ
gren.clever@gmail.com

Введение. Цифровая среда стала неотъемлемой частью повседневной жизни современного подростка. Социальные сети являются не только площадкой и средством для общения, но и инструментом для социализации подростка, в котором происходит формирование его личности, идентичности, самооценки. Подросток не только публично демонстрирует события своей личной жизни, оставляет комментарии, но и определяет какого формата будет эта публичность, придает ей окраску. Зачастую такая подача информации в цифровой среде и в реальной жизни диаметрально противоположны.

В подростковом возрасте, когда происходит активное развитие идентичности особенное значение придается мнению сверстников, у подростка наблюдается стремление примкнуть к определенной группе, будь то спортивная секция, клуб единомышленников, уличная группировка. Срабатывает потребность быть в принятии и социальном одобрении. Цифровая среда дает дополнительную возможность подростку для формирования лучшего впечатления окружающих о себе, манипулирование и улучшение формирование этого впечатления и построение желаемого образа Я.

В связи с чем и возникает вопрос насколько образ, созданный в цифровой среде, соответствует реальному Я или не соответствует вообще и какие цели преследуются таким отличием. Является ли цифровая самопрезентация способом самовыражения или она может выполнять компенсаторную функцию, позволяя подростку представить окружающим более привлекательную версию себя?

Цель. Рассмотреть психологические особенности самопрезентации подростков в цифровой среде и определить факторы, которые влияют на соотношение реального и созданного образа Я.

Основная часть. Самопрезентация это процесс публикования подростком определенной информации о себе с целью формирования и управления впечатлением окружающих. Самопрезентация может иметь разные инструменты, но именно цифровая среда в форме социальных сетей существенно расширяет возможности подростка в управлении и формировании собственного образа. Подросток публикует фотографии и

видео определенного содержания, редактирует изображения улучшая их, демонстрирует достижения (иногда выдуманные) и скрывать неудачи.

Исследование В.В. Федорова показало, что основные структурные компоненты самопрезентации подростков в реальном и цифровом коммуникативных пространствах совпадают. В исследовании учащихся 6–9 классов были выделены такие устойчивые компоненты, как дружелюбность, враждебность, талантливость и оригинальность, популярность и робость [1]. При этом автор отмечает, что содержание этих компонентов в реальном и цифровом пространстве имеет определенные различия. Подростку легче в социальных сетях продвигать свою популярность, но в реальной жизни ему легче показывать и демонстрировать свои реальные таланты.

Для более глубокого понимания процесса самопрезентации важно оценить соотношение реального и идеального Я. Реальное Я это то как подросток воспринимает себя здесь и сейчас, однако идеальное Я показываем окружающим каким бы он хотел быть. Поэтому цифровая среда дает возможность представить окружающим образ, к которому стремится подросток и каким он хочет казаться для окружающих. Подросток публично демонстрирует свою привлекательность, успешность, популярность, наличие дорогих вещей, фотографий роскошной и беспечной жизни, видео экстремальных поступков, действий не присущих подросткам (к примеру вождение автомобиля), хотя зачастую в реальной жизни он живет и воспринимает себя иначе.

Но нельзя рассуждать что различия между реальным и цифровым образом – это обман. С точки зрения психологии необходимо анализировать степень расхождений и причину.

Очень интересное исследование провели Д.С. Корниенко и Н.А. Руднова, в котором они изучили особенности фальшивой самопрезентации подростков в социальных сетях [2]. Авторы делят фальшивую самопрезентацию рассматривают три категории: обманную самопрезентацию, демонстративную самопрезентацию и стремление понравиться. В исследовании приняли участие 432 подростка в возрасте от 13 до 18 лет. В ходе исследования было отмечено, что фальшивая самопрезентация связана с мотивацией и признаками наличия одиночества. [2].

Проведенные исследования рассматривают цифровую самопрезентацию не только как способ формирования желаемого впечатления о себе, но и как один из способов психологической компенсации, т.е. несут в себе компенсаторную функцию. Подросток, который желает признания, испытывает неуверенность в себе, трудность в общении со сверстниками стремиться создать в цифровой среде более привлекательный образ и поднять свой статут перед сверстниками. Таким образом виртуальное общение, цифровая среда дает инструмент подростку

и возможность временно сформировать собственное представление о себе к желаемому образу Я.

Как нельзя утверждать, что отличие реального и цифрового Я – это обман, так нельзя и говорить о том, что идеальный созданный виртуальный образ Я это свидетельство о психологических проблемах у подростка. Цифровая среда может выполнять вспомогательную функцию, дает возможность подростку экспериментировать и находить разные способы самовыражения и формировать собственную идентичность.

Таким образом можно выделить несколько вариантов цифровой самопрезентации. Первый связан с потребностью самовыражения: подросток публикует свои достижения, интересы и при этом сохраняет представление о себе не искажая. Второй вариант связан с целенаправленным формированием ожидаемого впечатления, когда информация публикуется для формирования желаемой и ожидаемой реакции аудитории. Третий вариант несет в себе компенсаторный характер: цифровой образ является способом скрыть негативные свои стороны и продемонстрировать окружающим успешную версию себя.

Заключение. Современная цифровая среда создает условия для формирования и предъявления подростком желаемого образа Я. Социальные сети решают задачу не только коммуникации, но и дают возможность на экспериментирование с образами и формами самопрезентации, получать одобрение или осуждение от аудитории.

Поэтому значимым является не сам факт создания подростком цифрового образа, а качественное наполнение этого образа.

Список литературы

1. Федоров, В. В. Структура самопрезентации подростков в реальном общении и социальных сетях / В.В. Федоров // Социальная психология и общество. – 2020. – Т. 11. – № 1. – С. 180–192. – DOI: 10.17759/sps.2020110111
2. Корниенко, Д. С. Фальшивая самопрезентация подростков в социальных сетях: связь с характеристиками использования социальных сетей и одиночеством / Д.С. Корниенко, Н.А. Руднова // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. – № 2. – С. 47–64. – DOI: 10.17759/sps.2024150204.

УДК 159.9

РЕАЛЬНЫЙ, ВИРТУАЛЬНЫЙ И ИДЕАЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТЫ ОБРАЗОВ «Я» У ГЕЙМЕРОВ

Селина М.Е., ORCID 0009-0009-1988-9712,
Устинова Н.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-2513-213X
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
seliniteq@gmail.com

Введение. С развитием технологий и распространением интернета, видеоигры стали одним из самых популярных развлечений среди людей различных возрастов. Видеоигры создают уникальную среду для формирования и выражения собственного Я-образа. Игрок получает возможность выбирать внешность и социальную роль персонажа, менять стратегии поведения и апробировать альтернативные способы самопрезентации [1].

Сложность проблемы формирования образа «Я» под воздействием виртуальной реальности и ее значимость подчеркивается множеством авторов (Н.К. Габдулхакова, В.С. Ельчанинов, Т.А. Наумова, Е.О. Смирнова, С.Н. Сидорова, В. Фриндте, И.В. Чудова, M.D. Griffiths) [2, 3]. Однако при всем разнообразии исследовательских работ, роль компьютерных игр и виртуальной реальности в развитии образа «Я» пользователей остается недостаточно изученной, что определяет актуальность исследования виртуального «Я» как части общей системы идентичности личности. Именно анализ взаимосвязей психологических характеристик виртуального «Я» со своим идеальным и реальным образами у геймеров с многолетним игровым опытом стало **целью** нашего исследования.

В исследовании приняли участие 40 респондентов 18–25 лет, увлекающихся видеоиграми и являющихся активными игроками не менее пяти лет. Применялась модификация теста диагностики межличностных отношений Т. Лири в адаптации Л. Н. Собчик [4]. Анализировались восемь интерперсональных тенденций и интегральные показатели доминирования и дружелюбия в трех модусах самоописания: «Я-реальное», «Я-идеальное» и «Я-виртуальное». С целью выявления статистической значимости полученных результатов использовался коэффициент корреляции Пирсона.

Полученные результаты показывают (табл.), что виртуальное «Я» связано как с идеальным, так и с реальным образом личности. В структуре связей виртуального и идеального «Я» можно выделить два взаимодополняющих направления.

Первое направление объединяет авторитарность, эгоистичность, агрессивность и подозрительность: выраженность этих характеристик в

виртуальном самоописании сопряжена с аналогичными качествами желаемого образа себя.

Таблица

Статистически значимые корреляционные связи характеристик виртуального «Я» с идеальным и реальным «Я»

Виртуальное «Я»	**Связи с идеальным «Я»**	**Связи с реальным «Я»**
Авторитарность	авторитарность r=0,57; p≤0,01; эгоистичность r=0,62; p≤0,01	авторитарность r=0,39; p≤0,05; эгоистичность r=0,42; p≤0,05; альтруистичность r=0,54; p≤0,01
Эгоистичность	авторитарность r=0,63; p≤0,01; эгоистичность r=0,76; p≤0,01; агрессивность r=0,47; p≤0,01; подозрительность r=0,49; p≤0,01	эгоистичность r=0,48; p≤0,01; агрессивность r=0,37; p≤0,05; зависимость r=0,41; p≤0,05; дружелюбность r=0,57; p≤0,01; альтруистичность r=0,70; p≤0,01
Агрессивность	авторитарность r=0,42; p≤0,05; эгоистичность r=0,71; p≤0,01; агрессивность r=0,70; p≤0,01; подозрительность r=0,58; p≤0,01	эгоистичность r=0,54; p≤0,01; агрессивность r=0,76; p≤0,01; подозрительность r=0,46; p≤0,05
Подозрительность	эгоистичность r=0,61; p≤0,01; агрессивность r=0,55; p≤0,01; подозрительность r=0,58; p≤0,01	агрессивность r=0,64; p≤0,01; подозрительность r=0,51; p≤0,01
Подчиняемость	подчиняемость r=0,49; p≤0,01	—
Зависимость	подчиняемость r=0,38; p≤0,05; зависимость r=0,56; p≤0,01; дружелюбность r=0,52; p≤0,01; альтруистичность r=0,47; p≤0,05	—
Дружелюбность	зависимость r=0,38; p≤0,05; дружелюбность r=0,76; p≤0,01; альтруистичность r=0,67; p≤0,01	—
Альтруистичность	зависимость r=0,55; p≤0,01; дружелюбность r=0,69; p≤0,01; альтруистичность r=0,68; p≤0,01	—
Доминирование (инт.)	доминирование (инт.) r=0,59; p≤0,01; авторитарность r=0,43; p≤0,05; альтруистичность r=0,39; p≤0,05	дружелюбность r=0,45; p≤0,05; альтруистичность r=0,51; p≤0,01
Дружелюбие (инт.)	эгоистичность r=-0,57; p≤0,01; агрессивность r=-0,37; p≤0,05; подозрительность r=-0,54; p≤0,01; зависимость r=0,38; p≤0,05; дружелюбность r=0,64; p≤0,01; альтруистичность r=0,47; p≤0,01; дружелюбие (инт.) r=0,76; p≤0,01	агрессивность r=-0,51; p≤0,01

Второе направление образуют зависимость, дружелюбность и альтруистичность. Их связи с идеальным «Я» свидетельствуют о том, что желаемый образ личности включает также ориентацию на сотрудничество, поддержку других и включённость в групповое взаимодействие. При этом

связь виртуального доминирования с альтруистичностью идеального образа показывает, что активная или лидерская позиция в игре не обязательно противопоставляется просоциальной направленности. Для части респондентов стремление влиять на ситуацию сочетается с выражением готовности действовать в интересах группы.

Связи виртуального и реального «Я» указывают на относительную устойчивость ряда личностных характеристик. Особенно это проявляется в совпадении агрессивности, подозрительности, авторитарности и эгоистичности. Вместе с тем наличие перекрёстных связей показывает, что виртуальное поведение не является простой копией реального образа «Я»: одни и те же виртуальные характеристики могут сочетаться с различными особенностями реального «Я».

Заключение. Полученные данные подтверждают гипотезу о том, что виртуальное «Я» представляет собой отражение и проекцию значимых компонентов реального и идеального образов личности. Виртуальное «Я» частично отражает характеристики реального «Я», но при этом активно соотносится с чертами идеального образа, демонстрируя стремление к реализации желаемых качеств и закрепление устойчивых личностных черт в виртуальном пространстве. Виртуальная среда становится своеобразной площадкой для реализации и проработки идеальных качеств, предоставляя человеку возможность приблизиться к личностному образу, к которому он стремится, в безопасных условиях игрового пространства.

Информация о финансовой поддержке: *Работа выполнена в рамках государственного задания «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (№ FRRE–2026–0029)*

Список литературы

1. Демильханова, А. М. Влияние виртуальной реальности на образ Я: на примере ролевых компьютерных игр: автореф. дисс. на соискание ученой степени канд. психол. наук: спец. 19.00.05 Социальная психология / А.М. Демильханова. – Ярославль, 2009. – 24 с.
2. Пахомова, В. Г. Особенности актуализации образа Я в условиях виртуальной реальности компьютерных игр: автореф. дисс. … канд. психол. наук: специальность 5.3.1 Общая психология, психология личности, история психологии / В. Г. Пахомова. – Ростов-на-Дону, 2022. – 23 с.
3. Петровская, Н. М. И. Психологические особенности Я-образа интернет-пользователей, играющих в ролевые компьютерные онлайн-игры / Н. М. И. Петровская // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2018. – № 4 (48). – С. 290-298.
4. Собчик, Л. Н. Методы психологической диагностики. Вып. 3. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири : метод. руководство / Л. Н. Собчик. – Москва, 1990. – 48 с.

УДК 615.849

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ ИСТОКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ ЧЕЛОВЕКА ЭПОХИ ЦИФРОВИЗАЦИИ

Смолова Л.В., канд. психол., наук, доц., ORCID 0000-0002-3463-2618
ГАОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы», г. Санкт-Петербург, РФ
Lidia_smolova@mail.ru

Введение. В современной психологии тема психологических проблем человека эпохи цифровизации – одна из центральных. Внедрение цифровых технологий во все области жизни не просто повлияло, но кардинальным образом изменило представление людей о мире, о себе, об основополагающих категориях, таких как дружба, семья, свобода, любовь и т. д. Внешние условия требуют скоростных решений множественных задач, происходящих в условиях повышенной неопределенности, что усиливает неустойчивость и провоцирует рост внутриличностных конфликтов.

Для осмысления психологических проблем принципиальное значение имеет занимаемая человеком позиция, в зависимости от которой он трактует трудности либо как тупики, которые преодолеть невозможно, либо определяет их как вызовы, требующие разрешения.

Основная часть. Экзистенциальный подход фокусируется на уникальном бытии человека, рассматривая его как актора – субъекта, способного действовать, менять свое бытие и становиться автором собственной жизни.

С данной точки зрения, в основе *онтических* (бытовых, житейских, конкретных трудностей человека внутри его повседневной жизни, трактующихся как психологические проблемы) находятся *онтологические* проблемы (глубинные структуры, осмысляемые как вопросы, которые задает бытие и определяющие отношения с жизнью в целом).

Разрешение *онтических проблем* направлено на устранение внутриличностного конфликта; преодоление *онтологических проблем* – на выстраивание взаимодействия с миром на качественно новом уровне: когда меняется экзистенция (уникальное, глубоко личное и осознанное бытие человека), психологические проблемы нивелируются или даже нейтрализуются.

Эпоха цифровизации радикально меняет бытие человека, предлагая экзистенциальные вопросы, ответы на которые человек должен найти самостоятельно. Иногда они трактуются как самые настоящие вызовы, которые необходимо принять. *Распознавание экзистенциальных вызовов представляет собой самостоятельную важную задачу*. Целью данной работы является обозначение экзистенциальных вопросов, которые чаще

всего неосознанно встают перед человеком эпохи цифровизации, а в случае накопления провоцируют возникновение психологических проблем.

Выскажем предположение, что ключевым для понимания феномена цифровизации является ***оцифровка*** – исходный процесс перевода информации из аналоговой (бумажной, звуковой, визуальной) формы в цифровой код, понятный компьютеру. Рассмотрим несколько философских контекстов оцифровки, устремляясь выявить экзистенциальные вопросы, неизменно возникающие в этой связи.

Контекст преобразования объекта как смена его образа. В процессе оцифровки происходит переведение физического объекта в иной формат: его изначальный образ разрушается и собирается заново в другой реальности. Суть объекта (песня, текст) остается прежней, но меняется ее формат (например, если ранее фото лежали в семейном альбоме, после оцифровки они переводятся в соответствующие файлы на жесткий диск или в облако; песни конвертируются с виниловых пластинок или аудиокассет в формат MP3/FLAC.). Эффект преображения – смена объектом своего внешнего вида при сохранении основных, «ядерных», центральных характеристик – ранее ассоциировался с чудом, волшебством и часто описывался в сказках (Василиса Премудрая превращаться в лягушку; людоед из сказки «Кот в сапогах» – в мышь и т.д.). Теперь же данный контекст становится основой следующих философских вопросов:

Существует ли некая постоянная человека, не зависящая от смены его облика? Может ли человек менять внешние параметры, не теряя при этом внутренние, и что это значит? Может ли человек существовать вне физического тела? Многомерен ли человек? Может ли он (подобно оцифрованному физическому объекту) пребывать в нескольких реальностях одновременно?

Контекст хранилища данных. В процессе оцифровки происходит переформатирование данных в цифровые форматы, такие как .pdf, .docx, .jpg, .mp3, которые являются структурированными контейнерами данных, хранящими информацию в цифровом виде. Данные хранятся в «спящем», не активном состоянии, но в необходимое время могут быть активированы. Подобно спящей царевне, для пробуждения которой требовались соответствующие обстоятельства (поцелуй принца), для активаций данных также необходимы определенные условия. Этот контекст также вызывает экзистенциальные вопросы: *Существует ли цифровое бессмертие? Существует ли хранилище информации о человеке с записями обо всем произошедшем с ним (своеобразное облако)? И если да, то где оно находится? И возможны ли в этом случае рост и развитие человека, если в этом хранилище имеется информация о каждой его ошибке?*

Контекст репликации данных. Еще один интереснейший контекст оцифровки – ***репликация*** – процесс создания и поддержания одинаковых копий объекта (текст, аудиозапись, ДНК и др.). Данный контекст вызывает

такие философские вопросы как: *Где проходит онтологический рубеж между физическим миром и его цифровым двойником? Может ли у человека существовать двойник? Как это изменит жизнь?*

Контекст симулякров и гиперреальности. Со временем создаваемая оцифрованными явлениями реальность, становится все более отличной от существовавшей ранее. Большое значение здесь имеют не только копии, сделанные с оригиналов, но ***симулякры*** – изображения или модели, которые имитируют реальность, но не имеют под собой реального объекта или основы. Симулякр означает знак без оригинала; репрезентацию чего-то, что на самом деле не существует; копию, которая не соответствует никакой реальной вещи, но выдает себя за нее [1]. Примерами могут быть картинка, созданная искусственным интеллектом (ведь то, что на ней изображено, на самом деле не существует); пересказ реальной истории своими словами, слухи; перепетая на свой манер песня; видеоигры, создающие альтернативные миры и др.

Что есмь реальность как таковая? Обладает ли цифровой объект подлинным бытием, или это лишь иллюзия и симуляция? Если оцифрованные модели в хранилищах данных определяют то, как мы видим физический мир, существует ли реальность вообще? Возможна ли вообще подлинная экзистенция, если само понятие «подлинности» стало симулякром?

Контекст «сворачивания» и компактификации данных. В результате оцифровки информация оказывается не просто закодированной, переведенной в иной формат: она становится архивированной и «свернутой». Этот контекст также имеет существенное философское значение: *Что такое архивация в контексте жизни человека? Какая информация человека и в человеке может быть закодирована? Где находится этот архив и ограничивается ли он ДНК?*

Заключение. Итак, процессы оцифровки, ставшие ежедневным бытием, сознательно или не осознанно сподвигают человека размышлять и находить ответы на сложнейшие экзистенциальные вопросы. Игнорирование вопросов или отсутствие ответов провоцирует и усугубляет неустойчивость, рождает внутриличностные конфликты. Рассмотрение психологических проблем в контексте экзистенциальных задач помогает расширить, масштабировать взгляд, поменять позицию наблюдателя, способствует зарождению ***внутренней философии*** как индивидуального и глубоко осознанного взгляда на мир и самого себя.

Список литературы

1. Бодрийяр Ж. Симулякры и симуляция / пер. О. А. Печенкина. – Тула : Тульский полиграфист, 2013. – 204 с.

УДК 159.9

АНТРОПОМОРФИЗАЦИЯ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ

Устинова Н.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-2513-213X,
Лаврова М.С.
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
mawa.lavrova.05@mail.ru

Введение. В повседневном взаимодействии с технологиями люди нередко демонстрируют социальные и эмоциональные реакции, которые адресованы технике: выражают раздражение по поводу неисправного устройства, дают имена голосовым помощникам, соблюдают нормы вежливости в диалоге с нейросетью. Подобные проявления не носят случайный характер, а отражают закономерный психологический механизм, описанный в научной литературе как антропоморфизм.

Антропоморфизм – это особая мировоззренческая форма познания, связанная с переносом человеческих качеств на природные или технические объекты [5].

О.К. Тихомиров показал, что информационные технологии меняют структуру деятельности, и человек выстраивает с компьютером «диалог», воспринимая его как квазисубъект [6]. К. Насс и Ю. Мун объясняют это «бездумностью»: люди автоматически применяют к машинам привычные социальные сценарии, хотя знают, что перед ними не человек [4]. По мнению А.Е. Войскунского, ключевой запрос пользователя в сети – общение [1], поэтому системы, имитирующие человеческое общение, находят отклик особенно легко. Это заметно у студентов, для которых цифровое общение стало привычной средой.

Цель работы – выявить связи личностных особенностей студентов и их доверия к виртуальной среде с антропоморфизацией искусственного интеллекта.

Основная часть. В исследовании приняли участие 50 студентов-психологов Донецкого государственного университета в возрасте 17-22 лет. Использовались методики: диагностика эмпатических способностей В.В. Бойко; опросник доверия молодёжи к виртуальной среде Т.В. Белых и А.А. Шарова [2]; опросник открытости опыту В.В. Колпачникова и М.И. Ясина [7]; опросник О.П. Елисеева на экстравертность, ригидность и тревожность [4]; методика рефлексии М. Гранта. Антропоморфизм оценивался с помощью авторской анкеты из 17 утверждений (шкала Лайкерта от 1 до 7) с семантическим дифференциалом. Данные обрабатывали методами описательной статистики и корреляционного анализа Пирсона.

Портрет выборки получился противоречивым. Студенты отличаются высокой эмпатией (22,62), саморефлексией (48,30) и экстравертностью (52,40), но при этом высокой тревожностью (55,22) и ригидностью (52,18). Доверие к виртуальной среде у них среднее (интегративный показатель 48,04), то есть они не доверяют слепо, но и не отвергают цифровой мир.

С ИИ студенты работают постоянно: 50% пользуются им ежедневно, ещё 18% – несколько раз в неделю. Чаще всего это нейросети (80%), причём в основном для учёбы (86%) и поиска информации (74%). Для эмоциональной поддержки ИИ использует только 6%.

Антропоморфизм при этом выражен слабо. Результаты исследования показали, что студенты не приписывают устройству психологических качеств (например, наличие характера, намерений или способности обижаться). Это говорит о том, что студенты воспринимают ИИ прежде всего, как инструмент, а не как партнёра по общению. Это подтверждают результаты по шкале «механический-живой», где 60% респондентов выбрали крайний механический полюс.

Заметнее всего проявляются мягкие формы антропоморфизации: 38% студентов объясняют ошибки устройства тем, что оно «не понимает» задачу, а 41% злятся на него при сбое. При этом в реальных ситуациях большинство сохраняет практичный подход: 80% просто перезагружают устройство, а 10% пытаются его «уговорить». Это показывает, что студенты могут эмоционально реагировать на технологии и приписывать им человеческие качества, но в целом продолжают воспринимать их как инструменты.

По данным исследования был проведен корреляционный анализ, в результате которого была выявлена статистически значимая связь антропоморфизма с ригидностью ($r=-0,31$; $p\leq0,05$). Чем гибче мышление студента, тем охотнее он «оживляет» технику. Вероятное объяснение в том, что ригидному человеку важны чёткие границы между живым и неживым. Для него антропоморфизм размывает категории и создаёт неопределённость, а функциональный взгляд на технику помогает сохранять контроль. Гибкому человеку «очеловечивание» помогает справляться с неопределённостью.

Также были выявлены значимые связи между доверием молодежи к виртуальной среде и личностными чертами. Так, доверие к виртуальной среде положительно связано с саморефлекией ($r=0,31$; $p\leq0,05$). Доверие к процессу онлайн-общения связано с саморефлексией ($r=0,36$; $p\leq0,01$) и социорефлексией ($r=0,42$; $p\leq0,01$), но отрицательно коррелирует с принятием нового опыта ($r=-0,31$; $p\leq0,05$). Видимо, открытые новому люди острее чувствуют, чего не хватает онлайн-общению по сравнению с живым. Доверие к информации отрицательно связано с пониманием эмоций ($r=-0,30$; $p\leq0,05$): студенты, лучше считывающие эмоции, критичнее относятся к контенту. Зато доверие к источнику информации положительно связано с общей открытостью опыту ($r=0,41$; $p\leq0,01$) и пониманием эмоций ($r=0,33$;

p≤0,05). Мы можем говорить о том, что важнее становится не то, что говорится, а то, кто говорит. Отсюда возможен риск того, что студенты охотнее доверяют «человечным» источникам, чем нейтральной, но проверенной информации.

Заключение. В ходе исследования было выявлено, что студенты активно пользуются искусственным интеллектом, но в целом слабо склонны приписывать ему человеческие качества и воспринимают его, прежде всего, как полезный инструмент. Было выявлено, что чем выше ригидность, то есть склонность придерживаться привычных способов мышления и труднее принимать новое, тем меньше выражена тенденция воспринимать ИИ как «человека». Доверие к виртуальной среде в большей степени связано с рефлексией, открытостью опыту и эмоциональным интеллектом. В целом результаты показывают, что студенты способны воспринимать ИИ как удобного и «умного» помощника, иногда эмоционально реагировать на его поведение, но при этом сохраняют критичность и не готовы полностью отказываться от человеческого контроля.

Информация о финансовой поддержке: *Работа выполнена в рамках государственного задания «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (№ FRRE-2026–0029)*

Список литературы

1. Nass, C. Machines and mindlessness: social responses to computers / C. Nass, Y. Moon // Journal of Social Issues. – 2000. – Vol. 56, No. 1. – P. 81–103. – DOI: 10.1111/0022-4537.00153.
2. Белых, Т. В. Опросник доверия молодежи к виртуальной среде: разработка и валидизация / Т. В. Белых, А. А. Шаров, Е. Б. Князев, В. В. Белых // Перспективы науки и образования. – 2025. – № 4. – С. 344–356. – DOI: 10.32744/pse.2025.4.22.
3. Войскунский, А. Е. Психология и Интернет / А. Е. Войскунский. – Москва : Акрополь, 2010. – 439 с. – ISBN 978-5-98807-044-3.
4. Елисеев, О. П. Конструктивная типология и психодиагностика личности / О.П. Елисеев. – Псков : ПОИУУ, 1994. – 280 с.
5. Титова, Т. А. Антропоморфизм как форма познания мира / Т. А. Титова // Ученые записки Казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2010. – Т. 152, № 1. – С. 172–179. EDN: LDFTGF.
6. Тихомиров, О. К. Теория деятельности, измененной информационной технологией / О. К. Тихомиров // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 1993. – № 2. – С. 31–41.
7. Ясин, М. И. Опросник для измерения открытости опыту в человекоцентрированном подходе: разработка и валидизация / М. И. Ясин, В. В. Колпачников // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2025. – Т. 22, № 2. – С. 222–236. – DOI: 10.17323/1813–8918-2025-2-222-236.

УДК 159.9

НЕЙРОЭСТЕТИКА: КАК СОВРЕМЕННЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ ИСКУССТВА И ВИРТУАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ ВЛИЯЮТ НА ЧЕЛОВЕКА

Харланова Ю.В., канд. пед. наук, ORCID 0000-0003-1885-4787
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула, РФ
psytu@yandex.ru

Введение. Нейроэстетика представляет собой междисциплинарную область, объединяющая нейронауку и эстетику, которая исследует влияние искусства и визуальных стимулов на мозг человека. В современном мире развитие технологий, особенно виртуальной реальности, значительно расширяет возможности восприятия и взаимодействия с произведениями искусства, что в свою очередь влияет на эмоциональное и когнитивное состояние человека [3].

Основная часть. В 1990-х годах нейробиолог из Великобритании, Семир Зеки [1], ввел понятие «нейроэстетика», и его считают основоположником этой области. Изучение нейронных основ креативности началось у Зеки в 1994 году. В 2001 году он учредил Институт Нейроэстетики. С 2008 года он занимает должность профессора нейроэстетики в Университетском колледже Лондона.

Первые исследования в сфере нейроэстетики, проведенные Зеки совместно с индийским неврологом Вилейануром Рамачандраном [2] в 90-е годы, выявили взаимосвязь между художественным видением и спецификой обработки зрительной информации в мозге.

С 2005 года концепция объединения нейробиологии и искусствоведения трансформировалась в широко известную на международном уровне дисциплину. Профессор Джон Онианс, в своей работе «Нейро-арт-история: от Аристотеля и Плиния до Баксандала и Зеки», опубликованной в 2008 году, полагает себя первопроходцем в этой сфере.

Эстетика охватывает множество аспектов, включая искусство, природу, архитектуру, моду и повседневную жизнь. Она исследует, как люди воспринимают и оценивают различные объекты и явления через призму красоты. Основные вопросы эстетики касаются того, что такое красота, каковы источники эстетического опыта, как культура и общество влияют на восприятие красоты.

Эстетика не является статичной; она изменяется с течением времени и в зависимости от культурных контекстов. В античности красота ассоциировалась с гармонией и пропорцией, в то время как в эпоху романтизма акцент делался на чувства и индивидуальный опыт.

Надо сказать, что оценка красоты объектов заложена в человеке на генетическом уровне [1]. Иллюстрацией этого может быть арт-проект, организованный художниками Виталием Комаром и Александром Меламидом под названием «Выбор народа» и запущенный в 1994 году. Они представили миру картины, созданные на основе результатов социологических опросов, которые были разделены на две категории: «самая желанная картина» для определенной нации и самая «нежеланная». Проект становится интерпретацией лозунга «Искусство принадлежит народу!» и нацелен на «сближение искусства и народа».

Современные произведения искусства, включая интерактивные инсталляции, цифровые картины и мультимедийные проекты, активируют различные области мозга, вызывая яркие эмоциональные переживания, стимуляцию воображения и даже изменение настроения. Благодаря нейроэстетике ученые пытаются понять, каким образом эстетические впечатления формируют наше восприятие, память и личностное развитие.

Интерактивные инсталляции как произведения искусства представляют собой уникальное сочетание технологий, творчества и взаимодействия со зрителем. В современном искусстве они становятся не просто статическими объектами, а живыми, меняющимися в процессе восприятия. Такие произведения позволяют зрителю стать активным участником, влиять на окружающую среду и получать персональный опыт.

Основная идея интерактивных инсталляций – разрушение границ между художником и зрителем. Благодаря использованию сенсоров, датчиков движения, виртуальной и дополненной реальности, художники создают пространства, где каждое действие посетителя может изменить визуальный или звуковой ряд, пространственную структуру или даже концепцию произведения. Это делает искусство более доступным и вовлекающим, стимулируя эмоциональный отклик и глубокое осмысление.

Виртуальная реальность способна вызывать сильные эмоциональные реакции. От страха и восторга до сочувствия и эмпатии – VR позволяет нам переживать эмоции в контролируемой среде, что может быть полезно для лечения фобий и посттравматического стрессового расстройства. Однако, существует риск эмоциональной зависимости и размывания границ между виртуальным и реальным миром.

VR предлагает новые формы социального взаимодействия. Виртуальные миры становятся местом для встреч, общения и сотрудничества. Однако, чрезмерное увлечение виртуальным общением может привести к изоляции и ухудшению социальных навыков в реальной жизни.

По мере развития технологий, VR будет все глубже проникать во все сферы нашей жизни. От образования и медицины до искусства и развлечений – потенциал VR огромен. Важно помнить о возможных

негативных последствиях и использовать VR ответственно, чтобы она приносила пользу человечеству.

VR оказывает значительное влияние на восприятие, эмоции и поведение человека. С одной стороны, VR может улучшить навыки, повысить эмпатию и предоставить возможности для обучения и развлечений. С другой стороны, длительное использование VR может вызывать укачивание, дезориентацию и зависимость. Важно соблюдать баланс и контролировать время, проведенное в виртуальной реальности, чтобы избежать негативных последствий. Также, исследования показывают, что VR может влиять на память и восприятие реальности, особенно у детей и подростков.

В фильме «Первому игроку приготовиться» изображено будущее, которое кажется одновременно захватывающим и пугающим. С одной стороны, перед нами развернут огромный виртуальный мир OASIS, дающий людям возможность уйти от суровой реальности, полной нищеты и разрухи. В этом мире каждый может стать кем угодно, воплотить самые смелые фантазии и построить жизнь, о которой в реальном мире остается только мечтать.

Заключение. Нейроэстетика как современное направление в науке помогает понять, как современные формы искусства и виртуальная реальность воздействуют на мозг человека, вызывая эмоциональные реакции, расширяя границы восприятия и способствуя личностному развитию. В будущем эти исследования могут привести к созданию новых методов художественного воздействия и терапии, основанных на нейронаучных принципах, что откроет новые возможности для взаимодействия человека с искусством.

Список литературы

1. Красота и мозг. Биологические аспекты эстетики / Под ред. И. Ренчлера, Б. Херцбергер, Д. Эпстайна. – Москва, 1995. – 335 с. ISBN 5-03-002403-4.
2. Рамачандран, В. Мозг рассказывает. Что делает нас людьми / В. Рамачандран. – Москва: Карьера Пресс, 2017. – 422 с.
3. Чистопольская, А.В. Введение в нейроэстетику / А.В. Чистопольская. – Москва: Директ-Медиа, 2024. – 244 с. DOI: 10.23681/709986.

Психология образования и развития: от младенчества до пожилого возраста

УДК 159.922.8

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМ ТИПОМ ТРЕВОЖНОСТИ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Байтуманова З.Н., ORCID 0009-0008-1927-3830
ФГБОУ ВО «Калмыцкий государственный университет им. Б.Б. Городовикова»,
г. Элиста, РФ
zandab@mail.ru

Введение. Государственная итоговая аттестация (ГИА) является мощным стрессогенным фактором для старшеклассников, оказывающим дестабилизирующее влияние на их психоэмоциональное состояние и результативность учебной деятельности. Исследования показывают, что от 60% до 80% выпускников испытывают выраженную экзаменационную тревогу [5, 6]. Существующие программы сопровождения зачастую носят общий характер и не учитывают структурное разнообразие тревожности, что требует дифференцированного подхода.

Целью данного исследования является теоретическое обоснование, разработка и экспериментальная проверка эффективности программы психолого-педагогического сопровождения старшеклассников, дифференцированной по типу тревожности.

Основная часть. Теоретический анализ показал, что психологическая готовность к ГИА представляет собой интегративное образование, включающее процессуальный, личностный и познавательный компоненты [7]. Процессуальный компонент включает знание процедуры экзамена, навыки работы с тестовыми заданиями и заполнения бланков. Личностный компонент характеризуется наличием у выпускника личностно-смысловой позиции, позволяющей выстроить стратегию деятельности на экзамене, а также владением способами снижения тревоги и управления своим эмоциональным состоянием. Познавательный компонент включает не только знания, но и сформированность учебной деятельности, наличие познавательной мотивации, а также владение навыками самоорганизации и саморегуляции.

Тревожность выступает центральным дестабилизирующим фактором в период подготовки к ГИА. В психолого-педагогических исследованиях (А.М. Прихожан, Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин) тревожность понимается как переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием

неблагополучия и предчувствием грозящей опасности [4]. В старшем школьном возрасте тревожность достигает своего пика, что связано с активным развитием самосознания и рефлексии. В ситуации экзамена тревожность может проявляться в когнитивных нарушениях (ухудшение внимания, памяти), эмоциональной дезорганизации (паника, чувство беспомощности), поведенческих нарушениях (прокрастинация, хаотичные действия) и соматических реакциях (вегетативные проявления, нарушения сна). Согласно закону Йеркса-Додсона, оптимальный уровень тревоги способствует мобилизации ресурсов, тогда как чрезмерно высокий или низкий уровень приводит к дезорганизации деятельности.

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ №10» г. Элиста. В нем приняли участие 60 учащихся 11-х классов (16–17 лет). Для диагностики использовались: методика «Многомерная оценка детской тревожности» (Е.Е. Ромицына), анкета «Психологическая готовность учащихся к ОГЭ и ЕГЭ» (М.Ю. Чибисова) и методика Ч.Д. Спилбергера–Ю.Л. Ханина. На констатирующем этапе было выявлено, что у большинства старшеклассников (55–60%) наблюдается повышенный и крайне высокий уровень общей тревожности. Наибольшую выраженность имеет тревога в ситуациях проверки знаний. Ситуативная тревожность на высоком уровне отмечена у 70–75% учащихся, личностная – у 60–70%.

На основе результатов диагностики были выделены две подгруппы с различными профилями тревожности. Подгруппа А («Я-центрированная тревожность») характеризовалась страхом оценки окружающих и самовыражения, что соответствовало высоким баллам по шкалам №3, 7, 8 методики МОДТ. Основные страхи: «Я буду выглядеть глупо», «Обо мне плохо подумают», страх публичного провала. Подгруппа Б («Социально-астеническая тревожность») отличалась тревогой в отношениях со сверстниками и учителями, а также снижением психической активности (шкалы №2, 4, 5, 9). Основные страхи: страх конфликтов, непонимания, неспособность выдержать нагрузку, упадок сил.

С учетом выявленных особенностей была разработана и реализована программа «Путь к успеху: экзамен без стресса». Программа включала три блока: диагностико-мотивационный, основной (формирующий) и заключительный. Особенностью программы стала дифференциация содержания для подгрупп А и Б. Для подгруппы А были разработаны занятия, направленные на снижение значимости чужого мнения, формирование адекватной самооценки и тренинг уверенного поведения (темы: «Я и мое отражение», «Право на ошибку», «Взгляд из зала», «Самоценность»). Для подгруппы Б – занятия по нормализации отношений со значимыми взрослыми, восстановлению энергетического ресурса и обучению приемам энергосбережения (темы: «Мои опоры», «Разговор с учителем/родителем», «Энергия и отдых», «Ресурсные состояния»). Общая продолжительность программы – 8 недель, 16 занятий по 1,5 часа. В

программе использовался комплекс методов: тренинговые занятия, мини-лекции, дискуссии, ролевые игры, дыхательные и релаксационные техники, техники когнитивной коррекции, арт-терапевтические упражнения.

Анализ результатов контрольного этапа показал высокую эффективность программы. В экспериментальной группе (ЭГ) произошло значимое снижение уровня тревожности по всем шкалам методики МОДТ ($p < 0,05$ – $p < 0,001$). В частности, по шкале «Тревога в ситуациях проверки знаний» средний балл снизился с 7,2 до 4,8 ($p < 0,001$), в то время как в контрольной группе (КГ) он остался на уровне 7,0. Значительно улучшились показатели психологической готовности к ЕГЭ: доля учащихся с низким уровнем знаний о процедуре экзамена в ЭГ сократилась с 65% до 5%, а доля с высоким уровнем выросла до 70%. Показатели ситуативной (42,3 против 49,0; $p < 0,001$) и личностной (44,1 против 46,2; $p = 0,018$) тревожности по методике Спилбергера-Ханина в ЭГ также стали значимо ниже, чем в КГ. Внутригрупповой анализ динамики по Т-критерию Вилкоксона подтвердил статистически значимые позитивные изменения в ЭГ по всем показателям и отсутствие таковых в КГ.

Заключение. Проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения, дифференцированной по типу тревожности, позволяет значимо снизить уровень тревожности и повысить психологическую готовность старшеклассников к ГИА. Эффективность программы обеспечивается комплексным воздействием на когнитивную, эмоциональную и поведенческую сферы, а также адресной помощью учащимся с разными профилями тревожных переживаний. Разработанная программа «Путь к успеху: экзамен без стресса» может быть использована педагогами-психологами в работе с выпускниками.

Список литературы

1. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. – Москва: Генезис, 2000. – 298 с. – ISBN 5-85297-014-X.
2. Дубровина, И. В. Практическая психология образования: учеб. пособие / И.В. Дубровина. – Москва: ТЦ «Сфера», 1997. – 528 с. – ISBN 5-89144-019-9.
3. Моросанова, В. И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности / В. И. Моросанова // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2021. – № 1. – С. 4-37. – DOI: 10.11621/vsp.2021.01.01. – EDN PUYYXO.
4. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика: монография / А. М. Прихожан. – Москва: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: МОДЭК, 2000. – 304 с. – ISBN 5-89502-089-5.
5. Тарабрина, Н. В. Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности / Н. В. Тарабрина, Н. Е. Харламенкова, М. А. Падун [и др.]. – Москва: Институт психологии РАН, 2017. – 344 с. – ISBN 978-5-9270-0359-4.

6. Чибисова, М. Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями: метод. пособие / М. Ю. Чибисова. – Москва: Генезис, 2009. – 184 с. – ISBN 978-5-98563-168-5.
7. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции: учеб. пособие / Ю. В. Щербатых. – Санкт-Петербург: Питер, 2006. – 256 с. – ISBN 5-469-01517-3.

УДК 159.922

ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ КАК ФАКТОР ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Балобанова М.Н.,
Коновалова Е.В., канд. пед. наук, доц.
ФГБОУ ВО «Набережночелнинский государственный педагогический университет»,
г. Набережные Челны, Респ. Татарстан, РФ.
balobanova.rita@mail.ru, ele4621@yandex.ru

Введение. В последние годы проблема агрессивного поведения подростков приобретает особую актуальность в связи с распространением конфликтных ситуаций в образовательной среде и различных форм девиантного поведения. Агрессивность в подростковом возрасте представляет собой сложное психологическое образование, обусловленное совокупностью биологических, индивидуально-психологических и социальных факторов. Существенную роль при этом играют особенности семейного воспитания и характер детско-родительских отношений, поскольку семья является первичной средой социализации, в которой формируются эмоциональные реакции, способы взаимодействия и модели поведения в конфликтных ситуациях.

Роль социальной среды и семейного взаимодействия в развитии личности рассматривались в трудах Л. И. Божович [1], Л. С. Выготского [2] и А. А. Реана [3]. Значимость семейного воспитания и внутрисемейных отношений подчёркивается Э. Г. Эйдемиллером и В. В. Юстицкисом [4]. Согласно теории социального научения А. Бандуры, агрессивное поведение может усваиваться посредством наблюдения за моделями поведения значимых людей [5]. Следовательно, нарушения эмоционального контакта, непоследовательность требований, чрезмерная строгость или отсутствие необходимых ограничений могут способствовать закреплению агрессивных форм реагирования.

Цель исследования – изучение взаимосвязи особенностей детско-родительских отношений с уровнем агрессивности подростков и оценка эффективности психолого-педагогического воздействия, направленного на оптимизацию семейного взаимодействия.

Основная часть. Исследование проводилось на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 18 с углублённым изучением отдельных предметов» г. Набережные Челны. В исследовании приняли участие 80 человек: 40 подростков восьмых классов и 40 родителей. Использовались методика «Стратегии семейного воспитания» С. С. Степановой в модификации И. И. Махониной, тест агрессивности Л. Г. Почебут и опросник агрессивности А. Басса – А. Дарки.

На констатирующем этапе показатели экспериментальной и контрольной групп были в целом сопоставимы. По тесту Л. Г. Почебут высокий уровень агрессии был выявлен у 55 % подростков экспериментальной группы и 40 % контрольной. По опроснику А. Басса – А. Дарки высокий уровень физической агрессии отмечался у 35 % подростков экспериментальной и 30 % контрольной группы, косвенной агрессии – у 30 % и 20 %. Высокий уровень обиды выявлен у 45 % и 40 %, подозрительности – у 45 % и 50 % соответственно. Полученные данные позволили определить исходный уровень агрессивных и враждебных проявлений и провести последующее сравнение динамики показателей.

Изучение семейного воспитания показало, что авторитарный стиль был представлен у 40 % родителей экспериментальной группы и 25 % контрольной; демократический – у 20 % родителей экспериментальной группы и 30 % контрольной; либеральный – у 15 % родителей экспериментальной группы и 25 % контрольной, индифферентный – у 25 % родителей экспериментальной группы и 20 % контрольной.

В процессе исследования нами была реализована коррекционно-развивающая программа в экспериментальной группе на снижение агрессивности подростков и оптимизацию детско-родительских отношений. Она включала тренинговые и совместные занятия подростков с родителями, психологическое просвещение, групповые дискуссии и практические упражнения.

Работа с подростками была ориентирована на осознание причин агрессивного поведения, развитие эмоциональной компетентности и самоконтроля, формирование навыков конструктивного общения и разрешения конфликтов. Использовались упражнения на командообразование, доверие, развитие эмпатии, распознавание эмоций, безопасное выражение гнева и поиск альтернативных способов поведения. В групповых дискуссиях подростки анализировали конфликтные ситуации, учились выражать чувства и потребности без обвинений, слушать собеседника и находить конструктивные варианты решения проблемы.

Работа с родителями включала психологическое просвещение по вопросам возрастных особенностей подростков, агрессивного поведения и влияния стиля воспитания на эмоциональное состояние ребёнка. На совместных занятиях выполнялись упражнения на доверие,

взаимопонимание и сотрудничество, обсуждались типичные конфликтные ситуации и способы их конструктивного разрешения.

Результаты проведенного исследования показали положительную динамику. Доля подростков с высоким уровнем агрессии снизилась с 55 % до 45%, высокий уровень физической агрессии уменьшился с 35 % до 25 %, косвенной агрессии – с 30 % до 25 %, обиды – с 45 % до 35 %, подозрительности – с 45 % до 30 %. В контрольной группе показатели оставались относительно стабильными.

В сфере семейного воспитания доля родителей с авторитарным стилем в экспериментальной группе снизилась с 40 % до 30 %, а демократическим – увеличилась с 20 % до 25 %. Это указывает на тенденцию к снижению директивности и усилению сотрудничества в детско-родительском взаимодействии.

Для математико-статистического подтверждения результатов использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Полученное значение ($r_s = 0,85$) при ($p \leq 0,01$) свидетельствует о статистически значимой тесной связи между характером семейного воспитания и уровнем агрессивности подростков. Для оценки динамики применялся критерий χ^2 Пирсона. Сопоставление результатов доказало статистически подтверждённую положительную динамику.

Заключение. Таким образом, результаты исследования подтверждают взаимосвязь особенностей детско-родительских отношений и проявлений агрессивности в подростковом возрасте. Авторитарность, недостаток эмоциональной поддержки и непоследовательность воспитательных воздействий могут способствовать закреплению агрессивных форм поведения. Реализация комплексной программы, включающей работу с подростками и родителями, способствует снижению выраженности агрессивных проявлений и развитию более конструктивных способов семейного взаимодействия. Полученные результаты позволяют рассматривать оптимизацию детско-родительских отношений как значимое направление профилактики и коррекции агрессивного поведения подростков.

Список литературы

1. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 400 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.
2. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл; Эксмо, 2005. – 1136 с.
3. Реан, А. А. Психология личности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 288 с.
4. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – 4-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 672 с.
5. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура ; пер. с англ. – Санкт-Петербург : Евразия, 2000. – 320 с.

УДК 159.9.07

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ КАК ПРЕДИКТОРЫ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН: ВОЗРАСТНОЙ АСПЕКТ

Буц Я.В.,
Барышева Е.В., канд. психол. наук, ORCID 0000-0002-1476-0655
ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет», г. Москва, РФ
yana.info37@gmail.com, barisheva45@mail.ru

Введение. Проблема субъективного благополучия личности занимает одно из центральных мест в современной психологии, поскольку отражает не только эмоциональную оценку жизни, но и степень самореализации человека. Особую актуальность приобретает изучение ценностных ориентаций как предикторов благополучия у женщин разного возраста, что обусловлено возрастной динамикой ценностно-смысловой сферы и изменением социальных ролей. Цель исследования – выявить специфику взаимосвязи ценностных ориентаций и субъективного благополучия женщин в ранней, средней и поздней взрослости.

Теоретический обзор. В психологии сложились гедонический (Э. Динер) и эвдемонический (К. Рифф) подходы к благополучию. Гедонический акцентирует позитивные эмоции и удовлетворенность жизнью [6], эвдемонический – самореализацию и личностный рост [7]. Согласно К. Рифф, структура психологического благополучия включает автономию, самопринятие, позитивные отношения, личностный рост, управление средой и цели в жизни [7]. Ценностные ориентации (Ш. Шварц) – убеждения о желаемых целях, служащие руководящими принципами [5]. Д.А. Леонтьев рассматривает ценности как смыслообразующие ориентиры личности [4]. Современные исследования интегрируют оба подхода, рассматривая благополучие как многомерный конструкт [3]. К.С. Виноградова и О.Р. Тучина показали связь гендерной идентичности с психологическим благополучием женщин [2].

Эмпирическое исследование. Выборка составила 60 женщин в возрасте от 18 до 60 лет, разделенных на три возрастные группы в соответствии с периодизацией Б.Г. Ананьева: ранняя взрослость (18–25 лет, n=15), средняя взрослость (26–46 лет, n=30), поздняя взрослость (47–60 лет, n=15) [1]. Использовались методики: Шкала психологического благополучия К. Рифф (адаптация Н.Н. Лепешинского), Шкала субъективного благополучия Э. Динара (адаптация Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева), Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева.

Анализ результатов показал, что структура ценностных ориентаций женщин имеет выраженную возрастную динамику. У женщин ранней

взрослости доминируют ценности самореализации, профессионального роста и материального благополучия. У женщин средней взрослости возрастает значимость ценностей семьи, межличностных отношений и эмоциональной близости. В поздней взрослости усиливается ориентация на экзистенциальные ценности – духовность, самопринятие, альтруизм.

Средние значения показателей психологического благополучия (шкалы Рифф) и субъективного благополучия (SWLS) представлены в табл.

Таблица

Средние значения и стандартные отклонения показателей психологического благополучия (шкалы Рифф) и субъективного благополучия (SWLS) у женщин разных возрастных групп

Показатель	Ранняя взрослость (18–25 лет) M ± SD	Средняя взрослость (26–46 лет) M ± SD	Поздняя взрослость (47–60 лет) M ± SD
Автономия	48,2 ± 6,1	50,1 ± 5,8	52,3 ± 6,4
Самопринятие	45,6 ± 7,2	49,8 ± 6,5	54,1 ± 7,0
Позитивные отношения	50,3 ± 5,9	53,7 ± 6,2	55,2 ± 5,5
Личностный рост	52,1 ± 6,8	49,4 ± 7,1	47,6 ± 6,9
Управление средой	47,8 ± 6,3	51,2 ± 5,7	52,9 ± 6,1
Цели в жизни	49,5 ± 7,0	51,8 ± 6,4	53,4 ± 6,7
Общий показатель Рифф	293,5 ± 25,4	306,0 ± 24,1	315,5 ± 26,8
SWLS (удовлетворенность жизнью)	22,4 ± 4,2	24,1 ± 4,6	25,8 ± 4,9

Примечание. M – среднее значение, SD – стандартное отклонение.

С возрастом наблюдается устойчивая тенденция к повышению большинства показателей психологического благополучия: автономии, самопринятия, позитивных отношений, управления средой, целей в жизни, а также общего показателя Рифф и удовлетворенности жизнью (SWLS).

Это свидетельствует о том, что женщины старших возрастных групп более целостно воспринимают себя и свою жизнь, лучше управляют окружением и испытывают большее удовлетворение.

Исключение составляет шкала «Личностный рост», значения которой снижаются от ранней к поздней взрослости. Это может отражать переориентацию женщин поздней взрослости с активного саморазвития на принятие себя и поддержание достигнутого уровня, что согласуется с эвдемоническим пониманием благополучия как интеграции и самопринятия [3; 7]. Корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) выявил значимые взаимосвязи между показателями ценностных ориентаций и субъективного благополучия. У женщин ранней взрослости ценности самореализации положительно коррелируют с показателями личностного роста ($r=0,42$; $p<0,05$) и целей в жизни ($r=0,38$; $p<0,05$). У женщин средней взрослости ценности межличностных отношений связаны с показателями позитивных отношений ($r=0,45$; $p<0,01$) и самопринятия

(r=0,36; p <0,05). В поздней взрослости выявлена положительная связь экзистенциальных ценностей с общим показателем психологического благополучия (r=0,51; p <0,01). Наиболее сильные связи обнаружены между общим показателем СЖО и шкалой «Цели в жизни» (r=0,61), а также между СЖО и удовлетворенностью жизнью (SWLS) (r=0,58). Это подтверждает, что осмысленность жизни и наличие ясных целей являются ключевыми предикторами субъективного благополучия [3; 4].

Полученные результаты согласуются с данными о возрастной динамике ценностных ориентаций женщин и подтверждают положение Д.А. Леонтьева о смыслообразующей функции ценностей [4]. Выявленные закономерности могут быть использованы при разработке программ психологического сопровождения женщин с учетом их возрастных особенностей.

Заключение. Таким образом, ценностные ориентации выступают значимыми предикторами субъективного благополучия женщин, при этом их вклад имеет выраженную возрастную специфику. В ранней взрослости благополучие определяется преимущественно ценностями самореализации и профессионального развития, в средней – ценностями семьи и межличностных отношений, в поздней – экзистенциальными ценностями. Перспективы дальнейшего исследования связаны с изучением роли гендерной идентичности в системе взаимосвязей ценностных ориентаций и благополучия женщин.

Список литературы

1. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания: избранные психологические труды / под ред. А. А. Бодалева. – 3-е изд., стер. – Москва: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2008. – 431 с. ISBN 978-5-9770-0363-6.
2. Виноградова, К. С. Модель взаимосвязи онтологической уверенности, гендерной идентичности и психологического благополучия женщин / К.С. Виноградова, О.Р. Тучина // Южно-российский журнал социальных наук. – 2025. – Т. 26, № 3. – С. 80–89. DOI: 10.31429/26190567-26-3-80-89
3. Куралович, Н. С. Теоретико-методологические подходы к феномену «психологическое благополучие»: обзор зарубежных моделей / Н.С. Куралович // Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. статей. – Минск: РИВШ, 2023. – С. 159–168. EDN: SXOMZE.
4. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – 4-е изд., испр. – Москва: Смысл, 2019. – 584 с. ISBN 978-5-89357-385-5.
5. Шварц, Ш. Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России / Ш. Шварц, Т.П. Бутенко, Д.С. Седова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 2. – С. 43–70.
6. Diener, E. Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators / E. Diener, E. Suh // Social Indicators Research. – 1997. – Vol. 40, № 1-2. – P. 189–216.
7. Ryff, C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being / C. D. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57, № 6. – P. 1069–1081.

УДК 159.9

ДИАГНОСТИКА СЕНСОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Васина Ю.М., канд. пед. наук, доц., ORCID 0000-0002-3740-9745
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула, РФ
j_m_vasina@mail.ru

Введение. Одним из важных факторов подготовки ребенка старшего дошкольного возраста к школе является его сенсомоторное развитие, под которым понимается способность человека соединять работу органов чувств и движения, в частности, выполнять мелкие и точные движения пальцами и кистями рук в результате скоординированных действий костной, мышечной и нервной систем [3]. Причиной сенсомоторной незрелости, как отмечает С.Г. Блайт, зачастую является слабая активность примитивных рефлексов. Существует, как отмечает автор, прямая связь между моторной незрелостью и школьной неуспеваемостью [1].

В своих исследованиях А.В. Семенович [4] предполагает, что воздействие на сенсомоторный уровень ребенка с учетом общих закономерностей развития в онтогенезе вызывает активизацию всех психических функций организма. Все двигательные системы мозга работают с использованием обратной связи, то есть на основе получения сенсорной информации, идущей от проприорецепторов (мышечных веретён, сухожильных и суставных рецепторов), от тактильных рецепторов и от рецепторов вестибулярного аппарата. Моторная коррекция предполагает использование телесно-ориентированных методов, направленных на восстановление контакта с собственным телом, снятие телесных зажимов, напряжения, развитие невербальных компонентов общения. Также в данном направлении применяются и собственно когнитивные методы, направленные на преодоление трудностей усвоения знаний и формирование высших психических функций (ВПФ). Как отмечается в исследованиях Н.А. Бернштейн, обе группы методов применяются в едином комплексе, с их последующей интеграцией и с учетом взаимодополняющего влияния [2].

Целью нашего исследования стала разработка диагностического инструментария для выявления уровня сенсомоторного развития детей дошкольного возраста.

Основная часть. Как отмечает О.А. Панченко, в онтогенезе развитие психомоторики намного опережает формирование речи и мышления ребенка, составляя базис для их становления. Развивая телесную моторику в подвижных играх, танцах, на уроках ритмики, при игре на музыкальных инструментах, мы тем самым создаем предпосылки для становления речи и

мышления [3]. Вот почему коррекционная работа должна быть направлена «снизу-вверх» (от движения к мышлению), а не наоборот.

А.Э. Симановский сформулировал энергетическое правило скелетных мышц. Согласно этому правилу, сокращение скелетной мускулатуры определяет деятельность целого организма на всех его уровнях (клетки, ткани, органы, системы органов). Морфофункциональная специфика целостного функционирования организма определяется его двигательной активностью. Особенно велико влияние проприорецептивной афферентации на деятельность мозга, на его функциональное состояние. Так, проприорецептивные импульсы вызывают более или менее выраженное повышение тонуса коры головного мозга, что создает благоприятные условия для выработки новых временных связей и функционирования уже имеющихся [5].

С целью выявления уровня сенсо-моторного развития ребенка была использована комплексная методика С.Г. Блайт [1], включающая следующие задания: а) для оценки крупной моторной координации, проприоцепции и контроля статистического равновесия (тест Ромберга, задания: на удержание равновесия на одной ноге, ползание на четвереньках, пресечение срединной линии, противопоставление большого пальца пальцам руки); б) тест Айреса на активность примитивных рефлексов (исследование асимметричного шейного тонического рефлекса (АШТР) и симметричного шейного тонического рефлекса (СШТР); в) на выявления уровня развития зрительного восприятия и зрительно-моторной интеграции (тест А.Е.Тенсли). В качестве дополнительного исследования можно провести проективную методику «Рисунок человека».

Анализируя результаты первой серии исследований, следует отметить, что в процессе выполнения теста Ромберга детям сложно просто выдерживать позицию стоя. Даже с открытыми глазами ребенок раскачивается, отводит руки в стороны от тела, иногда кривится, высовывая язык. Сложнее всего испытуемым стало удержание равновесия на одной ноге. Данный факт означает незрелость вестибулярной и постуральной систем, проявляющейся в трудности контроля одной стороны тела над другой. Рассматривая упражнение ползания на четвереньках, наблюдалось, что ребёнок ползает маленькими «кроличьими» прыжками, то есть ползёт вперёд, используя руку и ногу на одной и той же стороне тела.

Что касается выполнения задания на пересечение срединной линии, когда нужно брать шарик и перекладывать предмет из одной руки в другую, пересекая срединную линию, то наблюдается, что ребенок тянет другую руку к серединной линии, чтобы взять мячик. Испытуемым через какое-то время сложно было настолько, что они роняли мячик, а когда повторяли задание, то часто теряли равновесие. Аналогичные результаты наблюдались при пересечении срединной линии, когда необходимо поднять правую или левую руку, согнув её над головой и коснуться мочки противоположного

уха. В процессе выполнения задания иногда даже ребёнок совершал движение лицом или языком, то есть задействовал всё тело при движении руки и кисти. Что касается упражнения противопоставления большого пальца пальцем руки, то здесь большинству детей трудно дается данное упражнение. Пальцы другой руки у испытуемых двигались зеркально, повторяя движения активной руки. Мизинцем и безымянным пальцем ребёнку было сложнее всего выполнять движения, а некоторые дети вообще не смогли выполнить задание.

Диагностируя асимметричный шейный тонический рефлекс и симметричный шейно-тонический рефлекс, следует отметить, что для выявления активности ребенка тест Ауреса основывается на том, что дети могут ползать на четвереньках, или, хотя бы, вставать на четвереньки с опорой на четыре точки. При этом ребенок должен уметь поворачивать голову направо, удерживая ее параллельно линии плеч в течение 5–10 секунд, а потом вернуться в исходное положение и также зафиксировать голову на несколько секунд. То же самое необходимо проделать в левую сторону.

Заключение. Таким образом, по результатам тестирования на зрительное восприятие и зрительно-моторную интеграцию видно, что не всегда дети правильно определяют размер предмета, положение фигуры на странице. При оценке выполнения линий на листе бумаги, следует отметить, что практически всем испытуемым особенно трудно было скопировать диагональную линию, рисуя ее сверху вниз- слева направо, а также сверху вниз - справа налево. Данное диагностическое исследование легло в основу разработки условий для преодоления когнитивных нарушений путем развития и коррекции у детей двигательной сферы.

Список литературы

1. Блайт, С. Г. Оценка нейромоторной готовности к обучению: диагностический тест развития от ИНФП и школьная коррекционная программа / С.Г. Блайт. – Москва: Линка-Пресс, 2017. – 96 с.
2. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / Н.А. Бернштейн. – Москва: Наука, 1994. – 494 с.
3. Гаврина, С. Е. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук / С.Е. Гаврина. – Москва: Издательство: Экзамен, 2017. –230 с.
4. Семенович, А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте / А.В. Семенович. – Москва: Академия, 2002. – 232 с.
5. Симановский, А. Э. Исследование особенностей развития сенсомоторной функции у детей с ограниченными возможностями здоровья / А.Э Симановский, С.Н. Воронина // Ярославский педагогический вестник, 2017 – № 6. – С. 238–241.

УДК 159.923.2

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА У СТУДЕНТОВ ОЧНО-ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Гончар С.Н., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-2937-8141
АНОВО «Московский международный университет», г. Москва, РФ
s-gonchar@mail.ru

Введение. Интенсивные изменения, которые мы сейчас наблюдаем в политической, экономической и культурной сферах жизнедеятельности общества активно влияют на структуру межличностных отношений и самосознание человека. В условиях неопределённости и нестабильности современной социальной ситуации особую остроту приобретает проблема одиночества. Несмотря на значительное количество исследований одиночества в студенческой среде, студенты очно-заочной формы обучения остаются недостаточно изученной группой. Специфика их социальной ситуации, а именно: совмещение учебной и профессиональной деятельности, ограниченность времени на неформальное общение, разрыв привычных социальных связей, создаёт особый контекст переживания одиночества, который не может быть автоматически объяснён данными, полученными на выборках студентов очной формы.

С **целью** изучения психологических особенностей переживания одиночества у студентов очно-заочной формы обучения нами было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие 107 юношей и девушек в возрасте от 18 до 25 лет. Принцип добровольного участия и конфиденциальности результатов обеспечивал снижение вероятности мотивационных искажений.

Основная часть. Для решения поставленных задач использовался комплекс психодиагностических методик, позволяющих оценить уровень одиночества и его взаимосвязи с эмоциональными, коммуникативными и оценочными характеристиками личности: опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной; методика «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса; «Оксфордская шкала счастья» М. Аргайла и П. Хиллса; тест «Оценка коммуникативных умений» Л. Михельсона (перевод и адаптация Ю. Гильбуха); методика «Определение общей самооценки» С. Ковалевой.

Выбор методик обусловлен результатами теоретического анализа и необходимостью исследования как уровня одиночества, так и его взаимосвязей с ключевыми психологическими характеристиками личности.

Статистическая обработка проводилась в IBM SPSS Statistics 26.0. Соответствие распределения нормальному проверяли по критерию

Колмогорова – Смирнова, значимых отклонений не выявлено ($p > 0,05$). Для корреляционного анализа применялся коэффициент Пирсона (r) с проверкой значимости по t-критерию и поправкой Бонферрони ($p < 0,01$). Сравнение групп осуществлялось с помощью однофакторного ANOVA с апостериорным тестом Тьюки, а также t-критерия Стьюдента; при нарушении нормальности – U-критерия Манна–Уитни и H-критерия Краскела–Уоллиса. Размер эффекта оценивался через d Коэна и η^2. Для определения вклада предикторов использовался множественный линейный регрессионный анализ (Enter) с проверкой мультиколлинеарности (VIF < 3), гомоскедастичности (тест Бройша–Пагана) и нормальности остатков (Шапиро–Уилк); значимость модели – по F-критерию Фишера, предикторов – по t-критерию Стьюдента.

Корреляционный анализ выявил отрицательные связи уровня одиночества с уровнем счастья ($r = –0,61$; $p < 0,01$), эмоциональным подъёмом ($r = –0,48$; $p < 0,01$), коммуникативной компетентностью ($r = –0,57$; $p < 0,01$) и самооценкой ($r = –0,63$; $p < 0,01$), а также положительную связь с тревожностью ($r = 0,52$; $p < 0,01$).

Сравнительный анализ показал, что студенты с глубоким переживанием одиночества значимо отличаются от студентов без одиночества по уровню самооценки ($F(2, 104) = 14,72$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,22$), коммуникативной компетентности ($F(2, 104) = 11,35$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,18$) и тревожности ($F(2, 104) = 9,84$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,16$). Апостериорный тест Тьюки подтвердил значимость различий между всеми тремя группами ($p < 0,05$). Размер эффекта d Коэна для пары «глубокое переживание – отсутствие одиночества» составил 1,12 для самооценки, 0,97 для коммуникативной компетентности и 0,89 для тревожности.

Множественный линейный регрессионный анализ показал, что предикторы (самооценка, коммуникативная компетентность, тревожность, эмоциональный подъём, субъективное счастье) объясняют 58% дисперсии уровня одиночества ($R^2 = 0,58$; скорр. $R^2 = 0,56$; $F(5, 101) = 27,84$; $p < 0,001$). Наиболее сильными предикторами выступили самооценка ($\beta = –0,38$; $t = –4,52$; $p < 0,001$) и коммуникативная компетентность ($\beta = –0,31$; $t = –3,87$; $p < 0,001$). Значимый вклад также внесли тревожность ($\beta = 0,24$; $t = 2,96$; $p = 0,004$) и эмоциональный подъём ($\beta = –0,18$; $t = –2,21$; $p = 0,029$). Субъективное счастье значимого вклада не показало ($\beta = –0,11$; $t = –1,34$; $p = 0,183$), что объясняется его тесной связью с эмоциональным подъёмом ($r = 0,66$). Условия применения регрессии соблюдены: VIF от 1,42 до 2,18; тест Бройша–Пагана $p = 0,214$; Шапиро–Уилк $p = 0,087$.

Полученные данные позволяют рассматривать самооценку, коммуникативную компетентность, тревожность и эмоциональный подъём как значимые предикторы переживания одиночества у студентов очно-заочной формы обучения. Наибольший вклад вносят самооценка и

коммуникативная компетентность. Этот результат повторяет картину, полученную на этапе корреляционного анализа.

На основе результатов эмпирического исследования была разработана программа, направленная на снижение уровня проявления состояния одиночества, повышение самооценки, развитие коммуникативных способностей, навыков активного преодоления жизненных трудностей и использования эффективных стратегий преодоления, разрешения конфликтов; получение знаний и развитие навыков саморегуляции, преодоление эмоциональных последствий. Разработанная программа психологической профилактики учитывает ограничения очно-заочной формы обучения: возможность применения дистанционных форматов, гибкий график занятий, ориентацию на взрослую аудиторию с уже сформированными коммуникативными стратегиями. В структуре программы рассматриваются темы: «Знакомство», «Понимание одиночества и его влияния на эмоциональное состояние», «Развитие коммуникативных навыков», «Стратегии преодоления одиночества», «Разрешение конфликтов», «Переосмысление убеждений и самооценки», «Закрепление навыков и план действий на будущее». Программа рассчитана на 12 занятий, проводимых один раз в неделю продолжительностью 80 минут.

Заключение. Настоящее исследование позволило выявить специфическую структуру взаимосвязей одиночества студентов очно-заочной формы обучения с самооценкой, коммуникативной компетентностью и субъективным благополучием, а также обоснована необходимость дифференцированного подхода к психологической профилактике одиночества с учётом формы обучения. Полученные результаты могут быть использованы психологами, социальными работниками, работниками психологической службы и педагогами при работе с лицами, переживающими негативные последствия одиночества.

Список литературы

1. Ключевская, Л. В. Диагностика уровня одиночества у студентов университета / Л.В. Ключевская // Дневник науки. – 2025. – № 3(99). – EDN DQWFZN.
2. Шагивалеева, Г. Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: монография / Г.Р. Шагивалеева. – Елабуга: Алмедиа, 2023. – 157 с.
3. Tran, T. Ch. Loneliness in vietnamese and russian students: scale validation and cross-cultural comparisons / T. Ch. Tran // Social Psychology and Society. – 2025. – Vol. 16, No. 3. – P. 205-218. – DOI 10.17759/sps.2025160311. – EDN XMWCPM.

УДК 159.923

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПРИ СИНДРОМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ВУЗА

Жарова Д.В., канд. психол. наук, ORCID 0000-0001-8858-4466,
Кунова А.Н.
ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина», г. Нижний Новгород, РФ
zharodar@yandex.ru

Введение. Проблема эмоционального выгорания и копинг-стратегий у студентов, долгое время оставалась на периферии научного интереса: исследователи фокусировались, преимущественно, на специалистах помогающих профессий, уже вступивших в трудовую деятельность. Между тем процесс профессионализации начинается еще в период обучения, и именно в это время закладываются устойчивые паттерны реагирования на стресс. Актуальность выбранного направления исследования подтверждается и тем фактом, что «студенческая молодежь на пути личностного и профессионального становления в период обучения в вузе на многие годы вперед определяет жизненную перспективу и свое место в обществе» [2]. Нормативный возрастной кризис, дополненный повседневными стрессами, может привести к неблагоприятным для личности последствиям (повышенная тревожность, депрессивность, эмоционально-поведенческие проблемы) и стать причиной развития эмоционального выгорания.

По мнению Д.Г. Семенихиной, симптомы эмоционального выгорания у студентов педагогического профиля подготовки начинают проявляться на этапе ВУЗовского обучения [3]. О распространении синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) среди студенческой молодежи, пишет и Т.В. Ледовская, отмечая, что частота выявления СЭВ увеличивается от младших к старшим курсам [1]. В исследовании О.И. Щербаковой отмечается, что на развитие эмоционального выгорания влияет использование личностью следующих копинг: стратегия конфронтации, стратегия принятия ответственности и стратегия бегства-избегания [5]. Проведенное Л.А. Черных исследование подтвердило гипотезу, что студенты педагогического ВУЗа имеют достаточно высокий уровень актуального стресса, снижать который позволяют применяемые в студенческой выборке адаптивные копинг-стратегии (самоконтроль, социальная поддержка, планирование решения проблемы, положительная переоценка ситуации) [4].

Цель исследования – изучение копинг-стратегий и их связи с синдромом эмоционального выгорания у студентов педагогического и медицинского ВУЗов.

Основная часть. Исследование проводилось на базе двух высших учебных заведений Нижнего Новгорода: Нижегородского государственного педагогического университета имени К. Минина (НГПУ) и Приволжского исследовательского медицинского университета (ПИМУ). Выборку исследования составили 60 студентов 4 курса очной формы обучения в возрасте от 20 до 23 лет. Среди участников 42 девушки и 18 юношей, что соответствует естественному гендерному составу этих специальностей. В качестве диагностического инструментария использовались следующие методики: Опросник профессионального выгорания Маслач (MBI) в адаптации Н.Е. Водопьяновой; Опросник стратегий преодоления стрессовых ситуаций (SACS) С. Хобфолла в адаптации Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой; Опросник COPE Ч. Карвера и соавторов в адаптации Н.Г. Гаранян и П.А. Иванова.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что студенты медицинского вуза статистически значимо отличаются от студентов педагогического вуза по выраженности эмоционального истощения и склонности к эмоциональной поддержке как копинг-стратегии. По остальным показателям – деперсонализации, редукции достижений, поиску социальной поддержки, поведенческому избеганию, активному совладанию и интегральному избеганию – значимых межгрупповых различий не обнаружено. Это свидетельствует о том, что профили выгорания и совладания в двух выборках в целом сходны, а выявленные различия касаются прежде всего степени эмоционального истощения и предпочтения эмоциональной поддержки.

В выборке студентов педагогического ВУЗа, избегающий копинг – как поведенческий, так и интегральный когнитивно-поведенческий – положительно связан с эмоциональным истощением и деперсонализацией. Активное совладание, напротив, отрицательно связано с деперсонализацией и положительно – с редукцией достижений. Таким образом, избегание выступает фактором риска выгорания. В выборке студентов медицинского ВУЗа, избегание также положительно коррелирует с истощением и деперсонализацией, однако связи поведенческого избегания с компонентами выгорания не достигли уровня значимости. Связи активного и эмоционального копинга с выгоранием у медиков оказались незначимыми. Это указывает на то, что у студентов-медиков именно интегральный когнитивно-поведенческий избегающий копинг более тесно связан с выгоранием, чем поведенческое избегание, а активные стратегии не выполняют выраженной защитной функции.

Сравнение подгрупп с высоким и низким уровнем выгорания показало, что в обеих выборках прослеживается тенденция: чем выше

уровень выгорания, тем чаще студенты используют избегающие копинг-стратегии. В выборке студентов педагогического профиля подготовки эта тенденция выражена несколько сильнее, чем у студентов медицинского профиля подготовки, но в обеих группах различия находятся на границе статистической значимости. Также было выявлено, что респонденты из педагогического ВУЗа с низким уровнем эмоционального выгорания чаще прибегают к активному совладанию.

Заключение. По результатам проведенного исследования были разработаны практические рекомендации, учитывающие специфику полученных данных для каждого профиля подготовки. Общей рекомендацией для обеих групп остается развитие гибкого репертуара совладания и поддержка конструктивных форм эмоциональной поддержки. Полученные результаты могут быть использованы для дальнейших исследований в области взаимосвязи копинг-стратегий и эмоционального выгорания у студентов разных профилей подготовки. Они отражают как общие закономерности формирования совладающего поведения, так и специфические особенности, обусловленные характером профессиональной подготовки, что может быть использовано при разработке профилактических и коррекционных программ в образовательной среде.

Список литературы

1. Ледовская, Т.В. Эмоциональное выгорание и копинг-стратегии у студентов очной и заочной форм обучения / Т.В. Ледовская // Актуальные вопросы непрерывного профессионального образования. Сборник материалов. Под научной редакцией М.В. Новикова. – 2018. – 152 с. – С. 90-94. EDN: VANLLS.
2. Маракшина, Ю.А. Стресс и стратегии совладания у студенческой молодежи: обзор исследований / Ю.А. Маракшина, В.И. Исматуллина, М.М. Лобаскова // Клиническая и специальная психология. – 2024. – 13(2). – С. 5–33. – DOI: 10.17759/cpse.2024130201.
3. Семенихина, Д.Г. Предпочитаемые копинг-стратегии и уровень эмоционального выгорания студентов / Д.Г. Семенихина, Е.С. Бобылева // Сборник трудов РГАУ-МСХА. – 2022. – С. 121-126.
4. Черных, Л.А. Возможности регуляции стресса студентов педагогического вуза / Л.А. Черных // Вестник практической психологии образования. – 2024. – Т. 21, № 3. – С. 38-44. – DOI: 10.17759/bppe.2024210305
5. Щербакова, О.И. Взаимосвязь защитно-совладающего поведения и эмоционального выгорания у молодых педагогов в ВУЗе / Щербакова, Н.В. Лебедева, Т.А.Шукшина, С.В. Савенкова // ТиПФК. – 2023. – №7. – С.45-48.

УДК 316.752; 316.6

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОСНОВАНИЙ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ УНИВЕРСИТЕТА

Легостаева И.В., ORCID 0009-0005-3154-200X
ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет», г. Тюмень, РФ
legostaevaiv@tyuiu.ru

Введение. В современных реалиях системы высшего образования, характеризующейся декларативным характером провозглашаемых ценностях, обозначившимся конфликтом между традиционными академическими ценностями и ценностями рыночными, которые ставят во главу угла конкурентоспоосбность, клиентоориентированность, эффективность, осмысление роли ценностей как регулятора системы социальных отношений в университете, становится все более актуальным.

Цель работы заключается в анализе психологических особенностей ценностных оснований корпоративной культуры университета, характеризующихся неоднородностью среди субъектов образовательного процесса.

Основная часть. Корпоративная культура университета характеризуется как социально-психологический феномен, носящий динамичный характер, состоящий из академических ценностей высшей школы, разделяемых студенческим и профессорско-преподавательским составом установок, одобряемых поведенческих паттернов, негласных правил межличностного и межгруппового взаимодействия. Психологический фундамент корпоративной культуры выстраивается вокруг академической свободы, психологического комфорта, взаимного доверия, профессиональной идентификации преподавательского сообщества. Ядром же университетской культуры являются ценностные основания акторов образовательного процесса. Ценности, выступая базовым элементом культуры, отражают интересы представителей молодежи (студентов) и старшего поколения (преподавателей), формируются под воздействием социально-экономических формаций, транслируют культурный опыт от поколения к поколению [1]. Сущностное понимание категории «ценности» претерпело качественную эволюцию, пройдя путь от классических теорий, подчеркивающих ее абстрактный характер до современных социокультурных парадигм, акцентирующих внимание на нивелировании жестких ценностных иерархий [2, С.23-25].

Университетская среда характеризуется дифференцированными ценностными ориентирами, что детерминировано спецификой университетской корпорации с присущими ей автономными профессиональными группами и иерархической структурой управления [3].

Психологическая особенность ценностных оснований заключается в том, что традиционные академические ценности (приоритет знания, свобода исследований, бескорыстное служение науки) сегодня все чаще вступают в противоречие с бюрократическим контролем, наращиванием конкурентоспособности, необходимостью попадания в рейтинги, ориентацией на клиента (студента). Так, административно-управленческий персонал разделяет ценности результата, эффективности, инноваций, перманентного развития; для профессорско-преподавательского состава приоритетными являются ценности взаимоуважения, честности, традиций, солидарности; объединяющими ценностями выступают уважение и ответственность [4]. Важным аспектом является степень интериоризации ценностей, не принимаемые внутренне ценностные основания становятся лишь формальными правилами, незначимыми для акторов учебного процесса.

Ценность взаимного доверия выступает механизмом, психологически сплачивающим членов педагогического сообщества, именно он вступает в действие, когда активизируются конфликты между административным звеном и профессорско-преподавательским составом. Наличие в университете дифференцированных ценностей порождает субкультурную стратификацию, когда формируются свои ценностные системы на уровне структурных подразделений, кафедр. Несмотря на поляризованность ценностных ориентиров на уровне университета они воспроизводятся посредством коммеморативных практик, формируя групповую принадлежность и закрепляя одобряемые паттерны поведения.

Ценностные основания корпоративной культуры исключают автоматический характер их трансляции, как показывают исследования, ключевой фактор развития корпоративной культуры строится на механизме взаимодействия, психологическое закрепление ценностных оснований реализуется в процессе совместной деятельности и неформального общения между студентом и преподавателем, между представителями студенческого сообщества [5, p.271]. Ценности становятся значимыми и разделяемыми в ситуации их совместного «проживания», корпоративные праздники, студенческие олимпиады и конкурсы, юбилейные даты университета позволяют получить эмоциональный опыт.

Неизбежное психологическое напряжение, которое возникает в корпоративной среде университета, можно рассматривать как ответ на несоответствие декларируемых ценностных ориентаций вуза и практикуемых управленческих механизмов. Жесткое навязывание менеджералистских показателей эффективности в совокупности с принципами административной иерархии зачастую вступает в противостояние с ожиданиями преподавательского состава, как трансляторов социокультурных ценностей [6, с.28]. С течением времени наличие в университете диаметрально противоположных ценностных систем приводит к ценностному расколу, к психологическому отчуждению

между администрацией и профессорско-преподавательским составом, к имитации научной активности, а обозначившийся дефицит доверия катализирует сопротивление корпоративным, организационным трансформациям со стороны преподавательского состава.

Устойчивыми психологическими характеристиками ценностных оснований корпоративной культуры университета являются: разнонаправленность ценностей (акторы учебного процесса имеют разные ценностные приоритеты), необходимость в интериоризации ценностей (закрепление ценностей в совместной деятельности), ценностные конфликты неизбежно провоцируют психологическое напряжение, потребность в прозрачности ценностей (закрепление ценностей в официальных документах, например, Корпоративном Кодексе университета), разрыв между декларируемыми высшим руководством ценностями и реальными корпоративными и управленческими практиками.

Заключение. Таким образом, психологические особенности ценностных оснований корпоративной культуры университета заключаются в их неоднородности и конфликтогенности, что говорит о невозможности их унификации и необходимости поиска «точек соприкосновения» между разными субкультурами, существующими в университетской среде. Психологическая природа университетских ценностей двойственна, современный этап развития высшей школы обозначил это свойство наглядно. Психологический механизм интериоризации ценностей корпоративной культуры лежит в плоскости эмоциональной вовлеченности.

Список литературы

1. Легостаева, И. В. Сущностная трансформация категории «ценности»: ретроспективный анализ / И.В. Легостаева // Успехи современной науки. – 2016. – Т. 5. – № 10. – С. 23–25.
2. Легостаева, И. В. Социокультурное содержание дефиниции «ценности» / И. В. Легостаева // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2. – С. 235. – URL: https://science-education.ru/article/view?id=23901 (дата обращения: 22.09.2026).
3. Akyol, B. Üniversitede örgüt kültürü: Bir devlet üniversitesi eğitim fakültesi örneği / B. Akyol, F. Tanrısevdi, Y. Gidiş, N. N. Dumlu, İ. Durdu // Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education. – 2020. – Vol. 8. – № 1. – P. 18–38. – DOI: 10.14689/issn.2148–2624.1.8c.1s.2m.
4. Зинурова, Р. И. Корпоративная культура и корпоративные ценности в формате российского университета (потенциал социологической оптики) / Р.И. Зинурова, А.Р. Тузиков // Управление устойчивым развитием. – 2024. – №4 (53). – С. 77–82. – DOI: 10.55421/2499992X_2024_4_77
5. Yücel, F. H. Examining Experiences and Views on Developing Organizational Culture in the University / F. H. Yücel // Adıyaman University Journal of Educational Sciences. – 2025. – Vol. 15. – № 1. – P. 269–297. – DOI: 10.17984/adyuebd.1578753.
6. Полевая, Н. М. Ценностно-мотивационные основания корпоративной культуры факультета / Н.М. Полевая, М.М. Саядян // Общество: социология, психология, педагогика. – 2026. – № 2. – С. 28–34. – DOI: 10.24158/spp.2026.2.3

УДК 159.923.2

ОСОБЕННОСТИ АКАДЕМИЧЕСКОГО САМОКОНТРОЛЯ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

Полякова О.Б., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-2581-5516
АНО «Центр психологии развития», г. Москва, РФ
pob-70@mail.ru

Введение. Академический самоконтроль (АС) современных студентов (СС) выступает в качестве способности к осознанному регулированию учебно-профессионального поведения, мыслей и действий [2] с целью эффективности профессиональной подготовки и достижения поставленных учебно-профессиональных целей [1].

Цель – выявить особенности АС СС.

Методы. В соответствии с целью по ключевым словам «АС СС» («academic self-control of modern students») из 38 научных статей за 2026 год, выставленных в системе международного научного цитирования Scopus на платформе Science Direct в 2026 году, для последующего контент-анализа отобраны 5 научных статей эмпирического характера, ранее не переводившихся на русский язык и систематизации не подвергавшихся.

Результаты. Изучение АС, установки на развитие (УР), саморегуляции (СР) и удовлетворенности жизнью (УЖ) у 381 СС сфокусировано на том, что у СС диагностированы умеренный и высокий уровни АС (M=3,75, SD=0,58), УР (M=4,12, SD=0,54), СР (M=4,01, SD=0,6) и УЖ (M=3,95, SD=0,61). АС положительно коррелировал с УР (r=0,47, p <0,001), СР (r=0,52, p <0,001) и УЖ (r=0,41, p <0,001). УР связана с СР (r=0,43, p <0,001) и УЖ (r=0,39, p <0,001). СР показала сильную связь с УЖ (r=0,48, p <0,001). АС влияет на СР (β=0,44, p <0,001). УР оказывает положительное влияние на СР (β=0,35, p <0,001). СР — сильный предиктор УЖ (β=0,47, p <0,001). АС (β=0,29, p <0,05) и УР (β=0,32, p <0,001) показали прямое влияние на УЖ. АС СС — связующее звено между благополучием, внутренней мотивацией и способностью к осознанному управлению собой. АС СС — инструмент реализации УР, неотъемлемая часть СР, предиктор УЖ [4].

Описание опосредующей роли АС и модераторской роли академической вовлеченности (АВ) во влиянии дезадаптивного перфекционизма (ДП) на зависимость от искусственного интеллекта (ЗИИ) среди 1099 СС базируется на том, что ДП положительно коррелирует с ЗИИ (r=0,198, p <0,001) и отрицательно коррелирует с АС (r=−0,420, p <0,001). Корреляция ДП с АВ не была значимой (r=0,021, p=0,477). ЗИИ отрицательно коррелирует с АС (r=−0,209, p <0,001) и АВ (r=−0,105, p <0,001). АС положительно коррелирует с АВ (r=0,378, p <0,001). ДП

оказывает положительное влияние на ЗИИ (β=0,1295, p <0,001). После включения медиатора прямой эффект остается значимым (β=0,0928, p <0,001). ДП отрицательно предсказывает АС (β=−0,3491, p <0,001), а АС отрицательно предсказывает ЗИИ (β=−0,1146, p <0,001). Взаимодействие АС и АВ предсказывает ЗИИ (β=0,0032, p=0,0198). Отрицательный прогностический эффект АС на ЗИИ был наиболее сильным при низкой АВ (β=−0,17, p <0,001), оставался значимым на средней АВ (β=−0,115, p <0,001), но ослабевал и становился незначительно значимым при высокой АВ (β=−0,059, p=0,079). АС СС — регулятор, помогающий балансу между стремлением к АВ и рисками, создающими ДП и ЗИИ. АС СС подпитывает АВ, выступает буфером против ДП, представляет собой защитный фактор ЗИИ [6].

Определение опосредующей роли тревожности (ТР) и модераторской роли АС при изучении воспринимаемой инволюции (ВИ) и академического выгорания (АВ) среди 673 СС опирается на то, что ВИ положительно коррелирует с АВ (β=0,25, p <0,01). ТР частично опосредует эту связь, оказывая косвенное влияние (β=0,0013, 95% ДИ [0,0003, 0,0029]). АС модерирует связь между ВИ и ТР (β=0,19, p=0,03). ВИ предсказывает АВ (β=0,16, p <0,01). ВИ предсказывает ТР (β=0,05, p <0,05). ТР предсказывает АВ (β=0,17, p <0,01). Взаимодействие (ВИ × АС) оказалось значимым для прогнозирования АВ (β=0,19, t=2,2, p=0,03). АС СС снижает ТР и ее влияние на когнитивные процессы и деятельность, смягчает последствия ВИ, способствует профилактике АВ [7].

Раскрытие убеждения (УБ) как средства АС 214 СС базируется на том, что УБ понимается как самостоятельное использование СС собственных взглядов, осмысленных установок и принципов для регулирования учебно-профессиональной (r=0,635, p <0,001) деятельности и поведения (r=0,597, p <0,001). УБ — внутренний регулятор АС в профессиональной деятельности (β=0,25, p <0,001). СС 1-ого курса чаще придерживаются идеализированных убеждений (мир добр, люди добры) и имеют низкий АС. К 3-ему курсу у СС усиливается вера в возможность управлять событиями. К 4-ому курсу у СС формируется ценность собственного «Я», высокий АС и объективность взгляда на многие вещи. 45% имеют достаточно высокий АС. СС, опираясь на собственные УБ (УБ в важности изучаемых дисциплин, последствиях прокрастинации, связи учебных усилий и результатов профессиональной подготовки), корректируют свои учебно-профессиональные действия (r=0,703, p <0,001), принимают решения (r=0,625, p <0,001), сами себе задают учебные вопросы (r=0,839, p <0,001). АС СС обеспечивает соответствие действий УБ и устойчивость УБ, формирует привычку к рефлексии, способствует профилактике ригидности УБ [3].

Рассмотрение совершения киберпреследования (КП) через призму низкого АС 1127 СС опирается на то, что низкий АС повышает риск стать

жертвой КП (β=0,19, p <0,01), а высокий – снижает (β=0,24, p <0,01). 41,05% подвергались КП, взлому электронных почт, 17,9% сообщили о случаях КП. Низкий АС увеличивает вероятность совершения киберпреступлений (β=0,951). АС СС помогает выстраиванию границ (β=0,22, p <0,01), снижает импульсивность (β=0,19, p <0,01) и уязвимость (β=0,23, p <0,01). Установлена обратная зависимость между АС СС и вероятностью стать жертвой КП, кибербуллинга (r=–0,435, p <0,001) [5].

Заключение. Контент-анализ научных статей Scopus 2026 позволил выявить особенности АС СС, а именно: акцент на самостоятельность, влияние индивидуальных особенностей и мотивации, использование инструментов цифрового спектра, многозадачность, многообразие видов (итоговый, прогнозирующий / планирующий, текущий / пооперационный), наличие и осознанность эталона, опора на разные средства, рефлексивная составляющая (развитие навыков рефлексии), роль взаимопроверки, связь с внешним контролем, мотивацией и самооценкой, специфика форм обучения, умение работать над ошибками, управление факторами отвлекающей направленности, эволюция стратегий при профессиональной подготовке.

Список литературы

1. Полякова, О. Б. Самоконтроль как фактор, влияющий на саморегуляцию и самоэффективность студентов: систематический обзор Scopus 2024 / О. Б. Полякова // Актуальные проблемы психологического знания. – 2025. – № 3 (72). – С. 145–157. – DOI: 10.51944/20738544_2025_3_145.
2. Полякова, О. Б. Самоконтроль студентов как предиктор эффективной профессиональной подготовки / О. Б. Полякова // Школа – ВУЗ в современном образовательном пространстве: стратегии партнерства и векторы развития (12.05.2026). – Альметьевск: Альметьевский государственный нефтяной институт, 2026. – С. 107–108. – EDN: KIKCZL.
3. Bönisch, F. Schweighofer-Kodritsch S., Weizsäcker G. Beliefs as a means of self-control? Evidence from a dynamic student survey / F. Bönisch, T. König // Journal of Economic Dynamics and Control. – 2026. – No. 184. – P. 105-279. – DOI: 10.1016/j.jedc.2026.105279.
4. Hao, Y. Perceived academic control, growth mindset, self-regulation, and life satisfaction in chinese students: a mixed methods study featuring interpretative phenomenological analysis / Y. Hao, Y. Zhou // Acta Psychologica. – 2026. – No. 262. – P. 105943. – DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.105943.
5. Randa, R. Cyber stalking perpetration by college students: the effects of low self-control and prior victimization / R. Randa, A. K. Fansher, B. W. Reyns // Journal of Criminal Justice. – 2026. – No. 102. – P. 102556. – DOI: 10.1016/j.jcrimjus.2025.102556.
6. Sun, P. The impact of maladaptive perfectionism on AI dependence among college students: the mediating role of self-control and the moderating role of academic engagement / P. Sun, J. Li, X. Chen, M. Cui, L. Yan // Acta Psychologica. – 2026. – No. 263. – P. 106294. – DOI: 10.1016/j.actpsy.2026.106294.
7. Yang, Z. Perceived involution and academic burnout among university students: the mediating role of anxiety and the moderating role of self-control / Z. Yang, L. Wang, J. Xu, F. Li, K. Chen // International Journal of Mental Health Promotion. – 2026. – No. 28 (3). – P. 75283. – DOI: 10.32604/ijmhp.2026.075283.

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ АСПЕКТОВ ПЕРЕЖИВАНИЯ КРИЗИСА СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА У ЖЕНЩИН ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ

Руденко С.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-0092-5926,
Алампиева М.В.,
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
rudenko_sv@mail.ru, 1986mariyaalampieva@gmail.com

Введение. Изменения жизненных целей и ценностей у женщин преимущественно обусловлены семейным циклом и профессиональным развитием, а не возрастом. Середина жизни может стать кризисным периодом переоценки ориентиров. У женщин помогающих профессий кризис усиливается эмоциональными нагрузками, самоанализом и совмещением нескольких ролей, однако профессиональная идентичность и навыки облегчают адаптацию.

Целью работы стало изучение особенностей кризиса середины жизни у женщин помогающих профессий. Объект: кризис среднего возраста как социально-психологический феномен. Предмет: психологические особенности переживания кризиса среднего возраста. Гипотеза: женщины помогающих профессий имеют более выраженную социально-психологическую адаптацию, а также в большей степени принимают себя как личность и профессионала, чем женщины, имеющие профессии, не относящиеся к категории помогающих профессий.

Основное содержание. Теоретико-методологическую основу работы составляют системный, деятельностный и гуманистический подходы к изучению личности, а также положения о единстве сознания и деятельности и личности как активном субъекте. Термин «кризис среднего возраста» ввёл Э. Жак в 1965 г. У женщин такой кризис обычно возникает в 30–50 лет и проявляется переоценкой жизненных ролей, отношений и достижений, недовольством собой, стремлением к переменам, эмоциональной нестабильностью и переживанием утраты молодости. Этот период может способствовать личностному взрослению, осмыслению опыта и поиску смысла жизни.

Выборку исследовании составили 80 работающих женщин в возрасте от 35 до 52 лет. Исследование проводилось с использованием следующих методик: «Профессиональная востребованность личности» (ПВЛ) Е.В. Харитоновой и Б.А. Ясько; опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман; методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) Р. Роджерса и Р. Даймонд; методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана, Б.В. Иовлева и

М.А. Беребина; опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) И.Г. Сенина; методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантилеева; шкала психологического благополучия К. Рифф. Обработка результатов проводилась с использованием критерия U Манна-Уитни. Результаты сравнительного анализа психологических характеристик женщин разных типов профессий, проведённого с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни позволили сделать следующие выводы.

Сравнение результатов обследования с применением методики «Профессиональная востребованность личности» Е.В. Харитоновой и Б.А. Ясько позволяют выделить ряд различий по шкалам «Принадлежность к сообществу» (U=391.5 при p≤0.01), «Переживание востребованности» (U=520 при p≤0.01), «Профессиональная компетентность» (U=555.5 при p≤0.01), «Оценка результатов» (U=457.5 при p≤0.01), «Самоотношение» (U=529 при p≤0.01) и «Общий уровень профессиональной востребованности» (U=494 при p≤0.01).

У женщин помогающих профессий выше профессиональная вовлеченность, самооценка значимости, компетентности и результатов труда, а также позитивное самоотношение. Сопоставление результатов по методике диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана, Б.В. Иовлева и М.А. Беребина показали следующее. В обеих группах преобладает низкий уровень фрустрированности: 85% у женщин помогающих и 92,5% у женщин непомогающих профессий. У последних чаще выявляется пониженный уровень (65% против 37,5%), что может указывать на более стабильные условия труда. В группе помогающих профессий выше доля очень низкого уровня (47,5% против 27,5%), больше вариативность показателей, а также встречаются очень высокий уровень (2,5%) и неопределённость (10% против 5%). Это может быть связано с эмоциональной нагрузкой, защитным дистанцированием и риском профессионального выгорания. Применение методики изучения способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкман также показало ряд различий.

Женщины помогающих профессий значимо чаще используют стратегию «Поиск социальной поддержки» (U=107,5 при p <0,01). Это говорит о том, что для них характерно стремление разделять трудности с окружающими, искать совета и эмоционального участия, что является профессионально обусловленным навыком. У женщин помогающих профессий выявлен более высокий уровень стратегии «Конфронтация» (U=548.5 при p≤0.01), что может быть связано с необходимостью отстаивать интересы своих подопечных, брать на себя ответственность за принятие решений в сложных ситуациях или защищать профессиональные границы. По стратегиям «Самоконтроль», «Принятие ответственности», «Бегство-избегание» и «Планирование решения проблемы» значимых различий между группами женщин не выявлено. Результаты обследования с использованием методики терминальных ценностей И.Г. Сенина показали,

что профессиональная принадлежность не влияет статистически значимо на иерархию терминальных ценностей женщин. Значимых различий также не выявлено в сферах образования, семейной и общественной жизни. В профессиональной сфере и увлечениях отмечены лишь статистически незначимые тенденции.

Использование методики изучения психологического благополучия К. Рифф выявило, что у женщин помогающих профессий выражены результаты по шкалам «Позитивные отношения» ($U=544$ при $p\leq0.01$), «Управление средой» ($U=493.5$ при $p\leq0.01$), «Личностный рост» ($U=531$ при $p\leq0.01$), «Цели в жизни» ($U=402$ при $p\leq0.01$). Женщины помогающих профессий немного более автономны. Уровень самопринятия в обеих группах примерно одинаков и не зависит от профессии. Применение методики исследования самоотношения С.Р. Пантилеева показали, что у женщин помогающих профессий наиболее выражены результаты по шкалам «Самоуверенность» ($U=535$ при $p\leq0.01$) и «Самоценность» ($U=522$ при $p\leq0.01$). Это может указывать на то, что профессиональная деятельность, связанная с помощью другим, способствует укреплению веры в собственные силы и осознанию собственной значимости. У женщин обеих групп значимых различий по всем исследованным шкалам самоотношения не выявлено; профессиональная принадлежность существенно на эти показатели не влияет.

Сравнение результатов диагностики по методике диагностика социально-психологической адаптации Р. Роджерса и Р. Даймонд выявило, что женщины помогающих профессий демонстрируют более высокие показатели по шкалам «Адаптация» ($U=476.5$ при $p\leq0.01$), «Самопринятие» ($U=493$ при $p\leq0.01$). Это свидетельствует о том, что профессиональная деятельность, связанная с помощью другим, требует и одновременно способствует более высокому уровню психологической адаптации и позитивному отношению к собственной личности. «Принятие других» и «Эмоциональная комфортность» значимы, но менее достоверны, чем первые две шкалы, что указывает на влияние сторонних факторов.

Заключение. Женщины помогающих профессий активнее справляются со стрессом и ищут поддержку, но не отличаются от других в самоконтроле и ценностях, при этом они более благополучны, уверены в себе и адаптивны. Это помогает им легче преодолевать кризис среднего возраста.

Список литературы

1. Марихин, С. В. Особенности социально-психологической работы с женщинами, подвергшимся насилию в семье / С.В. Марихин, З.М. Ильясова // Международный журнал гуманистических и естественных наук. – 2022. – №3-2(66). – С. 107 – 110. DOI: 10.24412/2500-1000-2022-3-2-107-110.

УДК 159.9.072

УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Самсоненко Л.С., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-3321-6479
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»,
г. Оренбург, РФ
lsamsonenko@yandex.ru

В настоящее время активно обсуждается статус педагогической профессии и вопрос о побудительных силах, заставляющих студентов осваивать профессию учителя. Учебная мотивация студентов педагогического вуза выступает одновременно индикатором качества образовательного процесса и предиктором профессиональной успешности выпускников [5]. Своевременное исследование учебных мотивов позволит разработать обоснованные рекомендации по их коррекции и развитию, что является стратегически важной задачей для педагогического образования.

Современные психолого-педагогические исследования рассматриваются мотивацию в нескольких ключевых аспектах. Так, мотивационные механизмы рассматриваются в работах Р.Р. Бибрих, В.И. Васильевой, Ф.М. Рахматулиной. Влияние мотивационных факторов на результативность обучения исследуются И.А. Зимней, А.К. Марковой, Ю.М. Орловым, Т.С. Савочкиной, Ю.К. Черновой и другими авторами.

Настоящее исследование было построено с опорой на системно-деятельностный подход, где мотив определяется «как предмет потребности, как того, что удовлетворяет потребность и ради чего осуществляется деятельность <…> мотивация рассматривается как особая активность субъекта по порождению деятельности и отдельных действий через создание побуждения к действиям» [2, с. 30–31].

Эмпирическая часть работы была организована на базе Оренбургского государственного педагогического университета. В исследовании приняли участие 30 студентов 1–2 курса в возрасте 17–19 лет. Для достижения цели определения ведущих мотивов у будущих педагогов использовалась методика «Изучение мотивов учебной деятельности студентов» (А.А. Реан, В.Я. Якунин). Студентам было предложено из списка 16 мотивов учебной деятельности выбрать только 5 наиболее значимых, затем ранжировать их по степени важности. Для каждого мотива вычислялся процент выбора (доля студентов, включивших данный мотив в свою пятерку) и средний ранг (среднее арифметическое рангов, присвоенных мотиву только теми студентами, которые его выбрали).

Результаты исследования позволили выделить три группы мотивов по уровню значимости: высоко значимые мотивы, значимость на среднем и низком уровнях (табл.).

Табл.

Результаты изучения учебных мотивов студентов по уровню значимости

Уровень значимости	Мотивы	Выбор мотивов в %	Средний ранг
Высокий	Стать специалистом, обеспечить успешность в профессии, успешно учиться	58–76	2,1–2,8
Средний	Знания, продолжение обучения, выполнение требований, уважение преподавателей	26–42	3,1–3,8
Низкий	Диплом, стипендия, одобрение, интеллектуальное удовлетворение, самоорганизация	6–22	3,9–4,8

Из таблицы видно, что в группу с высокой значимостью вошли три мотива: «стать специалистом» (76% выбора, ранг 2,1), «обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности» (68% выбора, ранг 2,3), «успешно учиться» (58% выбора, ранг 2,8). Данную тройку мотивов можно назвать «профессионально-академическом ядром» мотивационной сферы. Можно сказать, что для студентов учебная деятельность осмыслена как инструмент достижения профессиональной компетентности. Академическая успеваемость воспринимается не как самоцель, а как средство обеспечения профессионального будущего.

Серединные позиции заняли следующие мотивы: «приобрести глубокие и прочные знания» (34% выбора, ранг 3,1), «успешно продолжить обучение на последующих курсах» (42% выбора, ранг 3,4), «выполнять педагогические требования» (30% выбора, ранг 3,8), «достичь уважения преподавателей» (26% выбора, ранг 3,5). Такие результаты свидетельствуют, что студенты осознают ценность знаний как таковых, однако для большинства респондентов познавательный интерес уступает место прагматическим установкам. Также респонденты нашей выборки осознают наличие внешних требований к учебной деятельности, но не ставят их во главу угла при определении личностной значимости учебной деятельности.

Меньшую значимость для студентов имеют мотивы, связанные с символическими атрибутами успеха и материальным поощрением: «получить диплом» (12% выбора, ранг 4,2), «постоянно получать стипендию» (18% выбора, ранг 4,6), «добиться одобрения родителей и окружающих» (14% выбора, ранг 4,0), «быть примером для сокурсников» (10% выбора, ранг 4,3). В эту же группу можно отнести мотивы «избежать осуждения и наказания за плохую учёбу» (20% выбора, ранг 4,1), «не отставать от сокурсников» (22% выбора, ранг 3,9).

Следует обратить внимание на мотив «интеллектуальное удовлетворение от учебы»: его показатель составил 16% при ранге 4,4. Такая низкая значимость данного мотива позволяет говорить о недостаточной сформированности внутренней потребности в нашей выборке будущих педагогов.

В группу с наименьшей значимостью вошли мотивы, которые можно отнести к системе самоорганизации: «быть постоянно готовым к очередным занятиям» (6% выбора, ранг 4,8), «не запускать изучение предметов учебного цикла» (8% выбора, ранг 4,5). Такие показатели можно интерпретировать как наличие трудностей в сфере саморегуляции. Системная работа и самодисциплина невысоко ценятся респондентами. Вероятно, в группе наблюдается такой феномен как «сессионная стратегия», когда учебная активность резко возрастает в периоды промежуточной аттестации, а в межсессионный период снижается.

В целом полученные результаты согласуются с данными современных исследований мотивации студентов [1; 3; 4].

Таким образом, результаты исследования позволяют характеризовать выборку студентов как ориентированную на успешность в профессиональной деятельности. При этом внутренние мотивы не имеют высокой значимости. Полученные данные могут быть использованы психологической службой вуза при разработке программ сопровождения студентов с разными ведущими мотивами. Можно предложить следующие направления психолого-педагогической работы: развитие внутренней познавательной мотивации; формирование навыков саморегуляции и планирования учебной деятельности; развитие осмысленного, ответственного отношения за результаты обучения.

Список литературы

1. Зекерьяев, Р. И. Психологические особенности мотивации к учебной деятельности личности с различным уровнем академической прокрастинации / Р.И. Зекерьяев // Психология человека в образовании. – 2025. – № 7(3). – С. 315–326. DOI: 10.33910/2686-9527-2025-7-3-315-326
2. Иванников, В. А. Идеи А.Н. Леонтьева и их значение для современной психологии /В.А. Иванников // Культурно-историческая психология. – 2013. – №9(4). – С. 29–35. – URL:https://psyjournals.ru/journals/chp/archive/2013_n4/66016 (дата обращения: 06.08.2026).
3. Мешков, Н. И. Мотивация учебной деятельности студентов младших курсов / Н.И. Мешков, А.Н. Яшкова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66-2. – С. 331–336. EDN: YZYFNN.
4. Панченко, Т. А. Развитие внутренней мотивации у студентов в процессе изучения химии в вузе / Т.А. Панченко // Проблемы современного образования: психолого-педагогический поиск: сборник научных трудов по материалам Всероссийской научно-практической конференции (Хабаровск, 5–7 ноября 2020 г.), под общей редакцией Е. Н. Ткач. – Хабаровск: Издательство ТОГУ, 2021. – 205 с. – С. 129-133. ISBN 978-5-7389-3373-8.
5. Шакиров, К. Р. Формирование учебной мотивации студентов в образовательном процессе высшей школы / К.Р. Шакиров, Э.Ш. Ахметова // Право, история, педагогика и современность: сборник статей VII Международной научно-практической конференции. – Пенза, 2026. – 933 с. – С. 876-879. ISBN: 978-5-00196-415-5.

УДК 373.2

ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Сиволапова А.К., ORCID 0009-0001-8044-4925
МАОУ ДПО «Институт повышения квалификации»,
г. Новокузнецк, Кемеровская обл., РФ
cull1@mail.ru

Введение. Современный этап развития системы дошкольного образования характеризуется смещением акцентов с простой передачи знаний, умений и навыков на формирование личности, способной успешно адаптироваться в социуме. В условиях динамично меняющегося мира ключевым фактором успешной социализации ребенка становится не столько его академическая успеваемость, сколько способность понимать других людей, выстраивать эффективные межличностные отношения и конструктивно разрешать конфликты. Эти способности традиционно связывают с понятием социальный интеллект.

Дошкольный возраст является сензитивным периодом для становления социального интеллекта, так как именно в этот период у ребенка активно формируются механизмы социальной перцепции, эмоциональной регуляции и ролевого поведения. Однако, несмотря на многочисленные исследования в области психологии и педагогики, вопрос о четкой структуре социального интеллекта детей 3–7 лет остается дискуссионным.

Цель – анализ возрастной динамики поэтапного становления структурных компонентов социального интеллекта детей дошкольного возраста.

Основная часть. Особенностям становления социального интеллекта на этапе дошкольного возраста посвящены исследования Т.Д. Савенковой [1], И.А. Тавед [2], И.Ю. Исаевой [3] и др. Социальный интеллект детей дошкольного возраста может быть интерпретирован как способность, обеспечивающая продуктивную включенность ребенка в социальную среду [4]. Данная способность позволяет ребенку-дошкольнику успешно встраивать общение в среде сверстников, вступать во взаимодействие с социальным окружением, приспосабливаться к меняющимся условиям. При этом важно подчеркнуть, что данная способность представляет собой совокупность взаимосвязанных компонентов.

Представления о структуре социального интеллекта дошкольников в психолого-педагогической литературе вариативны. Опираясь на подход А. И. Савенкова [5] мы выделяем когнитивный (различение и определение базовых эмоций, понимание мотивов социального поведения),

эмоциональный (эмоциональная отзывчивость, адекватное выражение и регуляция эмоций, эмпатия, эмоциональное благополучие) и поведенческий (управление эмоциями и чувствами, коммуникативные способности, предпосылки волевого усилия) компоненты социального интеллекта у детей дошкольного возраста [4, с. 385]. Выделенные компоненты социального интеллекта детей дошкольного возраста находятся в процессе поэтапного становления. Для рассмотрения возрастной динамики поэтапного становления структурных компонентов социального интеллекта у детей 3–7 лет нами была составлена таблица.

Таблица

Возрастная динамика становления компонентов социального интеллекта в дошкольном возрасте

Компоненты социального интеллекта		
Когнитивный	Эмоциональный	Поведенческий
3–4 года		
Формирование базы социального познания	Освоение простейших актов эмпатийного поведения (пожалеть, отвлечь) по образцу взрослого	Освоение элементарных поведенческих норм и правил
4–5 лет		
Развитие способности к установлению причинно-следственных связей между эмоциями и поступками людей	Проявление сочувствия в ответ на переживания других	Расширение коммуникативных умений, освоения культурных форм общения в ситуации конфликта при поддержке взрослого
5–6 лет		
Развитие социального прогнозирования	Усложнение эмоциональной регуляции	Формирование кооперативного поведения
6–7 лет		
Становление социальной рефлексии	Проявление произвольности эмоциональных проявлений	Конструктивное разрешение конфликтов и развитие волевой регуляции

Данные таблицы отражают поэтапное становление компонентов социального интеллекта в дошкольном возрасте. На каждом возрастном этапе решаются специфические задачи в области развития компонентов социального интеллекта. В 3–4 года закладывается база социального познания, осваиваются простейшие акты эмпатийного поведения и элементарные поведенческие нормы, на этапе 4–5 лет развивается способность к установлению причинно-следственных связей, проявляется сочувствие, расширяются коммуникативные умения. К старшему дошкольному возрасту формируются социальное прогнозирование, эмоциональная регуляция и кооперативное поведение, на этапе завершения дошкольного возраста складываются социальная рефлексия,

произвольность эмоциональных проявлений и волевая регуляция. Таким образом, каждый этап дошкольного детства вносит свой вклад в становление социального интеллекта.

Заключение. При выстраивании педагогической работы по развитию по развитию социального интеллекта необходимо создавать условия для развития тех компонентов социального интеллекта, которые находятся в зоне ближайшего развития. Полученные данные могут служить ориентиром при разработке образовательных программ и выборе педагогических технологий развития социального интеллекта дошкольников.

Список литературы

1. Савенкова, Т. Д. Развитие социального интеллекта у старших дошкольников в процессе совместной деятельности: дис. … канд. пед. Наук / Т.Д. Савенкова. – Москва, 2019. – 233 с.
2. Тавед, И. А. Развитие социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в социальном экспериментировании: дис. … канд. пед. Наук / И.А. Тавед. – Челябинск, 2023. – 211 с.
3. Исаева, И. Ю. Педагогическое сопровождение развития социального интеллекта ребенка в период дошкольного детства: дис. … канд. пед. Наук / И.Ю. Исаева. Ростов н/Д, 2011. – 196 с.
4. Морозова, И. С. Гетерохронность развития компонентов социального интеллекта на разных этапах старшего дошкольного возраста / И.С. Морозова, А.К. Сиволапова // Педагогический ИМИДЖ. – 2026. – Т. 20. – № 2. – С. 380–394. – DOI: 10.32343/2409–5052-2026-20-2-380-394
5. Савенков, А. И. Структура социального интеллекта / А.И. Савенков // Современная зарубежная психология. – 2018. – №7(2), – С. 7–15. – DOI: 10.17759/jmfp.2018070201

УДК 159.9

УЧЕБНАЯ МОТИВАЦИЯ КАК ГЛАВНЫЙ ФАКТОР УСПЕШНОГО ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ В ДМШ И ДШИ

Строева О.С., Строев А.Ф.,
ГБУ ДО «Детская музыкальная школа имени Эдварда Грига», г. Москва, РФ
olga_stroeva@mail.ru

Введение. Учебная мотивация является одним из важнейших факторов успешного обучения детей в ДМШ и ДШИ. Обучение в музыкальной школе связано не только с освоением теоретических знаний, но и с регулярной практической работой, развитием исполнительских навыков, участием в концертах, конкурсах и академических выступлениях. Для достижения результата ребенку необходимо длительное время заниматься, повторять материал, исправлять ошибки и постепенно совершенствовать свои умения.

Цель. Показать возрастающую роль поддержания устойчивой мотивации у детей. Именно от мотивации во многом зависят интерес учащегося к занятиям, его внимание, активность, настойчивость и готовность преодолевать трудности. Поэтому поддержка мотивации у юных музыкантов становится важной задачей для педагога и родителей.

Основная часть. Проблема учебной мотивации неоднократно рассматривалась в трудах отечественных и зарубежных ученых. Одним из известных направлений является теория ожидаемой ценности Джона Аткинсона. Согласно этой теории, активность человека зависит от того, насколько значимой для него является цель и насколько высоко он оценивает вероятность ее достижения. Если ребенок понимает смысл занятий и верит в собственные силы, его стремление к обучению возрастает.

Большое значение имеет и теория самодетерминации Эдварда Деси и Ричарда Райана [1, с. 2–3]. В соответствии с этой теорией, внутренняя мотивация развивается при удовлетворении трех основных потребностей личности: потребности в автономии – возможности проявлять самостоятельность и делать выбор; потребности в компетентности – ощущении собственной успешности и способности справляться с задачами; потребности в принадлежности – ощущении поддержки, принятия и эмоциональной связи с окружающими.

Для музыкального образования особенно важны поддерживающий и структурирующий стили взаимодействия. Поддерживающий стиль предполагает уважение к личности учащегося, учет его интересов и предоставление посильной самостоятельности. Структурирующий стиль связан с четким объяснением задач, последовательностью обучения, понятными требованиями и регулярной обратной связью. Сочетание этих подходов позволяет создать благоприятную образовательную среду, в

которой ребенок не просто выполняет указания педагога, а понимает смысл учебной деятельности и постепенно принимает ответственность за собственное развитие.

В процессе обучения в ДМШ и ДШИ могут проявляться различные виды мотивации. Внутренняя мотивация возникает тогда, когда ребенку интересно заниматься музыкой, нравится звучание инструмента, процесс разучивания произведений и возможность творческого самовыражения. Такая мотивация является наиболее устойчивой, поскольку деятельность приносит учащемуся личное удовлетворение.

Внешняя мотивация связана с оценками, похвалой, грамотами, конкурсами, концертами, ожиданиями родителей или желанием получить одобрение педагога. Внешние стимулы могут быть полезны, особенно на начальном этапе обучения, однако они не должны полностью заменять внутренний интерес.

Профессиональная мотивация формируется у учащихся, которые связывают занятия музыкой с будущей профессией. Ребенок начинает осознавать перспективы дальнейшего обучения, поступления в музыкальное училище или вуз, концертной и педагогической деятельности. Задача педагога заключается в том, чтобы постепенно переводить внешнюю мотивацию во внутреннюю, помогая учащемуся увидеть личный смысл занятий и почувствовать ценность собственного музыкального развития.

Отсутствие или ослабление мотивации может привести к негативным последствиям: снижению успеваемости, нерегулярным занятиям и невыполнению домашних заданий, потере интереса к музыке, неуверенности в собственных силах, формированию заниженной самооценки, повышенной тревожности, чувству неудачи и страху перед ошибками, эмоциональному отстранению и нежеланию взаимодействовать с педагогом и сверстниками.

Особенно ярко проблемы проявляются во время публичных выступлений. Учащийся может испытывать страх перед сценой, нервно-психическое напряжение, боязнь забыть текст, допустить техническую ошибку или получить низкую оценку. Причинами сценического волнения нередко становятся недостаточная подготовка, негативный прошлый опыт, чрезмерное давление со стороны родителей или педагога, а также завышенные требования к результату [2, с. 47]. Важно понимать, что тревога перед выступлением не всегда свидетельствует об отсутствии способностей. Часто она связана с недостатком опыта, неумением управлять эмоциональным состоянием или страхом не оправдать ожидания значимых взрослых. Ошибки во время выступлений не должны восприниматься как доказательство неспособности. Важно рассматривать их как естественную часть обучения. Педагог может вместе с учеником проанализировать причину ошибок и определить способы их исправления.

Для повышения интереса к обучению и предупреждения негативных последствий необходимо создавать позитивную и поддерживающую образовательную среду. Во-первых, необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся. Индивидуальный подход предполагает учет интересов, способностей и потребностей ребенка, а также подбор произведений, соответствующих его возможностям. Слишком сложный репертуар может вызвать чувство беспомощности, а чрезмерно простой – потерю интереса.

Во-вторых, нужно ставить перед юным музыкантом реалистичные цели. Большие задачи необходимо разделять на небольшие и понятные этапы. Достижение промежуточных целей помогает ребенку видеть собственный прогресс и сохранять уверенность в своих силах. Важно, чтобы цели соответствовали возрасту, уровню подготовки и реальным возможностям учащегося.

В-третьих, опытный педагог может создать ситуации успеха. Похвала, конструктивная обратная связь и признание усилий способствуют укреплению учебной мотивации. При этом важно отмечать не только конечный результат, но и процесс работы: регулярность занятий, настойчивость, внимательность, улучшение отдельных навыков.

Заключение. Таким образом, учебная мотивация – это не постоянное состояние, а процесс, который может изменяться под влиянием успехов, неудач, отношений с педагогом и родителями, содержания занятий и эмоционального состояния ребенка. Эффективная мотивация способствует развитию интереса к музыке, самостоятельности, уверенности в своих силах и стремлению к совершенствованию. В результате занятия в ДМШ и ДШИ становятся не только способом получения знаний и навыков, но и важным средством личностного, творческого и профессионального развития учащегося.

Список литературы

1. Гордеева, Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории / Т.О. Гордеева // Психологические исследования. – 2010. – №3 (12). DOI: 10.54359/ps.v3i12.906.
2. Петрушин, В. И. Музыкальная психология : учебник и практикум для вузов / В. И. Петрушин. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 380 с. – ISBN 978-5-534-05289-3. – URL: https://urait.ru/bcode/513391 (дата обращения: 01.10.2026).

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Татаренко О.В., канд. психол. наук, доц.,
Косиненко И.А.
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогической институт»,
г. Ставрополь, РФ
tat_oks@mail.ru, irakosaleks@gmail.com

Введение. Проблема агрессивного поведения в дошкольном возрасте приобретает особую актуальность в современной психолого-педагогической науке. Дошкольный период является сенситивным для становления базовых личностных образований, усвоения моральных норм и способов социального взаимодействия. Именно в этом возрасте агрессивные реакции, будучи ситуативными и во многом импульсивными, могут закрепляться в устойчивые поведенческие паттерны.

Как отмечал А.А. Реан, агрессивность представляет собой свойство личности, выражающееся в готовности к агрессивным действиям, и при отсутствии своевременной профилактической работы она способна трансформироваться в устойчивую характеристику.

Исследования С.Л. Колосовой показали, что в дошкольном возрасте причины агрессивных проявлений имеют отличительные особенности по сравнению с подростковым и юношеским возрастом: они в значительной степени связаны с эмоциональной незрелостью, недостаточным развитием коммуникативных навыков и особенностями семейного воспитания. Р. Бэрон и Д. Ричардсон, разрабатывая социально-когнитивный подход к агрессии, подчёркивали роль научения и моделирования: дети усваивают агрессивные формы поведения, наблюдая за значимыми взрослыми и сверстниками.

Цель – систематизировать представления об особенностях психологической профилактики агрессивного поведения у дошкольников и определить наиболее эффективные направления превентивной работы.

Основная часть. Современные исследователи рассматривают агрессивное поведение дошкольников как сложный феномен, детерминированный комплексом биологических, психологических и социальных факторов. Зарубежные исследования по рассматриваемой проблеме, опубликованные в 2022 году, подтверждают, что семейные переменные – стиль родительского воспитания, уровень родительского стресса, эмоциональная доступность взрослых – выступают значимыми предикторами агрессивных и виктимных форм поведения в дошкольной среде. Это согласуется с данными M. Romero-López и соавторов (2021), которые в экспериментальном исследовании с участием 100 детей 5-6 лет

показали, что целенаправленное развитие эмоционального и ингибиторного контроля приводит к статистически значимому снижению агрессивности [5, 6].

В отечественной психологии традиция изучения детской агрессивности восходит к работам А.А. Реана, С.Л. Колосовой, Т.Г. Румянцевой. С.А. Перышкова, Д.С. Киселева и А.С. Трунина (2022) подчёркивают, что профилактика агрессивности у старших дошкольников должна строиться с учётом возрастной динамики: в этом возрасте агрессия чаще всего носит инструментальный характер и связана с борьбой за игрушку, внимание взрослого или лидерство в группе [2].

Анализ литературы за последние пять лет позволяет выделить несколько взаимосвязанных направлений профилактической работы.

Первое направление – развитие эмоциональной саморегуляции. Исследование Romero-López et al. (2021) доказало, что программы, направленные на улучшение ингибиторного и эмоционального контроля, не только снижают агрессивность, но и создают основу для просоциального поведения в дальнейшем. В этом контексте эффективны релаксационные упражнения, дыхательная гимнастика, элементы психогимнастики [6].

Второе направление – игровые технологии. Е.М. Захарова, С.М. Берникова и М.Ю. Сомова (2021) в экспериментальной работе доказали профилактический потенциал подвижных игр и упражнений, направленных на отработку навыков общения и обучение детей управлению гневом. Игротерапия позволяет ребёнку в безопасной форме отреагировать негативные эмоции и освоить приемлемые модели поведения [1].

Третье направление – арт-терапевтические методы. A. Veraksa, V. Plotnikova и D. Kornienko (2025) в исследовании, опубликованном в журнале «Children», показали эффективность нон-терапевтической игры и искусства в коррекции эмоциональных и поведенческих симптомов у детей дошкольного возраста. Сказкотерапия, изотерапия, проективный рисунок позволяют выявить скрытые агрессивные тенденции и трансформировать их в социально приемлемые формы [7].

Четвёртое направление – работа с семьей. Е. Н. Смирнова (2024) акцентирует внимание на типичных ошибках родителей, способствующих закреплению агрессивных проявлений: непоследовательность требований, физические наказания, эмоциональное отвержение [3]. Профилактическая работа с родителями включает консультирование, совместные игры, обучение эффективным способам реагирования на агрессивное поведение ребёнка. Как показывают данные Alwaely, Yousif и Mikhaylov (2021), эмоциональное развитие дошкольников неразрывно связано с процессами социализации в семье, что делает родительское просвещение обязательным компонентом превентивных программ [4].

Заключение. Психологическая профилактика агрессивного поведения у дошкольников представляет собой комплексную задачу,

решение которой требует учёта возрастных особенностей, индивидуально-личностных характеристик ребёнка и социального контекста его развития. Наиболее эффективными являются программы, сочетающие развитие эмоциональной регуляции, игровые и арт-терапевтические технологии, а также активное вовлечение родителей. Опираясь на исследования А.А. Реана, С.Л. Колосовой, Р. Бэрона, Д. Ричардсона и современных авторов, можно утверждать: раннее профилактическое вмешательство не только снижает частоту агрессивных реакций в дошкольном возрасте, но и создаёт предпосылки для гармоничного социального развития личности на последующих этапах.

Список литературы

1. Захарова, Е. М. Профилактика агрессивного поведения старших дошкольников в детском саду / Е. М. Захарова, С. М. Берникова, М. Ю. Сомова // Гуманитарные науки. – 2021. – № 2. – С. 126–133.
2. Перышкова, С. А. Психологическая профилактика агрессивности у детей старшего дошкольного возраста / С. А. Перышкова, Д. С. Киселева, А. С. Трунина // Наука и образование. – 2022. – Т. 5. – № 4. EDN: DJRYML.
3. Смирнова, Е. Н. Профилактика агрессивного поведения в дошкольном возрасте / Е.Н. Смирнова // Современное дошкольное образование: теория и практика. Электронный журнал. – 2024. – №3. – С. 14–16.
4. Alwaely, S. A. Emotional development in preschoolers and socialization / S. A. Alwaely, N.B. A. Yousif, A. Mikhaylov // Early Child Development and Care. – 2020. – Vol. 191 (4). – P. 1-10. DOI:10.1080/03004430.2020.1717480.
5. Navarro, R., Families, Parenting and Aggressive Preschoolers: A Scoping Review of Studies Examining Family Variables Related to Preschool Aggression / R. Navarro E. Larrañaga, S. Yubero, B. Víllora // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2022. – Vol. 19, № 23. DOI: 10.3390/ijerph192315556.
6. Romero-López, M. Reducing Aggression by Developing Emotional and Inhibitory Control / M. Romero-López, M. C. Pichardo, A. Justicia-Arráez, J. Bembibre-Serrano // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2021. – Vol. 18, № 10. – P. 52-63. DOI: 10.3390/ijerph18105263.
7. Veraksa, A. Addressing Emotional and Behavioral Symptoms in Young Children: The Potential of Non-Therapeutic Play and Art / A. Veraksa, V. Plotnikova, D. Kornienko, N. Rudnova // Children. – 2025. – Vol. 12, № 5. – P. 551-566. DOI:10.3390/children12050551.

УДК 378.014:15

МОТИВАЦИОННО-СМЫСЛОВЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ РАЗВИТИЯ ЦЕННОСТЕЙ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ

Требушенкова О.Ю., ORCID: 0009-0009-3623-9965
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула, РФ
trebushenkova@tolstovsky.ru

В условиях глобализации, социальной динамики и трансформации ценностных систем особое значение приобретает вопрос о внутренних механизмах, обеспечивающих устойчивость гражданской позиции молодых людей. Для студентов-психологов эта проблема имеет двойную значимость: они не только формируют собственную ценностно-смысловую сферу, но и в дальнейшем будут учувствовать в воспитании, поддержке и сопровождении других людей. Поэтому изучение мотивационно-смыслового компонента личности как основы патриотических ценностей становится важной теоретической и практической задачей. Патриотизм в данном контексте рассматривается не как внешняя декларация, а как ценностно-смысловое отношение, связанное с принятием ответственности, уважением к культурно-историческому наследию, готовности к служению обществу и развитием гражданской идентичности [1].

В психологии ценностно-смысловая и мотивационная сферы личности рассматриваются как взаимосвязанные динамические образования. В работах Б.С. Братуся, Б. Ерасова, Д.А. Леонтьева, М. Рокича, Н.М. Карамзина подчёркивается, что ценности и смыслы не только отражают значимые ориентиры человека, но регулируют его поведение, выборы и отношение к социальной действительности. Патриотические установки, включающие любовь, уважение близость, заботу, ответственность и знание, формируются на пересечении личностных смыслов и социальных потребностей. Студенческий возраст, по Э. Эриксону и И.С. Кону, является сенситивным периодом для становления идентичности, профессионального самоопределения и гражданской позиции. В связи с этим мотивационно-смысловой компонент можно рассматривать как внутренний ресурс, который поддерживает формирование патриотических ценностей не ситуативно, а устойчиво [3].

Исследование проводилось на базе Тульского государственного педагогического университета им. Л.Н. Толстого. В выборку вошли 150 студентов-психологов третьего и четвертого курсов. Участие было добровольным и анонимным, что соответствовало этическим требованиям. Для диагностики применялся комплекс методик: тест смысложизненных

ориентаций Д.А. Леонтьева, методика диагностики мотивационной структуры личности В.Э. Мильмана, а также шкала экспресс-оценки чувств, связанных с этнической принадлежностью Н.М. Лебедева. Такой набор инструментов позволил оценить смысловые ориентиры, доминирующие мотивы и эмоционально-идентификационную составляющую патриотической направленности. Обработка данных включила корреляционный и регрессионный анализы, а также расчет ранговой корреляции [4].

Анализ показал, что между осмысленностью жизни и общим мотивационным профилем студентов существует заметная положительная связь. Коэффициент корреляции составил r= 0,574, что указывает на прямую зависимость: чем более выражены смысложизненные ориентации, тем выше мотивационная активность личности, включая эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Иными словами, студенты, яснее представляют цели и смысл своей жизни, демонстрируют более устойчивую внутреннюю мотивацию к профессиональному и личностному развитию. Регрессионный анализ подтвердил линейный характер этой связи. Было установлено, что ориентация на смысл, профессиональное самосовершенствование и достижение личностно значимых целей связана с повышением общего мотивационного фона и снижением субъективного восприятия профессиональных рисков.

Дополнительно была проверена связь между мотивационной структурой личности и эмоциональной привязанностью к этнической общности. Ранговая корреляция Спирмена составила R_S= 0,693. Это свидетельствует о положительной связи между доминирующими мотивационными компонентами, такими как смыслообразующая активность, и склонность к уважению, гордости и принятию своей этнокультурной принадлежности. Иными словами, развитая мотивационно-смысловая сфера не остается нейтральной по отношению к патриотическим ценностям: она создает внутреннюю основу для их более осознанного и эмоционально окрашенного принятия. Особенно значимым оказались ориентации на преемственность культурных традиций, национальное достоинство, сохранение культурного наследия и служение обществу. Студенты, для которых эти смыслы являются личностно значимыми, чаще проявляют приверженность патриотическим установкам и гражданской ответственности.

Полученные данные подтверждают: патриотические ценности не возникают автоматически, а требуют внутренней переработки и включения в личностные смыслы. Мотивационно-смысловой компонент связывает социальные нормы с индивидуальными ориентациями. Если патриотические ценности созвучны жизненным целям студента, они становятся устойчивыми, иначе остаются формальными. Поэтому подготовка психологов должна не только информировать, но и создавать

условия для смыслового освоения ценностей. Развитие смысложизненных ориентаций, внутренней мотивации, рефлексии и эмоциональной зрелости усиливает патриотическую направленность, особенно значимую для будущих психологов, работающих с людьми и укрепляющих гражданскую солидарность.

Исследования подтверждает связь мотивационно-смыслового компонента студентов-психологов с формированием патриотических ценностей: чем развитее смысложизненные ориентации и внутренняя мотивация, тем выше осознанное принятие патриотических ценностей, гражданской ответственности и этнокультурной идентичности. Это следует учитывать при проектировании образовательных программ. Практические направления – самопознание, смысложизненная рефлексия, тренинги личностного роста, дискуссии, проекты, волонтерские инициативы. Важно, чтобы они создавали пространство для внутреннего выбора и осмысления ценностей, а не только передавали знания [2]. Это позволит готовить психологов, способных решать профессиональные задачи и быть носителями гражданских и нравственных ориентиров.

Список литературы

1. Давыдова, Г. И. Патриотическая направленность личности в иерархии ценностей будущих педагогов-психологов / Г.И. Давыдова, С.И. Самыгин, А.А. Макарова // Мир науки, культуры, образования. – 2026. – № 2 (117). – С. 138–143. DOI: 10.24412/1991-5497-2026-2117-138-143.
2. Кольцова, В. А. Социально-психологические проблемы патриотизма и особенности его воспитания в современном российском обществе / В.А. Кольцова, В.А. Соснин // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, – № 4. – С. 89–97. EDN: HRWFKD.
3. Лебедева, Н. М. Шкала экспресс-оценки чувств, связанных с этнической принадлежностью / Н.М. Лебедева // Методы этнической и кросскультурной психологии : учебно-методическое пособие. – Москва: Изд-во МГУ, 2011. – С. 45–47.
4. Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д.А. Леонтьев. – 2-е изд. – Москва : Смысл, 2000. – 18 с.
5. Макарчук, А. И. Исследование когнитивной модели патриотического отношения в ценностно-смысловой сфере личности у студентов высших учебных заведений / А.И. Макарчук, Т.П. Мильчарек, К.Р. Халитова, М.В. Френкель ,О.А. Цветкова // Психолог. – 2024. – № 6. – С. 54–66. DOI: 10.25136/2409-8701.2024.6.72809.
6. Мильман, В. Э. Диагностика мотивационной структуры личности / В.Э. Мильман // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – Москва : Изд-во МГУ, 1990. – С. 23–43.

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ДОНБАССА

Устинова Н.В.[1], канд. психол. наук, доцент, ORCID 0009-0007-2513-213X,
Витковская Д.В. [1], ORCID 0009-0009-8182-2666,
Резников А.С. [2], ORCID 0009-0008-5213-2837
[1]ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
[2]Донбасская национальная академия строительства и архитектуры – филиал ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Московский государственный строительный университет», г. Макеевка, ДНР, РФ
vitkovskayadaria2003@mail.ru

Введение. Успешность обучения, являясь ключевым фактором общей социальной результативности, непосредственно зависит от состояния основных своих составляющих, среди которых особое место занимает учебная мотивация. Выдающиеся отечественные и зарубежные исследователи, изучавшие учебную мотивацию, в своих работах отмечали, что мотивационная составляющая, наряду с личной вовлеченностью в процесс обучения, определяет итоговый результат освоения профессиональных компетенций (А.К. Маркова, А.Н. Леонтьев, А.Г. Маслоу, Е.П. Ильин), что, в конечном счете, предопределяет возможность развития личности в той или иной необходимой карьерной роли [1,2,3,4].

Военное положение на территории Донбасса создает специфические условия обучения для студентов высших учебных заведений, расположенных на территории Донецкой Народной Республики. Внешние обстоятельства образовательного процесса донбасского студенчества мало похожи на соответствующую деятельность студентов из других российских регионов. Нестабильность окружающей обстановки как на бытовом, так и на ментальном уровне, затянувшееся дистанционное обучение, невозможность живого общения с однокурсниками, отсутствие характерной «студенческой жизни» оставляют мало общего у процесса обучения студентов Донбасса с жизнедеятельностью типичного российского студента. Указанные факторы, с одной стороны, усложняют процесс освоения профессиональных знаний, с другой – подчеркивают актуальность изучения именно этой категории, на которую возложены надежды восстановления индустриального, коммерческого, образовательного, воспитательного, медицинского, транспортного компонентов таких густонаселенных регионов, как республики Донбасса. Актуальность предопределила и **цель исследования**: изучение особенностей учебной мотивации студентов Донбасса в условиях дистанционного формата обучения.

Исследование проводилось в отношении двух групп, состоящих из 40 студентов в возрасте от 18 до 21 года. В первую группу вошли студенты ВУЗов г. Донецка (ДНР), учебные занятия которых, преимущественно, проходят в режиме видеоконференцсвязи; во вторую – студенты ВУЗов г. Севастополя, посещающие ежедневные учебные занятия.

Анализ учебной мотивации диагностируемых групп осуществлен с применением психодиагностической методики «Шкала академической мотивации» (ШАМ) Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осина и методики «Изучение мотивации обучения в вузе» Т.И. Ильиной.

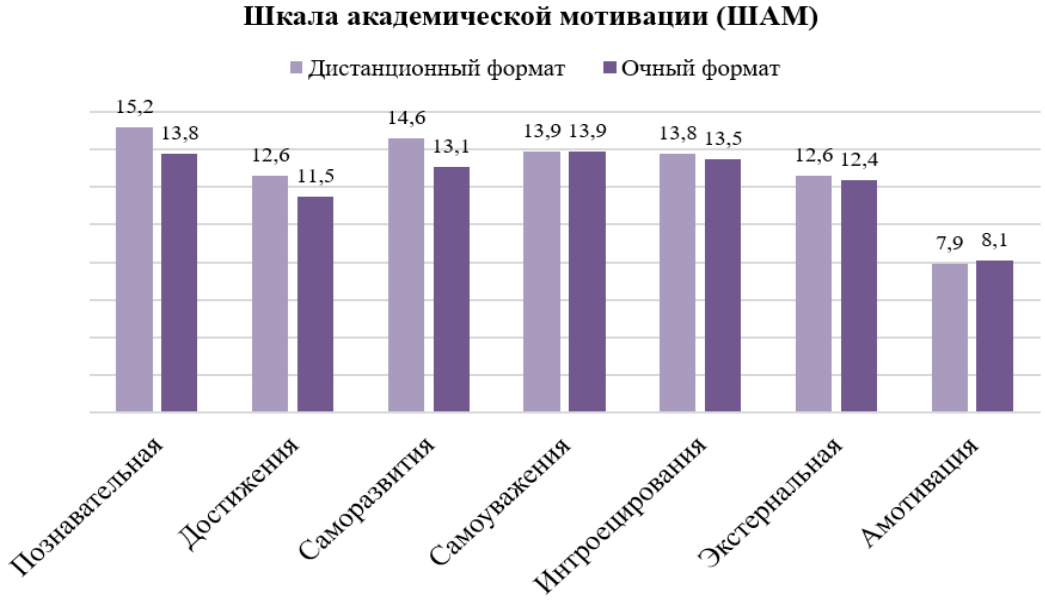

Рис. 1. Уровни академической мотивации студентов по методике «Шкала академической мотивации» (ШАМ)

Установлено, что во внутригрупповой структуре академической мотивации обучающихся онлайн студентов (методика ШАМ) наиболее высокие показатели, в отличие от студентов, обучающихся очно, имеет познавательная мотивация, также сильно выражены мотивация саморазвития, самоуважения и интроецированная. Высокие баллы по данным шкалам академической мотивации указывают на интерес к обучению и ориентацию на личностное развитие.

В то же время у студентов, которые регулярно ходят на аудиторные занятия, доминирует мотивация самоуважения и лишь затем познавательная, интроецированная и саморазвития.

При этом межгрупповое сравнение соответствующих видов академической мотивации не выявило значимых различий у представителей двух групп (рис. 1).

Результаты методики «Изучение мотивации обучения в вузе» Т.И. Ильиной показали, что и у студентов, обучающихся дистанционно, и у студентов, ежедневно посещающих занятия, интерес к получению знаний преобладает над желанием овладеть профессией и получить диплом (рис. 2).

При этом, в ходе анализа полученных данных выявлено значительно большее (t=2,26; p=0,05) проявления интереса к получению знаний у обучающихся очно, чем у студентов Донбасса, обучающихся онлайн (для сравнения показателей двух групп применен t-критерий Стьюдента для независимых выборок).

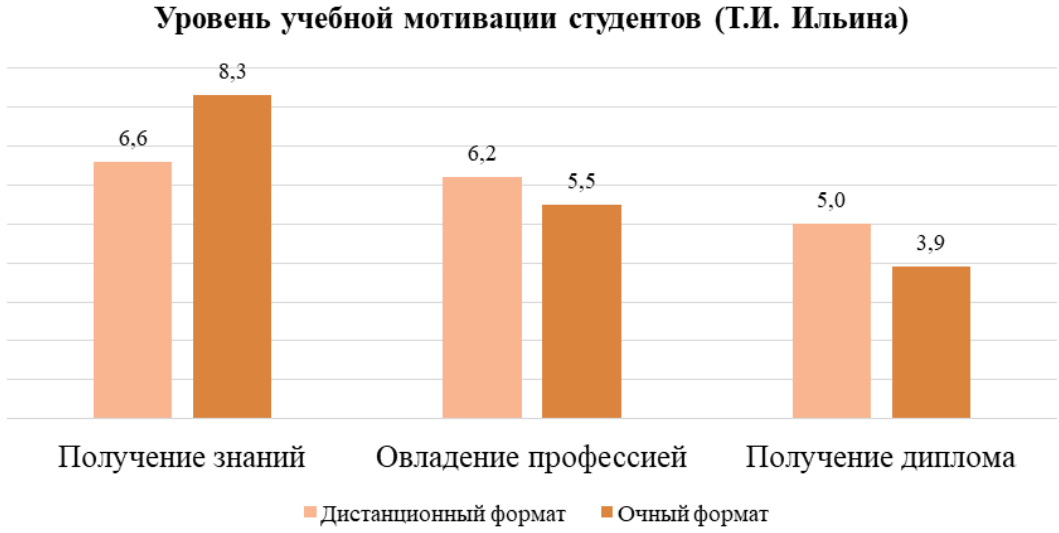

Рис. 2. Уровни учебной мотивации студентов по методике «Изучение мотивации обучения в вузе» Т.И. Ильиной

Заключение. Таким образом, несмотря на различия в условиях и формате обучения, структура учебной мотивации студентов обеих групп, в целом, существенно не различается. Основное различие проявляется в большей степени выраженности мотивации к получению знаний у студентов, обучающихся очно. При этом студенты на Донбассе, несмотря на сложную, нестабильную обстановку и дистанционный формат обучения, демонстрируют более выраженную внутреннюю мотивацию, мотивацию саморазвития и познавательную мотивацию. Для них важна ориентация на профессиональное становление и является значимым получение диплома об образовании.

Информация о финансовой поддержке: *Работа выполнена в рамках государственного задания «Личность в современном информационном и социокультурном пространстве» (№ FRRE-2026–0029).*

Список литературы

1. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 512 с. – ISBN 5-272-00028-6. – EDN TRHAAL.
2. Леонтьев, А. Н. Лекции по общей психологии : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Психология» / А.Н. Леонтьев ; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 5-е изд., стер. – Москва : Смысл, 2010. – ISBN 978-5-89357-230-8. – EDN QXZYAL.

3. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения: Книга для учителя / А. К. Маркова, Т. А. Матис, А. Б. Орлов. – Москва: Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 1990. – 192 с. – ISBN 5-09-001744-1. – EDN SJPJOJ.
4. Маслоу, А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу ; Абрахам Маслоу; [пер. с англ. Т. Гутман, Н. Мухина]. – 3. изд. – Москва [и др.] : Питер, 2011. – 351 с. – ISBN 978-5-459-01029-9. – EDN QYDQCD.

УДК 159.9

НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЦЕННОСТНОГО КОМПОНЕНТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ОТЦОВСТВУ В ЮНОСТИ

Шерешкова Е.А., канд. психол. наук, ORCID 0000-0001-9866-4830,
Медведева Ю.А., ORCID 0009-0002-3413-5096
ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»
г. Шадринск, Курганская обл., РФ
elenashereshkoca@mail.ru

Введение. В настоящее время остро встает вопрос о ресурсах мужского воспитания. Исследования показывают, что современные юноши не в полной мере готовы к отцовству, что особо проявляется в их ценностно-смысловой сфере.

Психологическая готовность к отцовству – это внутренняя позиция личности, которая выражается в отношении будущего родителя к отцовству [6]. О. Н. Безрукова полагает, что готовность к отцовству можно рассматривать как интегральное личностное образование, предполагающее социальную компетентность, опирающуюся на систему семейных ценностей и репродуктивных установок [1]. По мнению Т.Х. Невструевой представления юношей-студентов об отцовстве взаимосвязаны с личностной зрелостью и ее составляющими [5]. Ю.В. Борисенко выделила компоненты психологической готовности к отцовству: аксиологический, рефлексивно-регулятивный и праксиологический [2]. А.В. Левченко полагает, что внутренняя готовность к отцовству складывается на основе опыта, который демонстрировал отец мужчины [4].

На наш взгляд именно ценностный компонент является фундаментом психологической готовности к отцовству. По мнению В.Н. Дежнева, О.В. Новиковой, ценности, обеспечивают идентификацию личности [3]. Семейные ценности подрастающего поколения определяют психологическую готовность к родительству. В современных условиях необходима целенаправленная психолого-педагогическая работы с юношами, как условие их успешного будущего отцовства.

Цель: охарактеризовать основные направления психолого-педагогической работы по формированию ценностного компонента психологической готовности к отцовству в юности.

Основная часть. Теоретический анализ психолого-педагогической работы дал возможность выделить направления психолого-педагогической работы:

– формирование ценностного отношения к детям;

– осознавание смысла и ценности отцовской роли;

– формирование готовности к сотрудничеству с будущей супругой.

Ценностное отношение юношей к детям – это сложное внутреннее образование, которое отражает значимость детей в системе жизненных ориентиров молодого человека, его осознанное восприятие детства. Ценностное отношение к детям у юношей формируется во взаимодействии с детьми, обучающимися в младших классах, сиблингами. Ценностное отношение к детям у юношей формируется через вожатскую деятельность, психолого-педагогические пробы, волонтерство.

Психологические механизмы формирования ценностного отношения к детям:

– *Идентификация* предполагает способность юноши встать на место детей, чтобы понять их мотивы или чувства.

– *Эмпатия* – это способность к «вчувствованию» в состояние другого, позволяющая уловить тончайшие изменения настроения ребенка.

– *Аттракция* как способность привязаться к ребенку, испытать к нему дружеские чувства или симпатию.

– *Каузальная атрибуция* способность понимать причины того-или иного поведения ребенка.

– *Рефлексия* как способность понимать свои чувства к детям, и впечатление детей о себе и на основе этого корректировать свое поведения на основе обратной связи.

Осознавание смысла и ценности отцовской роли – это процесс понимания и принятия юношей своей будущей функции в жизни ребёнка и семьи, а также осмысление того, какую роль в развитии и жизни ребенка должен сыграть отец.

Осознавание смысла отцовской роли может осуществляться через тренинговую работу, организацию Т-групп, дискуссии после просмотра художественных фильмов и чтения художественной литературы.

Основные вопросы, требующие осмысления и понимания юношами: границы и безопасность во взаимоотношениях с отцом; роль отца в идентичности ребенка; эмоциональная поддержка отца; модели отцовства; отцовский контроль; роль отца в создании системы семейных ценностей.

Психологические механизмы осознавания смысла и ценности отцовской роли:

– *Рефлексия собственных ожиданий и страхов (*страх потери свободы, автономии и социального статуса, страх финансовой несостоятельности и невозможности обеспечить семью и т.п.)

– *Социальное научение* отцовской роли происходит через анализ моделей из кино и литературы.

Формирование готовности к сотрудничеству с будущей супругой – это важное условия успешного отцовства. Юношам важно осознавать такие направления сотрудничества с будущей супругой как единство правил границ; распределение эмоциональной и физической нагрузки между супругами; учет точек зрения на воспитание и гибкие воспитательные решения.

В тренинговой работе можно отработать такие родительские навыки как практические способы наладить сотрудничество. Чтобы взаимодействие было рабочим, а не формальным, помогают простые практики: регулярные короткие обсуждения, согласование ключевых правил воспитания ребенка, разделение зон ответственности, обсуждение «трудных» ситуаций до того, как они случились, умение говорить о разногласиях без ребёнка.

Психологические механизмы формирования готовности к сотрудничеству с будущей супругой:

– *Каузальная атрибуция* предполагает интерпретацию действий супруги без обвинений.

– *Рефлексия и коммуникативная рефлексия* как умение давать обратную связь.

Заключение. Психолого-педагогическая работа с юношами по формированию у них ценностного компонента психологической готовности к отцовству должна носить комплексный, системный и планомерный характер. Актуализация ценностей в юношеском возрасте возможна через запуск психологических механизмов, лежащих в основе формирования их личности.

Список литературы

1. Безрукова, О. Н. Готовность к отцовству: факторы, условия и предпосылки / О.Н. Безрукова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Международные отношения. – 2007. – №2–1. – С.98–109. EDN: IAYOSF.
2. Борисенко, Ю. В. Опыт применения психолого-педагогических технологий сопровождения становления психологической готовности к отцовству / Ю.В. Борисенко // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2019. – Т. 21, № 3(79). – С. 674-684. – DOI 10.21603/2078–8975-2019-21-3-674-684. – EDN AQYTAU.
3. Дежнев, В. Н. Традиционные ценности: к определению понятия / В.Н. Дежнев, О.Н. Новикова // Вестник Шадринского государственного педагогического института. – 2015. – № 4 (28). – С. 71–74. EDN: VLONZZ.

4. Левченко, А. В. Аспекты личностной готовности современного мужчины к отцовству / А.В. Левченко // Российский психологический журнал. – 2008. – №3. – С.93–95. EDN: NQUQUT.
5. Невструева, Т. Х. Представление юношей об отцовстве в контексте личной зрелости / Т.Х. Невструева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2025. – №4. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/predstavlenie-yunoshey-ob-ottsovstve-v-kontekste-lichnoy-zrelosti
6. Овчарова, Р. В. Исследование психологической готовности юношей к отцовству / Р.В. Овчарова, Н.А. Демчук // Вестник Курганского государственного университета. – 2006. – №2 (6). – С.68–72. EDN: NSIIPR.

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ ЭКО-АРТ-ТЕРАПИИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЛИЧНОСТИ

Баранчикова Е. А., ORCID 0009-0009-1856-1360
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В.Шаталова», г. Горловка, ДНР, РФ
1mku@mail.ru

Введение. В последнее десятилетие наблюдается рост и высокая распространенность психоэмоциональных нарушений среди молодежи и взрослого населения, что свидетельствуют многочисленные зарубежные и отечественные исследования, по аналитическим обзорам ВЦИОМ (2024–2025), был зафиксирован устойчивый рост психоэмоционального напряжения в обществе и повышенная чувствительность к эмоционально нагруженным ситуациям. Так же отмечается, что средний уровень эмоциональной нагрузки среди взрослого населения РФ остаётся стабильно высоким. При этом наблюдается ограниченная доступность традиционных форм психологической помощи. В связи с этим, возрастает актуальность в формировании новых моделей и терапевтических подходов ориентированных на социальную и экологическую направленность.

Основная часть. В последние года повышается внимание к средовому, экологическому фактору, как к одному из важнейших условий для формирования, развития и социализации людей. Влияние средового и экологического подходов в арт-терапии и арт-педагогике описано в работах следующих зарубежных авторов Р. Бергера, Б. О'Корт, К. Монтгомери, Дж. Кортни, К. Петерсона, Э. Пфейфера и в работах отечественных авторов А.И. Копытина, С.Д. Дерябо, Л.Д. Лебедевой, Ю.С. Мануйлова.

Эко арт-терапия – это инновационный динамично развивающийся терапевтический подход, основанный на творческом использовании природы и окружающего мира в терапевтическом процессе, возникший на стыке арт-терапии, экотерапии и экопсихологии. Это направление активно развивают и исследуют зарубежные авторы, такие как М. Кешет, Л. Розадо Расселл, Э. Уордл, Т. Свини, И. Сиддонс Хегинворт, Т. Роззак, Т. Гаврон, Х. Шемеш и др. Отечественные авторы А.И. Копытин, С.К. Левин, О. Оранта, Р. Берг, И. Фомина, Л. Шарафиева, О. Кущенко, Л.И. Ларионова, Л.Н. Азарова, Л.Н. Берегулина и др.

Актуальность темы, обусловлена тем, что несмотря на растущий практический интерес к эко-арт-терапии, доказательная база остается фрагментарной и методологически неоднородной, а наличие отдельных

исследований, посвящённых влиянию эко-арт-терапии на тревожность студентов, эмоциональное развитие детей и регуляцию настроения у молодых взрослых, имеет много «белых» пятен, и свидетельствуют о том, что целостного системного исследования воздействия эко-арт-терапии на психоэмоциональное состояние личности не проводилось.

После проведенного анализа имеющихся на данный момент итогов исследований с использований эко терапии, природной терапии, эко-арт-терапии, была выдвинута гипотеза: Эко-арт-терапия оказывает значимое позитивное воздействие на психоэмоциональное состояние личности, проявляющееся в снижении ситуативной и личностной тревожности, улучшении настроения, повышении психологического благополучия и развитии эмоциональной регуляции.

На основе гипотезы, нами было организованно и проведено исследование, где были систематизированы существующие научные представления о психоэмоциональном состоянии личности, проанализированы теоретические и исторические предпосылки становления эко-арт-терапии, выявлены и описаны механизмы её воздействия, разработана и проведена авторская программа по эко-арт-терапии, с анализом полученных данных.

Исследование включало три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. Эмпирическая часть исследования включает рандомизированное контролируемое исследование с выборкой 210 участников, и формированием экспериментальной и контрольной групп, где было проведено предварительное тестирование.

Формирующий этап, включал в себя разработку и проведение онлайн программы по эко-арт терапии. Программа была разработана с учетом эмоционального состояния участников и объединила психодинамический, гуманистический, когнитивно-поведенческий и экопсихологический подходы. Программа состояла из 15 встреч, вводного и итогового занятия, разделенных на четырех блока.

Каждое занятие включало вводную, основную и рефлексивную части. Продолжительность занятия – 90–120 минут, периодичность – 2 раза в неделю.

После проведения программы, было проведенного контрольное тестирование участников исследования, которое подтвердило основную гипотезу о том, что эко-арт-терапия оказывает позитивное воздействие на психоэмоциональное состояние личности.

Так же, был проведен анализ итоговых эссе участниц, показывающий их субъективную оценку своего состояния, что дополнительно подтвердило действие ключевых механизмов эко-арт-терапии: сенсорной стимуляции, символизации, катарсиса, контакта с природой, телесной включенности и групповой поддержки. Участники отмечали, что работа с природными материалами помогала им «замедлиться», «почувствовать настоящий

момент», «выразить то, что не могли сказать словами», «принять то, что нельзя изменить», «найти новые смыслы».

Заключение. Перспективы дальнейшего проведения исследований и разработки программ с использованием эко-арт-терапии, могут быть направлены на:

- проведение более масштабных лонгитюдных исследований с длительным отсроченным отслеживанием;
- изучение эффективности эко-арт-терапии в различных клинических и возрастных группах;
- разработку программы для участников СВО и членов их семей;
- разработку программ подготовки специалистов в области эко-арт-терапии;
- интеграцию эко-арт-терапии в программы профилактики психоэмоциональных нарушений в образовательных учреждениях и центрах психологической помощи.

Список литературы

1. Копытин, А. И. Экологический и средовой подходы в арт-терапии / А. И. Копытин. – Москва: Когито-Центр, 2019. – 298 с. ISBN: 978-5-89353-560-0.
2. Руководство по экологической арт-терапии / коллективная монография под ред. А.И. Копытина. – Москва: Когито-Центр, 2026. – 336 с.
3. Wardle, A. Nature-based art therapy: supporting children's emotional regulation and responses to the climate crisis / A. Wardle // International Journal of Art Therapy. – 2025. – Vol. 30, № 1. – P. 28–35. DOI: 10.1080/17454832.2024.2382955.
4. Keshet, M. Integrative Eco Art Therapy: Addressing Humanity's Fractured Attachment to Nature / M. Keshet // Ecopsychology. – 2025. – Vol. 17, № 2. – P. 131–142. DOI: 10.1089/eco.2024.0034

УДК 159.9:7.01.

ИСКУССТВО КАК СРЕДСТВО ВЛИЯНИЯ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

Белюрко Н.М.

МБУ «Художественный музей "Арт-Донбасс"», г. Донецк, РФ

konkurs.art-donbass@yandex.ru

Введение. Изучение влияния искусства на внутреннее состояние человека является актуальной темой в психологии, так как эстетическое восприятие произведений искусств, в том числе живописи, способствует улучшению психоэмоционального состояния. Однако восприятие произведений искусств в отдельных случаях может быть сопряжено с рисками, что необходимо учитывать в психологическом консультировании.

Цель. Проанализировать, каким образом искусство еще со времен древнегреческой трагедии воздействует на психоэмоциональное состояние человека, а также определить факторы, позволяющие сделать это влияние положительным.

Основная часть. С глубокой древности человек испытывал интерес к творчеству, которое затрагивало как самого создателя, так и тех, кто воспринимал его произведения.

Реакция при восприятии произведений искусств субъективна, индивидуальна и зависит от личного опыта: то, что одного человека успокоит, другого может растревожить.

Представление о катарсисе возникло ещё в Античности, в философии Древней Греции. В переводе с греческого катарсис означает «очищение». Аристотель, ученик Платона, основатель Ликея (перипатетической школы философов) в одной из своих работ уделил этой теме особое внимание. В своем трактате «Поэтика» этот древнегреческий философ рассматривал катарсис в контексте искусства, особенно жанра трагедии. Сопереживая героям, зритель испытывает сострадание, страх, переживает сильные эмоции и в итоге освобождается от эмоционального напряжения, испытывает психологическую разрядку.

Здесь следует упомянуть о древнегреческой трагедии, в основе которой чаще всего заложен конфликт личности и судьбы, диалектика добра и зла. Трагедии трёх великих древнегреческих драматургов: Эсхила, Софокла и Еврипида затрагивали вечные темы, раскрывали человеческие слабости и ошибки. В центре трагедии Еврипида «Медея» – страшная месть обманутой женщины своему мужу Ясону. В современной психологии встречается термин комплекс «Медеи», который описывает бессознательное стремление матери причинить вред своему ребенку из-за сильной обиды на его отца.

В XX веке феноменом катарсиса заинтересовались такие знаменитые психологи как З. Фрейд и Л.С. Выготский. В современной психологии катарсис понимают как высвобождение эмоций, способствующее снятию накопившегося напряжения.

Отношение к искусству у разных народов во все времена зависит от религиозных, исторических и культурных особенностей, сложившихся обычаев и традиций.

В дохристианский период у славян музыка была не столько развлечением, сколько средством магического воздействия: на природу, на потусторонние силы. Были распространены такие музыкальные инструменты, как: гусли, бубны, дудки. На картине Ильи Репина «Садко» (1876г.) изображён эпизод из новгородской былины. Художник изобразил гусляра Садко, который оказался в подводном царстве и по велению морского царя должен определиться с выбором невесты [2, с.109].

В средневековом искусстве сформировались традиции, которые во многом определили дальнейшее развитие мировой культуры и оказали влияние на другие сферы жизни человека. В целом, в этот период доступ к произведениям искусств был ограничен для некоторых сословий, однако после Средневековья ситуация в этом отношении постепенно меняется в лучшую сторону.

Ученый-полигистор, монах ордена иезуитов, египтолог, профессор математики и востоковедения А. Кирхер в XVII веке создал теорию аффектов. Согласно этой теории, искусство, в особенности музыка, может изменять эмоциональное состояние человека, вызывать радость, печаль, гнев, сострадание.

В русской литературе найдется много примеров того, как произведения искусств оказывают мощное влияние на человека. Так, в повести А. И. Куприна «Гранатовый браслет» безответно влюбленный Желтков, мелкий чиновник контрольной палаты, в прощальном письме просит любимую женщину прослушать после его смерти сонату Бетховена. Музыка нравственно преображает Веру Николаевну, позволяет ей прочувствовать жертвенность любви к ней простого чиновника, уже ушедшего из жизни. Героиня повести переживает духовное очищение и чувствует, что влюбленный в нее человек, на чувство которого она, замужняя женщина, не могла ответить, простил ее.

В романе «Идиот» всемирно известного русского писателя Ф.М. Достоевского есть эпизод, в котором художественное произведение искусств заставляет человека переосмыслить ценности, по-другому взглянуть на мир. Картина художника Г. Гольбейна «Мёртвый Христос во гробе» очень впечатлила князя Мышкина, заставила его задуматься о страдании и вере.

Сам творческий процесс созидания чего-либо нового, будь то рисунок, вышивка или лепка из пластилина, позволяет человеку «выгрузить», вынести вовне негативные эмоции без риска испортить отношения с окружающими людьми. Психоанализ рассматривает творчество через механизм сублимации, когда подавленные влечения и конфликты перенаправляются в социально приемлемую деятельность [1, с. 6].

Восприятие искусства является неким подобием экрана, на котором психика проецирует смыслы. Художественные образы актуализируют личные ассоциации, которые у разных людей могут значительно отличаться [3, с. 308].

В середине XX века в психологии и психотерапии появляется арт-терапия – метод, где творчество при тревожности, депрессии, психологических травмах применяют для коррекции психоэмоционального состояния целенаправленно.

Психотерапевт в арт-терапии помогает клиенту таким образом реализовать творческий процесс, чтобы он мог: разобраться в собственных

внутренних переживаниях; выразить через творчество те эмоции и чувства, которые трудно сформулировать словами; проработать психотравмирующий опыт; уменьшить уровень тревожности.

Искусство в разных проявлениях даёт возможность диалога с окружающим миром, помогает лучше понять себя и других, найти ресурс для преодоления жизненных трудностей.

Заключение. Эстетическое воздействие чаще всего положительно сказывается на психоэмоциональном состоянии. Но в отдельных случаях может быть сопряжено с рисками, в частности если восприятие произведения искусств затрагивает ранее пережитые человеком психотравмы.

Список литературы

1. Белюрко, Н. М. Саморегуляция как основа управления психоэмоциональным состоянием / Н.М. Белюрко // Приоритетные векторы развития промышленности и сельского хозяйства: материалы VII Международной научно-практической конференции, 18 апреля 2024 г., Макеевка: в 7 т. / ФГБОУ ВО ГОУ ВПО «Донбасская аграрная академия». – Макеевка: ДОНАГРА, 2024. – Т. VII. – С.5-8.
2. Белюрко, Н. М. Влияние мифологического мышления на развитие культуры в Древней Руси/ Н.М. Белюрко // Национальное культурное наследие России: региональный аспект : материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 50-летию СГИК, 14-15 мая 2021 г. / Министерство культуры РФ, ФГБОУ ВО «Самарский государственный институт культуры» ; под редакцией М. В. Курмаева, Л. М. Артамоновой. – Самара : СГИК, 2021. – с. 109–110.
3. Выготский, Л. С. Психология искусства / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2017. – 414 с.

УДК 159.944.4

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПРАКТИКУЮЩИХ ПСИХОЛОГОВ

Гайсина И.Н., ORCID 0009-0004-5513-6463,
Писненко А.Г., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0004-7850-883X
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
sila09342@gmail.com

Введение. Работа психолога связана с длительным эмоционально насыщенным взаимодействием с клиентом, где эмоциональная включенность является частью профессиональной деятельности. В работе психологу важно сохранять чувствительность к переживаниям другого человека, не утрачивая при этом профессиональных границ и позиции. При

продолжительной нагрузке меняется не только самочувствие психолога, изменения затрагивают отношение к деятельности и к клиентам. В. Е. Орел связывает развитие выгорания с совокупным влиянием личностных и организационных факторов, роль которых зависит от специфики профессиональной деятельности [1]. Исследования психотерапевтов показывают, что выгорание и психологическое благополучие связаны с внутриличностными и профессиональными характеристиками специалиста [2]. В модели К. Маслач выделяются эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция личных достижений [3].

Психологическое благополучие описывает другую сторону состояния специалиста. В модели К. Рифф оно включает позитивные отношения, автономию, управление средой, личностный рост, цели в жизни и самопринятие [4]. Благополучие не тождественно эмоциональному комфорту. Д. А. Леонтьев связывает психологическое благополучие с осмысленностью жизни, развитием и реализацией жизненных целей [5], поэтому психолог может испытывать профессиональное напряжение и одновременно сохранять способность принимать себя, организовывать свою жизнь и видеть перспективу дальнейшего развития.

Цель исследования состояла в выявлении особенностей взаимосвязи психологического благополучия и компонентов профессионального выгорания у практикующих психологов.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 42 практикующих психолога в возрасте от 22 до 58 лет (M = 42,52; SD = 8,33), все респонденты были женщинами. Профессиональное выгорание исследовалось с помощью стандартизированного опросника «Профессиональное выгорание» Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой и А. Д. Наследова [6], психологическое благополучие – с использованием шкалы К. Рифф в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко [7].

Результаты. Среднее значение эмоционального истощения составило 21,83 ± 7,69 балла, деперсонализации – 7,93 ± 4,31, редукции личных достижений – 32,36 ± 4,53. Проверка распределений по критерию Шапиро–Уилка показала отсутствие статистически значимых отклонений от нормального распределения для эмоционального истощения ($p = 0,540$), деперсонализации ($p = 0,692$), редукции личных достижений ($p = 0,234$) и общего индекса психологического благополучия ($p = 0,148$). Для шкалы «Цели в жизни» распределение отличалось от нормального ($W = 0,917$; $p = 0,005$). С учетом этого для анализа взаимосвязей использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Результаты представлены в табл.

По шкале «Редукция личных достижений» значимые корреляции получены со всеми показателями психологического благополучия, для деперсонализации число связей меньше, а эмоциональное истощение связано только с двумя его компонентами.

Таблица

Описательные характеристики психологического благополучия и его взаимосвязи с компонентами профессионального выгорания

Показатели психологического благополучия	**M ± SD**	**Эмоциональное истощение, ρ**	**Деперсонализация, ρ**	**Редукция личных достижений, ρ**
Позитивные отношения	54,05 ± 6,78	–0,330*	–0,231	0,514***
Автономия	51,76 ± 6,56	–0,184	–0,395**	0,448**
Управление средой	54,64 ± 5,79	–0,124	–0,267	0,542***
Личностный рост	61,67 ± 5,28	–0,306*	–0,338*	0,612***
Цели в жизни	58,83 ± 6,47	–0,132	–0,384*	0,579***
Самопринятие	55,55 ± 7,17	–0,227	–0,346*	0,604***
Общий индекс психологического благополучия	336,5 ± 28,98	–0,280	–0,418**	0,720***

Примечание. ** p<0,05; ** p≤0,01; *** p<0,001. Более высокий исходный балл по шкале «Редукция личных достижений» соответствует меньшей выраженности редукции личных достижений.*

Обсуждение. Эмоциональное истощение может оставаться относительно локальным проявлением профессионального неблагополучия. Усталость и дефицит эмоциональных ресурсов еще не обязательно меняют отношение человека к себе, своим целям и собственной жизни. Деперсонализация относится уже к другой стороне профессионального опыта, к характеру профессионального контакта и отношению специалиста к клиенту. В нашем исследовании более выраженной деперсонализации соответствуют меньшая автономия, менее выраженные личностный рост и жизненные цели, более низкое самопринятие.

Наиболее тесные взаимосвязи с психологическим благополучием обнаружены по шкале «Редукция личных достижений». С учетом обратного направления шкалы более высокие показатели благополучия соответствуют меньшей выраженности редукции достижений. Особенно выражены связи с личностным ростом, самопринятием и управлением средой. И это закономерно. Переживание собственной состоятельности затрагивает отношение человека к своим возможностям, развитию. Различия в характере выявленных связей согласуются с данными систематического обзора исследований психотерапевтов, в котором выгорание и психологическое благополучие рассматриваются как самостоятельные, хотя и связанные стороны профессионального состояния, зависящие от внутриличностных и профессиональных характеристик специалиста [2]. Корреляционный характер исследования не дает оснований утверждать о причинности связей. Мы не исключаем также, что обе группы показателей связаны с общими личностными и профессиональными факторами. Выборка состояла только из женщин, поэтому обнаруженные закономерности необходимо проверить

на более разнородной группе практикующих психологов. В дальнейшем планируется расширить выборку и использовать лонгитюдный дизайн, чтобы проследить изменения психологического благополучия и отдельных компонентов профессионального выгорания во времени.

Список литературы

1. Орел, В. Е. Синдром психического выгорания личности / В. Е. Орел. – Москва: Институт психологии РАН, 2005. – 330 с. – ISBN 5-9270-0070-3.
2. Van Hoy, A. Burnout and Psychological Wellbeing Among Psychotherapists: A Systematic Review / A. Van Hoy, M. Rzeszutek // Frontiers in Psychology. – 2022. – Vol. 13. – Art. 928191. – DOI 10.3389/fpsyg.2022.928191.
3. Maslach, C. The measurement of experienced burnout / C. Maslach, S. E. Jackson // Journal of Occupational Behavior. – 1981. – Vol. 2, no. 2. – P. 99–113. – DOI: 10.1002/job.4030020205.
4. Ryff, C. D. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being / C. D. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57, no. 6. – P. 1069–1081. – DOI 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
5. Леонтьев, Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля / Д. А. Леонтьев // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 14–37. – DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02. – EDN TBBDGH.
6. Водопьянова, Н. Е. Стандартизированный опросник «Профессиональное выгорание» для специалистов социономических профессий / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова, А. Д. Наследов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2013. – № 4. – С. 17–27. – EDN RWMZCV.
7. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : дис. … канд. психол. наук : 19.00.01 / П. П. Фесенко. – Москва, 2005. – 206 с. – EDN NNKMQP.

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ АВА-ПОДХОДА В РАБОТЕ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И ТРУДНОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ.

Кобзарева И.И., канд. психол. наук, доц. ORCID 0000-0002-3244-8155,
Соловьева Е.А.
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогической институт»,
г. Ставрополь, РФ
inna@kobzariova.ru, Kawai.soloviowa@yandex.ru

Введение. В последние десятилетия проблема девиантного поведения и нарушений саморегуляции у детей младшего школьного возраста приобретает все большую актуальность. В условиях школьного обучения от

ребенка требуется способность контролировать свою импульсивность, соблюдать правила поведения, уметь выстраивать социально-приемлемые формы коммуникации со своим окружением. Тем не менее, в последние годы отмечается все большее количеств учащихся сталкивается с трудностями в этой сфере, что проявляется в различных формах отклоняющегося поведения: агрессии, отказе от деятельности, импульсивности, избегании взаимодействия с окружающими.

В современной психолого-педагогической науке накоплен значительный арсенал методик, направленных на коррекцию девиантного поведения. Так одной из наиболее эффективных технологий по решению данных проблем признается технология прикладного анализа поведения (АВА).

Цель: теоретически обосновать целесообразность применения АВА – подхода в работе с младшими школьниками, имеющими девиантное поведение и трудности саморегуляции.

Основная часть. Младший школьный возраст является критическим периодом в становлении произвольной регуляции поведения. Именно в этом возрасте ребенок впервые сталкивается с требованиями к самоконтролю, организованности и соблюдению дисциплины. Зачастую, отклоняющееся поведение становится для ребенка единственным способом сообщить о собственных потребностях, особенно при замедленном формировании социально-коммуникативных навыков. Дивиантные проявления у младших школьников могут принимать различные формы – от вербальной и физической агрессии до пассивного ухода от деятельности и замкнутости. Данные поведенческие паттерны не только препятствуют успешному обучению, но и серьезно осложняют социальную адаптацию ребенка в школьной среде.

Формирование саморегуляции у учащихся младшего школьного возраста рассматривается в трудах классиков отечественной психологии. Л.С. Выготский [1], В.В. Давыдов, П.Я. Гальперин [2], А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин [6] и другие ученые в своих трудах отмечали, что особе место в структуре учебной деятельности занимает действие контроля, которое направлено на саму деятельность и определяет отношение учащихся к себе как субъекту. Как отмечает в своих трудах В.С. Стародубцева, в рамках требований ФГОС НОО особое значение приобретает системно-деятельностный подход для развития рефлексивных умений и самоконтроля у младших школьников.

Прикладной анализ поведения представляет собой научно обоснованный метод, основанный на поведенческих технологиях и методах обучения. В его основе лежит систематическое изучение поведения, объективное измерение и описание поведенческих проявлений, определение причин проблемного поведения и составление обоснованного плана коррекции. Как отмечают авторы фундаментального труда

«Прикладной анализ поведения» Дж. О. Купер, Т.Э. Херон, У.Л. Хьюард, ABA представляет собой проектирование, внедрение и оценку изменений среды для достижения социально значимого улучшения поведения [4].

Анализ научной литературы свидетельствует о высокой эффективности прикладного анализа поведения в коррекции поведенческих нарушений у учащихся. Исследования показывают, что ABA-терапия успешно применяется не только в работе с детьми, имеющими расстройства аутистического спектра, но и в коррекции поведения у широкой группы детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья.

В контексте работы с учащимися младшего школьного возраста особое внимание уделяется возможностям индивидуализации программы коррекции и эффективности применения ABA-терапии в образовательной практике. Исследования доказывают, что методы ABA помогают не только нивелировать дезадаптивное поведение, но и формировать у детей навыки самовыражения, коммуникации и социального взаимодействия.

Особого внимания заслуживают исследования, посвященные применению ABA-подхода для развития саморегуляции. Современные данные свидетельствуют о том, что ABA-терапия эффективно помогает детям управлять своими эмоциями, учит адекватным реакциям на эмоциональные стимулы, развивает навыки совладания и формирует саморегуляционные умения. В контексте обучения в школе ABA-вмешательства способствуют развитию навыков саморегуляции у детей, используя индивидуальный подход, адаптированный к уникальным потребностям каждого ребенка.

Одной из базовых работ по данной проблематике является исследование М.В. Дудкиной, представленное на Всероссийской научно-практической конференции «Социально-педагогические вопросы образования и воспитания» в 2026 году. Автор, кандидат педагогических наук, педагог психолог, рассматривает проблему применения прикладного анализа поведения в помощи младшим школьникам с девиатным поведением и трудностями саморегуляции [3],

В работе М.В. Дудкиной объясняются базовые принципы метода ABA, приводятся примеры его конкретных техник с иллюстрациями из школьной практики, а также даются рекомендации по внедрению подходов и анализируются типичные ошибки, которых следует избегать. Исследования опираются на фундаментальные труды в области прикладного анализа поведения, включая работы Дж. О.Купер. Т.Э. Херона и У.Л. Хьюарда «Прикладной анализ поведения» (2026) [4], а также О. Мелешкевич и Ю. Эрц «Особые дети. Введение в прикладной анализ и поведения» (2015) [5].

Заключение. Данные исследования подтверждают, что ABA-подход может быть эффективно интегрирован в образовательную среду для работы с младшими школьниками, демонстрирующими поведенческие и регуляторные трудности.

Важно также учитывать типичные ошибки, возникающие при внедрении АВА-подхода: недостаточная систематичность. Неверное определение функции поведения, использование неадекватных подкреплений, отсутствие генерализации навыков в естественную среду.

Обзор научных данных, показывает, что АВА-подход является высокоэффективным методом коррекции девиантного поведения и развития саморегуляции у младших школьников. Его применение в образовательной практике позволяет не только снизить проявление агрессии и импульсивности но и обучать учащихся социально-приемлемым формам взаимодействия. Учет индивидуальных особенностей и системный анализ поведения делают АВА-терапию универсальным средством помощи детям, имеющим поведенческие проблемы в условиях обучения в современной школе.

Список литературы

1. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл : Эксмо, 2005. – 1136 с. – ISBN 5-699-13728-9.
2. Гальперин, П. Я. Лекции по психологии / П. Я. Гальперин. – Москва : КДУ, 2007. – 400 с. – ISBN 978-5-98227-441-0.
3. Дудкина, М. В. Девиантные дети и дети с трудностями саморегуляции в младшей школе (АВА-подход) / М. В. Дудкина // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участ. (Чебоксары, 10 февр. 2026 г.) / редкол.: Ж. В. Мурзина [и др.]. – Чебоксары : Лару-тăру (Среда), 2026. – С. 481–482.
4. Купер, Дж. О. Прикладной анализ поведения / Дж. О. Купер, Т. Э. Херон, У. Л. Хьюард. – Москва : Практика, 2016. – 864 с. – ISBN 978-5-89816-157-6.
5. Мелешкевич, О. Особые дети. Введение в прикладной анализ поведения (АВА): принципы коррекции проблемного поведения и стратегии обучения детей с расстройствами аутистического спектра и другими особенностями развития / О. Мелешкевич, Ю. Эрц. – Самара : Бахрах-М, 2015. – 208 с. – ISBN 978-5-94648-134-4.
6. Эльконин, Б. Д. Психология развития / Б. Д. Эльконин. – Москва : Академия, 2001. – 144 с. – ISBN 5-7695-0794-2.

УДК 159.99

ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЯМ, ПЕРЕЖИВАЮЩИХ УТРАТУ БЛИЗКИХ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Ковальчишина Н.И., канд. психол. наук, доц.,
ORCID 0009-0002-5806-0380,
Лукина Д.А, ORCID 0009-0000-0635-035X
ФГБОУ ВО «Филиал Российского государственного социального университета в г. Минске», г. Минск, Республика Беларусь
nkovalchishina@mail.ru, dianalukina761@gmail.com

Введение. Современная геополитическая ситуация, проведение специальной военной операции актуализировали проблему психологического сопровождения не только непосредственных участников военных действий, а и их близких. Эта категория людей является наиболее уязвимой, поскольку потеря близкого человека (мужа, сына, отца) в условиях военного конфликта носит наиболее травматический характер для семьи, разрушает привычный уклад жизни, приводит к ухудшению психического здоровья.

Цель – изучить теоретические подходы к оказанию психологической помощи семьям, переживающих утрату близких в условиях специальной военной операции (СВО) и привести пример российско-белорусского сотрудничества в рамках проекта «Семья. Память. Жизнь».

Основная часть. Семьи военнослужащих, принимающих участие в СВО, тяжело переживают их деятельность, находясь в тревоге за них, и в неизвестности из-за сроков их возвращения. Безусловно, гибель близкого человека в ходе боевых действий или же отсутствие информации о его местонахождении приводит родственников к сильнейшим эмоциональным переживаниям, справиться с которыми самостоятельно бывает невозможно. В подобной ситуации наиболее опасными для здоровья человека являются патологические формы переживания утраты.

Вопросы утраты близких и горевания рассматривались многими авторами, как зарубежными, так и отечественными.

Так, Элизабет Кюблер-Росс впервые описывает пять этапов проживания утраты (отрицание, гнев, торг, депрессия, принятие), основываясь на наблюдениях за тяжелыми больными, что впоследствии было применимо и в ситуации утраты родных [3].

Джон Боулби, британский психоаналитик, рассматривает утрату через призму привязанности. В частности, он исследует как развивается ребенок в подобных обстоятельствах [1].

Ф.Е. Василюк, отечественный психотерапевт, исследовавший проблемы горевания, выделяет пять стадий его принятия, отмечая, что это не просто «утешение», а достаточно сложный процесс трансформации жизни человека до и после [2, с. 34].

Авторы Р.М. Грановская и И.М. Никольская рассматривают кризисную психологическую помощь человеку, переживающему потерю близкого, с точки зрения психологии веры [6].

Е.Г. Максименко и И.В. Иванова в монографии «Переживание горя и утраты» анализируют способы психологической помощи горюющим в зависимости от стадии горевания. Они утверждают, что, когда человек находится в стадии шока, утешать его не имеет смысла, поскольку он прибывает в неадекватном состоянии и не способен включаться в диалог [4].

Как известно, клинически значимая утрата характеризуется нарушением естественного процесса ее переживания, основными маркерами которого являются не внешние проявления, а интенсивность и длительность эмоционального реагирования. Подобное состояние обычно проявляется в двух аспектах: отсроченная реакция (индивид долго не может осознать свое состояние потери) и искаженная реакция (депрессия, тревожные расстройства, психосоматические заболевания и даже попытки суицида). Во втором случае горюющий чаще всего не хочет ни с кем взаимодействовать, он раздражен и агрессивен. Естественно, такое состояние может привести к использованию различного рода психотропных средств, алкоголя, что усугубляет его положение в социуме, когда возникают проблемы на работе и в семье. Подавляя свои эмоции человек не способен проявлять негативные переживания.

Важно понимать, что переживание горя – это очень многогранный и сложный процесс, который зависит, прежде всего, от индивидуальных особенностей человека, а также социокультурных паттернов и жизненного опыта. Для того чтобы произошли позитивные изменения в условиях проживания утраты нужно время, ресурсы, заинтересованность различных государственных структур, привлечение грамотных специалистов и, просто, неравнодушных людей.

Так, практический психолог Александра Мхитарян подчеркивает, что «хотя эти изменения будут менять жизнь в лучшем направлении, неотгореванные потери прошлого могут становиться препятствием и выражаться в неосознанном саботировании психотерапевтического процесса. Необходимо помочь клиенту вырасти вокруг своей боли утраты, сохранив её и свою уникальность» [5, с. 24]. А это возможно только при правильной проработке горя, с учетом различных личностных критериев, а также социально-экономической и политической обстановки в обществе.

В Минске (Республика Беларусь) на протяжении 2-х последних лет осуществляется программа реабилитации семей, которые потеряли близких, «Семья. Память. Жизнь», по инициативе АНО «Центр кризисной

психологии и социальной реабилитации» (Россия), при поддержке Фонда президентских грантов, а также Международного благотворительного фонда Юрия Розума, пианиста, народного артиста России.

Уникальность данной программы заключается в ее разноплановости. Она сочетает в себе современные методы психотерапии (арт-терапия, когнитивно-поведенческая терапия, ЕМДР, телесно-ориентированная терапия и др.), христианские ценности (общение с представителями церкви, посещение службы в храме и духовных святынь) и культурно-просветительские мероприятия (экскурсии, концерты).

Как показывает практика (в программе приняли участие женщины и дети из разных регионов России: Брянска, Владимира, Донецка, Смоленска) такой комплексный подход способствует эффективному преодолению кризиса утраты, обретению внутренней целостности, веры в будущее и желанию выстраивать свою жизнь после утраты близкого с памятью о нем.

Заключение. Профессиональное сопровождение человека в ситуации утраты, таким образом, заключается не в устранении страдания, а в организации пространства для его проживания и последующем включении пережитого опыта в жизнь. Такая помощь важна, прежде всего, для избегания отсроченных негативных последствий в психике, а также для поддержки личностного развития и возвращения к полноценной жизни тех, кто пережил потерю. Психологическая поддержка, совместно с социальным и медицинским обслуживанием являются важными элементами этического и научно подтверждённого метода помощи тем, кто переживает горе от потери родного человека.

Список литературы

1. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби / Пер. с англ. Н.Г. Григорьевой, Г.В. Бурменской. – Москва : Гардарики, 2003. – 447 с. – ISBN 5-94462-045-2.
2. Василюк, Ф.Е. Переживание и молитва: опыт общепсихологического исследования / Ф.Е. Василюк. – Москва : Смысл, 2005. – 191 с. — ISBN 5-89357-212-2. – EDN: QXOGGT
3. Кюблер-Росс, Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс / Пер. с англ. В. Тулаева. – Москва : АСТ, 2021. – 351 с. – ISBN 978-5-17-133351-5. – EDN: PQJZFV.
4. Максименко, Е.Г. Переживание горя и утраты. Психологическая помощь на разных этапах горевания / Е.Г. Максименко, И.В. Иванова // Травматерапия. Преодоление последствий психотравмирующих событий: монография / Под общ. ред. Е.Г. Максименко, В.В. Седнева, А.В. Гордеевой, Е.В. Новиковой. – Донецк: ООО «НПП «Фолиант», 2019. – 379 с. – EDN: QLJWXC.
5. Мхитарян, А.О. Проживание утраты: стадии и дуальная модель / А.О. Мхитарян // Транзактный Анализ в России / Выпуск 1 (том 3), 2023. – С. 23–28. – EDN: ZTRFZX.
6. Никольская, И.М. Психология веры как основа кризисной психологической помощи в совладании с переживанием утраты / И.М. Никольская, Р.М. Грановская // Вестник психотерапии. – 2014. – № 49 (54). – С. 39–58. –ISSN: 0132-182X. – EDN: SHTVMR.

УДК159.9

ОБОСНОВАНИЕ КОМНАТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАЗГРУЗКИ В ПРОСТРАНСТВЕ УНИВЕРСИТЕТА

Максименко Е.Г., д-р психол. наук, доц., ORCID 0000-0003-0622-6871,
Руденко С.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0007-0092-5926,
Киселёва И.В., ORCID 0000-0003-1750-9367,
Майстепанова Д.Р., ORCID 0009-0002-9550-211X
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
e.maksimenko@donnu.ru

Введение. Психологическое сопровождение образовательного процесса в регионе военных действий имеет особое значение. Поколение донецких студентов формировалось в условиях длительного проживания в сложных жизненных ситуациях, в которых кроме опасности для жизни приходиться справляться с бытовыми трудностями (отсутствие воды и электроэнергии, перебои в работе транспорта и др.), отсутствием возможности сводного общения в кругу сверстников. Потребность в безопасности становится определяющей в принятии жизненно важных решений, например, образовательная организация выбирается по близости к дому, а не по предпочитаемой специальности. Отмеченные проблемы выявляются у значительного числа студентов, о чем свидетельствуют данные ежегодного мониторинга [7], что обусловило поиск эффективных методов оказания психологической помощи в условиях университета.

Цель исследования – обоснование создания комнаты психологической разгрузки в Донецком государственном университете (ДонГУ), способной решать задачи профилактики и коррекции психоэмоциональных трудностей и проблем адаптации.

Основная часть. Комната психологической разгрузки – это специально оборудованное пространство, в котором человек любого возраста и статуса сможет ощутить комфорт и безопасность. Эффективность комнат различного формата (сенсорные комнаты, комнаты тишины, комната релаксации и др.) доказана многими исследованиями [1-6]. Первые разработки появились в Нидерландах в 70–80 гг. XX ст. и сразу стали распространяться по всей Европе. В Советском союзе комнаты психологической разгрузки оборудовались в ведомственных санаториях, на заводах, в военных медицинских учреждениях, в учреждениях образования [1; 3]. Разрабатывались проекты комнат со специальным освещением, шумоизоляцией и оснащением. В зависимости от запроса, в комнате психологической разгрузки можно решать задачи снятия мышечного и психоэмоционального напряжения, достижения релаксации, восстановления работоспособности, улучшения работы когнитивных процессов (внимания, памяти), развития саморегуляции [4; 6].

В 2025 г. проект психологов ДонГУ «Система психологического сопровождения личности, пострадавшей от психотравмирующей ситуации в ДНР» получил финансовую поддержку от Российского научного фонда. В частности, проект предполагал обустройство безопасного пространства – комнаты психологической разгрузки, как инструмента регуляции психоэмоционального состояния, снижение уровня стресса, тревожности и улучшение работоспособности за оптимально короткий период времени и с максимальной эффективностью.

В перечень оборудования комнаты психологической разгрузки ДонГУ вошли следующие компоненты: звукопоглощающие стеновые панели и металлопластиковая перегородка, специальный мягкий свет, кондиционирование воздуха, мягкая бескаркасная мебель, медитативные картины и светильники, стол для песочной терапии, акустическая система с музыкальными композициями (релаксирующие звуки природы, спокойная расслабляющая музыка), аппараты биологической обратной связи (БОС).



Рис. 1. Комната БОС-терапии

На фото (рис. 1; рис. 2) представлена комната психологической разгрузки ДонГУ, которая состоит из двух изолированных помещений, в одной части расположено оборудование БОС, в другой части для упражнений по релаксации в индивидуальном и групповом формате.



Рис. 2 Комната для консультации и проведения релаксирующих упражнений

Заключение. Оказание психологической помощи в комнате психологической разгрузки направлено на создание необходимых условий для глубокой релаксации, снижении психоэмоционального напряжения, тревожности и улучшение работоспособности. Тренинги аппаратов БОС, используемые в системном комплексе, направлены на быстрое и эффективное устранение последствий психотравмирующих переживаний посредством обучения организма человека самовосстановлению и саморегуляции.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект 25-18-00895 «Система психологического сопровождения личности в условиях психотравмирующей ситуации в ДНР»*

Список литературы

1. Брель, Е. Ю. Проектирование и организация работы сенсорных комнат (комнат психологической разгрузки, психологической регуляции) в психологических службах образовательных организаций высшего образования: методические рекомендации / Брель Е. Ю., Колесник Т. О. – Москва: ФГБУ «Российская академия образования», 2025. – 53 с.
2. Возможности комнат психологической разгрузки для работников нервно-эмоционального труда / Х. Т. Ониани, Д. А. Сидорова, О. И. Юшкова [и др.] // Медицина труда и промышленная экология. – 2019. – Т. 59, № 4. – С. 237-241. – DOI: 10.31089/1026-9428-2019-59-4-237-241. – EDN ZSLOXH.
3. Денисова, О. В. Психологическое сопровождение в комнате психологической разгрузки как среда эмоционального здоровья личности / О. В. Денисова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2019. – № 1. – С. 42-48. – EDN USXSSC.
4. Драб, Я. М. Система психофизиологического обеспечения професиональной деятельности и роль комнаты психоэмоциональной разгрузки / Я. М. Драб // Interpersonal mechanisms of knowledge and experience transfer in the process of public relations development. – London : Международная академия наук и высшего образования, 2015. – С. 55-57. – EDN TOWWBB.
5. Ильина, В. А. Комната психологической разгрузки (сенсорная комната) как средство быстрого и эффективного снятия эмоционального перенапряжения, восстановления работоспособности сотрудников / В. А. Ильина // Актуальные проблемы психологического обеспечения деятельности прокуратуры и правоохранительных органов : Сборник материалов круглого стола, Москва, 28 марта 2024 года. – Москва: Университет прокуратуры РФ, 2024. – С. 127-132. – EDN KACWGG.
6. Обоснованность включения комнат психологической разгрузки в корпоративные программы укрепления здоровья (по данным обзора литературы) / Т. В. Камардина, М. В. Попович, А. В. Концевая [и др.] // Профилактическая медицина. – 2023. – Т. 26, № 1. – С. 36-42. – DOI 10.17116/profmed20232601136. – EDN IJYDZM.
7. Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2026622862 Российская Федерация. Диагностика личностных особенностей студентов в условиях психотравмирующей ситуации в ДНР : заявл. 22.06.2026 : опубл. 08.07.2026 / Е.Г. Максименко, И. В. Киселева, С. В. Руденко [и др.] ; заявитель Донецкий государственный университет. EDN WQMPGK.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРЕВОЖНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ С ОВЗ

***Маштакова С.В.*[1],** ORCID 0009-0002-3909-0616,
***Коваль М.В.*[2],** ORCID 0009-0002-5607-9451
[1]неаффилированный автор, г. Мариуполь, ДНР, РФ
[2]АНО «Маженика», г. Мариуполь, ДНР, РФ
sv.mashtakova@yandex.ru

Введение. Проведен цикл из четырех практических занятий с родителями детей с ОВЗ из АНО «Маженика» (г. Мариуполь). Представлены результаты опроса «Шкала реактивной и личностной тревожности» Ч. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина) до цикла практических занятий (февраль 2026) и после (сентябрь 2026). Проанализирована динамика результатов, обозначены перспективы психологической работы с родителями детей и молодежи с ОВЗ.

Цель – проанализировать психологические аспекты личностной и ситуативной тревожности родителей детей и молодежи с ОВЗ, обозначить перспективы дальнейшей психологической работы и аспекты построения программы занятий с данной аудиторией.

В феврале 2026 года стартовала программа по работе с тревожностью родителей детей и подростков с ОВЗ. Входящее тестирование с применением проективного теста «Гомункулюс» и методики «Шкала реактивной и личностной тревожности» (Ч. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина) [1] показали уместность применения психологической работы с родителями детей и подростков с ОВЗ. При этом, посещение практических занятий в рамках программы постепенно снижалось: в первом занятии принимали участие 8 родителей, во втором – шесть родителей, в третьем – один родитель, после чего последовала отмена встреч по причине неявки участников программы (апрель 2026).

В сентябре 2026 года проведено итоговое тестирование участников программы и четвертое практическое занятие с участием 5 родителей на тему «Психологическая поддержка в условиях угрозы атаки БПЛА». В феврале 2026 года в исследовании приняли участие 8 человек [2], в сентябре 2026 года в опросе участвовало 8 человек (5 участников, которые принимали участие в предыдущих занятиях программы и три новых участника после проведения четвертого занятия), 3 из 8 участников программы, по личным причинам, отказались проходить повторное тестирование в сентябре 2026 года.

Тревожность и напряженность могут быть свойственны родителям детей с ОВЗ [3]. Опираясь на результаты опроса родителей детей с ОВЗ из

АНО «Маженика» в феврале 2026 (41,86 баллов ситуативная и 49,57 баллов – личностная тревожность) и сентябре 2026 (47,13 баллов ситуативная и 44,88 баллов личностная тревожность), можно предположить, что общий уровень тревожности является средним и высоким (как ситуативной, так и личностной). Учитывая это, а также устный опрос 5 участников занятия в сентябре 2026 года, актуально применять психологическую работу, направленную на повышение общей психологической грамотности родителей детей с ОВЗ, а также на развитие навыков стрессоустойчивости и освоение техник телесной терапии с целью регулирования уровня тревожности в рамках родительского клуба.

Исходя из включенного наблюдения и контент-анализа вербальных устных ответов родителей, можно отметить снижение заинтересованности к участии в программе и наличие сопротивления к психологической работе. При этом, в итоговом опросе приняло участие 8 родителей детей и подростков с ОВЗ АНО «Маженика» (пять родителей из программы, которая проведена в феврале 2026 года и три родителя впервые приняли участие в итоговом тестировании по приглашению учредителя АНО «Маженика»).

Таблица

Опрос родителей детей с ОВЗ по методике «Шкала реактивной и личностной тревожности» (Ч. Спилбергер, в адаптации Ю. Л. Ханина), сентябрь 2026 г.

Шкала тревожности	1	2	3	4	5	6	7	8	Средние показатели
Личностная	51	42	56	43	40	39	57	49	47,13
Ситуативная	48	47	48	42	32	33	57	52	44,88

Исходя из включенного наблюдения и контент-анализа вербальных ответов родителей можно предположить, что участники исследования проявляют интерес к межличностному общению свободного формата (в холле заинтересованность к общению наблюдается, но не занятии в группе с психологом, а в свободном формате – ожидая детей с занятий). Также отмечено, что в ответ на вопрос о применении практических инструментов (из вербально озвученного списка в ходе практического занятия в сентябре 2026 года), родители не применяют техники и упражнения для снижения или регулирования тревожности.

Анализ результатов пяти участников, которые прошли тестирование по методике «Шкала реактивной и личностной тревожности» (Ч. Спилбергер, в адаптации Ю. Л. Ханина) показывает, что до участия в программе ситуативная тревожность составляла 44 балла и после – 46 баллов соответственно. Личностная тревожность до участия в программе составила 50 баллов и после – 43 балла соответственно. Это средний (с тенденцией к высокому) и высокий уровень тревожности, как личностной, так и ситуативной, что говорит об актуальности работы со снижением тревожности.

Заключение. Итак, полученные данные результатов опроса по методике «Шкала реактивной и личностной тревожности» создают предпосылки для пересмотра программы, ранее составленной. Вероятно, на данном этапе актуальным является ведение родительских групп в неформальной обстановке без применения психологических тестов, различных техник и упражнений, сосредоточение внимания на неформальном общении и активном слушании. Применение разговорной терапии в группе в неформальном варианте, возможно, способно создать предпосылки для заинтересованности родителей в повышении уровня психологической грамотности.

Кроме того, отмечаем, что на текущий момент уместно развитие рефлексии и переход от неосознанной некомпетентности к осознанной некомпетентности (и осознанной компететности) в вопросе психологической самопомощи и повышении уровня психологической грамотности родителей детей и молодежи с ОВЗ через разговорную терапию в группе с психологом в неформальном варианте общения.

Также уместным может быть изучение взаимосвязей стрессочувствительности, признаков ПТСР, хронического стресса и хронической усталости, выгорания, сопротивления, выученной беспомощности и обесценивания. Выше названные темы могут быть актуальными для нового психологического исследования в рамках профессиональной деятельности штатного психолога АНО «Маженика».

Список литературы

1. Ханин, Ю. Л. Краткое руководство к шкале реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера / Ю.Л. Ханин. – Ленинград. – 1976. – 18 с.
2. Маштакова, С. В. Аспекты работы с тревожностью родителей детей с ограниченными возможностями здоровья посредством арт-терапии и телесно-ориентированной терапии / С. В. Маштакова, М. В. Коваль // Адаптационные детерминанты психофизического здоровья человека : Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Донецк, 19 марта 2026 года. – Донецк: Донецкий государственный университет, 2026. – С. 315-323. – EDN VXPMCN.
3. Устюжанинова, Е. Н. Психологические особенности родителей и семейных взаимоотношений в семьях с детьми с ОВЗ / Е. Н. Устюжанинова, Е. А. Стребкова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2023. – № 1-2(76). – С. 47-50. – DOI 10.24412/2500-1000-2023-1-2-47-50. – EDN XRRBUS.

УДК 159.9:316.6

ИНТОЛЕРАНТНОСТЬ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И КАТЕГОРИЧНЫЕ СУЖДЕНИЯ ПРИ ОБСУЖДЕНИИ ПРОИЗВЕДЕНИЙ ЖИВОПИСИ

Мезрина А.Н., ORCID 0009-0008-6685-5059
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет»,
г. Херсон, РФ
alla_83_ur@mail.ru

Введение. Неоднозначность нормативных ожиданий выступает одним из источников неопределенности в социальном взаимодействии. Индивидуальная чувствительность к подобным ситуациям может рассматриваться в контексте интолерантности к неопределенности (далее – ИТН), определяемой как диспозиционная неспособность переносить негативную реакцию, обусловленную воспринимаемым недостатком значимой информации [1]. Ранее автором рассмотрены теоретические механизмы связи ИТН с когнитивной ригидностью (далее – КР) и выдвинуто предположение о возможной актуализации семейных норм в форме категоричных долженствований при высокой ИТН [2]. В рамках предлагаемой теоретической модели КР рассматривается как предполагаемый медиатор связи ИТН с иррациональными убеждениями (далее – ИУ), а социальный контекст как условие, способное влиять на эту связь. Цель исследования описать текстовые признаки, теоретически соотносимые с ИТН, КР и ИУ, и эпизоды пересмотра категоричных суждений в высказываниях участниц групповых встреч, организованных вокруг обсуждения произведений живописи и скульптуры. Исследование носит поисковый характер. Модель ИТН → КР → ИУ выступает теоретической основой интерпретации материала; установление причинных и медиаторных связей не входит в задачи настоящей работы.

Основная часть. Под КР понимается трудность смены способа интерпретации и пересмотра позиции при изменении условий. ИУ по А.Эллису выражаются в абсолютистских требованиях, катастрофизации и глобальной оценке личности [3]. Согласно теории неопределенности–идентичности М. Хогга, в ситуации неопределенности возрастает значимость норм референтной группы [4], поэтому группа может как закреплять категоричные суждения, так и создавать условия для их пересмотра.

Материал и методы. Эмпирическую основу исследования составил цикл из шести групповых онлайн-встреч музейной арт-терапии «Женщина в зеркале живописи: то, что видят другие, и то, что чувствую я», посвященных отношению к телу и женственности. Встречи проводились автором с 23 июля по 27 августа 2026 г. продолжительностью от 60 до 180

минут. Автор совмещала функции ведущей и исследователя. Повторяющимся элементом каждой встречи выступало обсуждение картины Б. М. Кустодиева «Русская Венера», предъявляемой в начале занятия. Участницам предложены повторяющиеся вопросы, в том числе направленные на выявление изменений в восприятии произведения. В качестве признака неоднозначности автор выбрала возможность сосуществования различных интерпретаций сюжета, телесности и состояния героини картины.

В исследовании приняли участие 11 женщин в возрасте от 20 до 50 лет. Все участницы предоставили письменное информированное согласие на запись встреч и научное использование обезличенных материалов. Идентифицирующие сведения исключены из цитирования, а высказывания о семейных нормах использованы только в обезличенном виде. Материал транскрипций автор проанализировала методом направленного контент-анализа [5]. За единицу анализа принят смысловой фрагмент реплики участницы. Реплики ведущей сохранены как контекст появления высказывания. В систему кодирования включены признаки, теоретически соотносимые с ИТН, КР и ИУ. Социальный контекст дополнительно представлен семейными нормами, ожидаемой оценкой окружающих и социальным сравнением. Для анализа изменения позиции автор сопоставила высказывания одной участницы относительно одного предмета обсуждения. Пересмотром признано только изменение ранее выраженного категоричного суждения. Признание допустимости различных интерпретаций выделено в отдельную категорию групповой децентрации.

Результаты. Анализ транскрипций позволил выделить 70 смысловых фрагментов в высказываниях 10 из 11 участниц. Наиболее широко представлены социальные условия: соответствующие признаки выявлены в 30 фрагментах у 9 участниц. Признаки ИУ отмечены в 19 фрагментах у 6 участниц, ИТН в 16 у 5, КР в 14 у 4. Пересмотр категоричных суждений выявлен в 19 фрагментах у 5 участниц, групповая децентрация в 15 у 8. Категории могли пересекаться в пределах одного смыслового фрагмента. Материал получился неравномерным – 35 из 70 составили высказывания одной участницы. У девяти участниц закодировано от 1 до 9 фрагментов. Связь категоричных предписаний с семейными нормами выражена: «У меня в семье так вот было принято, что женщина не должна была быть такой. Должна быть скромной, послушной, чтобы всем угождать» (встреча 4). Из 19 эпизодов пересмотра категоричных суждений 13 принадлежали одной участнице. 6 эпизодов следовали за репликами других участниц, 4 за обсуждением картины, 3 за повторяющимися вопросами о ней, еще 6 относились к изменениям вне встреч.

Примером пересмотра служит высказывание: «мне пришла мысль после того, как [участница] выступила… не кому-то нравится, а вот нравится ли мне» (встреча 3). При этом 19 фрагментов изменения впечатления без

предшествующего категоричного суждения к пересмотру не относились. Групповая децентрация проявлялась в признании допустимости различных оценок: «восприятие у нас у всех разное… И это тоже нормально» (встреча 3). В ретроспективных анкетах одна участница описала облегчение в ситуации без однозначного решения, вторая переосмысление конкретной ситуации, а третья ответила: «Пока наблюдаю». Вместе с тем пересмотр мог сохранять категоричную форму: «Женщина должна быть счастлива, а больше она никому ничего не должна».

Заключение. Проведенное исследование позволило рассмотреть, как в условиях неоднозначности социальных оценок актуализируются нормативные представления о женственности и каким образом участницы групповых дискуссий воспроизводят, оспаривают и пересматривают категоричные суждения. Анализ показал, что семейные предписания могут сохраняться в форме долженствований, определяющих допустимые способы поведения женщины. Вместе с тем обращение к ранее усвоенным нормам не всегда означает согласие с ними. Участницы могли воспроизводить семейные требования, одновременно выражая несогласие с их содержанием. Сопоставление высказываний позволило разграничить два способа обращения с неоднозначностью: признание допустимости различных интерпретаций и пересмотр собственной категоричной позиции. Первый отмечен у 8 участниц, второй у 5. При этом изменение содержания суждения в отдельных случаях сопровождалось сохранением формы долженствования. Таким образом, признание альтернативных оценок, пересмотр нормативного требования и изменение категоричного способа суждения предлагается рассматривать как различные явления.

Список литературы

1. Carleton, R. N. Fear of the unknown: One fear to rule them all? / R. N. Carleton // Journal of Anxiety Disorders. – 2016. – Vol. 41. – P. 5–21. – DOI: 10.1016/j.janxdis.2016.03.011.
2. Мезрина, А. Н. Когнитивная ригидность, интолерантность к неопределенности и дезадаптивные убеждения в структуре межпоколенного взаимодействия / А.Н.Мезрина // Личность в пространстве семейных отношений : материалы Международной научно-практической конференции, Краснодар, 28–30 апреля 2026 года. – Краснодар, 2026. – С. 326–330. – EDN XZQPRE.
3. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход / А.Эллис; пер. с англ. – Санкт-Петербург : Изд-во Сова; Москва : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 272 с. – ISBN 5-04-010213-5.
4. Hogg, M. A. Uncertainty–identity theory / M. A. Hogg // Advances in Experimental Social Psychology. – 2007. – Vol. 39. – P. 69–126. – DOI 10.1016/S0065-2601(06)39002-8.
5. Hsieh, H.-F. Three approaches to qualitative content analysis / H.-F. Hsieh, S. E. Shannon // Qualitative Health Research. – 2005. – Vol. 15, No. 9. – P. 1277–1288. – DOI 10.1177/1049732305276687.

УДК 615.851:616.896

ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ ДОЛГОСРОЧНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ У ЛЮДЕЙ С ВЫСОКОФУНКЦИОНАЛЬНЫМ РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Павлова В. А., ORCID 0009-0000-6143-365X,
Меерсон А.-Л. С., канд. психол. наук, ORCID 0000-0003-4342-5829
ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет», г. Москва, РФ
Vlada.a.pavlova@gmail.com

Введение. В последнюю четверть века за рубежом выросло число диагнозов РАС, во многом за счет расширения диагностики среди взрослых, женщин и людей без нарушений интеллекта [11].

Долгое время аутизм считался в первую очередь детским диагнозом, и многие нынешние взрослые его не получили. Э. О'Нионс и соавторы подсчитали, что в Англии недодиагностированы от 59 до 72 % аутичных людей, и большинство из них – взрослые [9]. В России, судя по всему, картина еще менее ясная: официально зарегистрированных случаев РАС (без учета синдрома Аспергера) почти в 40 раз меньше, чем по миру в среднем [4]. Человек с не отличающимся от сверстников общим уровнем интеллекта [2] может прийти с социальной тревогой или депрессией, которые у взрослых с РАС встречаются часто [6], и ни у него самого, ни у специалиста не возникает мысли об аутизме. Тогда взрослые остаются невидимы для статистики диагностированных случаев расстройства, а работа с последствиями, а не первопричинами аутистических особенностей может длиться годами.

Вероятно, механизмом, который связывает аутистические особенности с таким неблагополучием, является социальный камуфляж, или маскинг. Так называют попытки скрыть аутистические черты и компенсировать трудности в общении. Л. Халл и соавторы расспросили об этом 92 взрослых с РАС. Чаще всего участники говорили об истощении, некоторые – о тревоге и ощущении, что теряют себя. Впрочем, были и те, кто испытывал облегчение, когда камуфлирование удавалось [7]. В отечественной литературе описан клинический случай, где пациентка сама связывала многолетний маскинг с «аутистическим выгоранием» [3]. Отсюда наше опасение: если помощь сводится в основном к обучению «правильному» поведению, она может невольно этот механизм укреплять.

Цель – теоретически обосновать, почему гештальт-терапия может давать долгосрочные изменения у взрослых с РАС без нарушений интеллекта. Работ, где камуфлирование описывалось бы на языке гештальт-теории, мы в доступных базах (КиберЛенинка, Europe PMC) не нашли, и в этом видим новизну исследования.

Парадоксальная теория изменений. Центральная для гештальт-подхода мысль принадлежит А. Бейссеру: человек меняется, когда становится тем, кто он есть, а не когда пытается стать тем, кем не является [5]. Изменение невозможно навязать, поэтому терапевт не берет на себя роль того, кто «исправляет» клиента. Для аутичного человека, которого всю жизнь в чем-то поправляли, это особенно важно. В терапии речь идет не о нормализации, а о том, чтобы понять, как человек устроен: его сенсорные особенности, потребность в предсказуемости и уединении, удобный ритм общения. Нам кажется, что изменения, выросшие из такого понимания, держатся дольше. Им не нужно постоянное усилие, потому что они опираются на собственный опыт, а не на выученное клише.

Контакт как явление поля. Ф. Перлз, Р. Хефферлин и П. Гудмен рассматривали человека в поле «организм – среда», а трудности – как то, что происходит на границе контакта, а не поломку внутри человека [10]. Похожую мысль высказывает Д. Милтон в концепции «проблемы двойной эмпатии»: аутичные и неаутичные люди плохо понимают друг друга взаимно, и сводить это к дефициту одной стороны неверно [8]. Поэтому терапевт смотрит не только на то, что клиент делает «не так», но и на то, что происходит между ними, в том числе когда непонимание возникает у самого терапевта. В поле также входят и представления общества о «нормальном» общении, так что трудности клиента зависят еще и от того, готова ли среда считаться с его особенностями.

Камуфляж как творческое приспособление. В гештальт-теории есть понятие творческого приспособления: организм всегда ищет лучший из доступных в данных условиях способ удовлетворить потребность [10]. С этой точки зрения камуфляж – не симптом, а когда-то найденный способ выжить там, где аутичные особенности не принимали. Проблемы начинаются, когда приспособление становится привычкой и формой прерывания контакта.

Камуфлирование и прерывания контакта. На том же языке [10] камуфлирование можно описать через прерывания контакта. Правила вроде «смотри в глаза» и «не будь странным», усвоенные без проверки, похожи на интроекты; подавление стимминга и реакций на сенсорную перегрузку – на ретрофлексию; ориентация на чужие ожидания при потере связи с собственными ощущениями – на конфлюэнцию. Интересно, что среди непродуктивных стратегий регуляции эмоций при РАС исследователи называют подавление и самообвинение [1], а это очень близко к тому, что в гештальте называют ретрофлексией.

Функции self. В гештальт-теории self описывается через три функции. Id – это телесные ощущения и потребности, personality – представления человека о себе, ego – способность выбирать, с чем себя отождествлять, а что от себя отчуждать [10]. Мы думаем, что при долгом камуфлировании ego-функция отрывается от id: решения принимаются не по собственным

ощущениям, а исходя из образа себя, собранного из чужих оценок («со мной что-то не так»). Тогда задача терапии – снова связать выбор с ощущениями, чтобы человек замечал усталость, дискомфорт или желание выйти из контакта до того, как наступит истощение. Со временем может меняться и personality: образ себя начинает складываться из собственного опыта, а не из чужих слов.

Феноменологический метод и эксперимент. Гештальт-терапевт скорее описывает, чем интерпретирует. Его интересует, что клиент замечает здесь и сейчас, а не то, «почему» он такой. Эксперимент – это безопасная проба нового способа контакта прямо на сессии [10]. С аутичным клиентом это может быть, например, разрешить себе привычные движения или поговорить, не глядя в глаза, а потом обратить внимание, что изменилось в ощущениях и в контакте с терапевтом. Эксперимент предлагается, а не навязывается. Если клиент отказывается, отказ становится материалом для совместного исследования, а не «сопротивлением». Для человека, привыкшего подстраиваться, принятое «нет» само по себе может быть новым опытом.

Что требует адаптации. Наши предложения еще предстоит проверить. Неопределенность, которую гештальт-терапевт часто использует как ресурс, может только усилить тревогу клиента, поэтому структуру встречи и смысл экспериментов лучше обсуждать заранее. Метафоры и намеки стоит заменять прямыми формулировками. У взрослых с РАС когнитивная переоценка снижена и бывает менее продуктивной [1], так что опираться на описание ощущений, по-видимому, разумнее, чем на переосмысление. Телесные эксперименты лучше вводить постепенно, с учетом сенсорной чувствительности.

Ограничения. Здесь нужна честная оговорка. Эмпирических исследований эффективности гештальт-терапии со взрослыми с РАС нам найти не удалось, так что перед вами теоретическая модель. Следующим шагом могли бы стать пилотные исследования с оценкой камуфлирования, тревоги, истощения и качества жизни до терапии, после нее и спустя время.

Заключение. Таким образом, гештальт-терапия выглядит перспективным подходом к работе со взрослыми с РАС без нарушений интеллекта. Ее сила, как нам кажется, в том, что она смещает фокус с коррекции поведения на восстановление контакта с собой, что целительно для людей с РАС, которые давно привыкли маскировать свое собственное Я.

Список литературы

1. Дорошева, Е. А. Дисрегуляция эмоций и ее нейрофизиологический базис у людей с расстройствами аутистического спектра / Е. А. Дорошева // Российский психологический журнал. – 2024. – Т. 21, № 4. – С. 112–128. – DOI: 10.21702/rpj.2024.4.7.

2. Козунова, Г. Л. Профиль интеллекта и личностные особенности у взрослых пациентов с высокофункциональным аутизмом / Г. Л. Козунова, А. Ю. Новиков, Б. В. Чернышев // Национальный психологический журнал. – 2023. – № 1 (49). – С. 18–31. – DOI: 10.11621/npj.2023.0102.
3. Менделевич, В. Д. Случай девушки по имени Миша: эпатаж, маскинг и нейродивергентность / В. Д. Менделевич, М. К. Нестерина, В. Н. Коновалова, И.А. Митрофанов // Клинический разбор в общей медицине. – 2024. – Т. 5, № 5. – С. 58–70.
4. Устинова, Н. В. Распространенность расстройств аутистического спектра в Российской Федерации: ретроспективное исследование / Н. В. Устинова, Л. С. Намазова-Баранова, А. Я. Басова [и др.] // Consortium Psychiatricum. – 2022. – Т. 3, № 4. – С. 28–37. – DOI: 10.17816/CP211.
5. Beisser, A. The paradoxical theory of change / A. Beisser // Gestalt therapy now: theory, techniques, applications / ed. by J. Fagan, I. L. Shepherd. – Palo Alto : Science and Behavior Books, 1970. – P. 77–80.
6. Hollocks, M. J. Anxiety and depression in adults with autism spectrum disorder: a systematic review and meta-analysis / M. J. Hollocks, J. W. Lerh, I. Magiati [et al.] // Psychological Medicine. – 2019. – Vol. 49, № 4. – P. 559–572. – DOI: 10.1017/S0033291718002283.
7. Hull, L. «Putting on my best normal»: social camouflaging in adults with autism spectrum conditions / L. Hull, K. V. Petrides, C. Allison [et al.] // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2017. – Vol. 47, № 8. – P. 2519–2534. – DOI: 10.1007/s10803-017-3166-5.
8. Milton, D. E. M. On the ontological status of autism: the «double empathy problem» / D.E. M. Milton // Disability & Society. – 2012. – Vol. 27, № 6. – P. 883–887. – DOI: 10.1080/09687599.2012.710008.
9. O'Nions, E. Autism in England: assessing underdiagnosis in a population-based cohort study of prospectively collected primary care data / E. O'Nions, I. Petersen, J. E. J. Buckman [et al.] // The Lancet Regional Health – Europe. – 2023. – Vol. 29. – Art. 100626. – DOI 10.1016/j.lanepe.2023.100626.
10. Perls, F. Gestalt therapy: excitement and growth in the human personality / F. Perls, R. F. Hefferline, P. Goodman. – New York : Julian Press, 1951.
11. Russell, G. Time trends in autism diagnosis over 20 years: a UK population-based cohort study / G. Russell, S. Stapley, T. Newlove-Delgado [et al.] // Journal of Child Psychology and Psychiatry. – 2022. – Vol. 63, № 6. – P. 674–682. – DOI: 10.1111/jcpp.13505.

УДК 159.9

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД В КРАТКОСРОЧНОЙ НЕМЕДИЦИНСКОЙ ТЕРАПИИ ПСИХОТРАВМЫ: АЛГОРИТМ РАБОТЫ С ЗАПРОСОМ

Савченко М.Ю., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0004-3157-0812,
Андриянова А.А., ORCID 0009-0007-4971-9808,
Трапезникова А.П., ORCID 0009-0002-2573-111X
АНОО ВО «Воронежский экономико-правовой институт», г. Воронеж, РФ
mihail-savchenko@mail.ru, nastya-x89@mail.ru, annastarpetros87@gmail.com

Введение. Не вызывает сомнения тот факт, что в настоящее время актуализируется проблема оказания психологической помощи лицам, пережившим психологическую травму, что в свою очередь предполагает внедрение в практику психотехник (алгоритмов), позволяющих психологу эффективно работать с посттравматическим стрессовым расстройством (*далее* ПТСР).

По данным российских исследований, распространённость ПТСР у военнослужащих, принимавших участие в боевых действиях, составляет от 3 до 11%, а у комбатантов признаки ПТСР выявляются в 40% случаев [1]. Жертвами психотравмирующих событий становятся не только военнослужащие, но и мирные жители, дети и подростки. При этом в системе здравоохранения РФ наблюдается острый дефицит специалистов в сфере психического здоровья [1].

На наш взгляд, именно интегративный подход в краткосрочной немедицинской терапии психотравмы (*далее* – интегративный подход) позволяет наиболее эффективно и в достаточно короткие сроки оказывать необходимую психологическую помощь и поддержку нуждающимся. При этом систематизация теоретических основ и практических алгоритмов интегративных методов краткосрочной немедицинской терапии представляется нам чрезвычайно важной для подготовки психологов, способных оказывать эффективную помощь пострадавшим.

Цель. В данной работе мы хотели бы познакомить с некоторыми методологическими основаниями интегративного подхода в краткосрочной немедицинской терапии психотравмы и в самых общих чертах описать его.

Основная часть. Итак, интегративный подход представляет собой синтез научно обоснованных психотерапевтических техник и направлений: классического психоанализа, аналитической психологии, когнитивно-поведенческой терапии, телесно-ориентированной терапии, гештальт-терапии, психодрамы, транзактного анализа, рационально-эмотивной терапии, эриксоновского гипноза, экзистенциальной и гуманистической психологии, психосоматотерапии и др.

Такой синтез не является механическим соединением разнородных техник. Он опирается на классические теории, которые заложили основы понимания психической травмы, защитных механизмов и терапевтических отношений.

Рассмотрим, какие именно идеи основоположников психотерапии используются в предлагаемом алгоритме.

З. Фрейд обосновал представление о вытеснении травматического опыта и формировании психологических защит. Он писал: «Психический аппарат не выносит неудовольствия, он вынужден избегать неудовольствия любой ценой» [4]. В интегративном подходе этот принцип реализуется через работу с защитными механизмами (отрицанием, подавлением, вытеснением, обесцениванием, рационализацией, проекцией, соматизацией).

Э. Берн разработал теорию эго-состояний (Родитель, Взрослый, Ребёнок), которые, по его словам, «являются не ролями, а психологической реальностью» [2]. В алгоритме это используется при анализе ролевых паттернов «ребёнок–родитель» и работе с детскими травмами.

К. Роджерс утверждал ценность клиент-центрированной позиции: «Нелегко стать глубоко человечным, доверять людям, сочетать свободу с ответственностью» [1]. В интегративном подходе это выражается в позиции специалиста как сопровождающего, а не директивного терапевта.

В. Франкл подчёркивал важность поиска смысла. Он цитировал Ницше: «Тот, кто знает, зачем жить, преодолеет почти любое как» [3]. Экзистенциальные темы находят отражение на этапе интеграции новых установок и формулирования выводов.

Таким образом, обращение к первоисточникам показывает, что предлагаемый интегративный подход не просто является неким эклектичным набором приёмов, а имеет глубокие теоретические основания.

Интегративный подход также опирается на современные данные нейробиологии. Нейропластичность - способность мозга перестраивать нейронные связи — является ключевым механизмом изменений [3]. Вербализация эмоций снижает активность амигдалы и активирует префронтальную кору [4]. Дыхательные техники способствуют активации парасимпатической нервной системы.

Таким образом, терапевтическая сессия по предлагаемому подходу строится по определённому алгоритму, который адаптируется под запрос клиента. Формат: индивидуальная немедицинская терапия, длительность 45–60 минут. Ниже, мы представили пример алгоритма работы.

Этап 1. Формулирование запроса. Терапевт задаёт вопрос: «Что ты хочешь, какой результат?» Запрос должен быть чётко сформулирован. *Опирается на коучинг и гуманистическую психологию.*

Этап 2. Выявление эмоциональной реакции по запросу. Исследуются страхи, убеждения, травмирующие образы, связанные с запросом. *Используются когнитивно-поведенческая терапия и психоанализ.*

Этап 3. Шкалирование. Клиент оценивает степень эмоционального влияния по 10-балльной шкале. *Применяются принципы когнитивно-поведенческой терапии.*

Этап 4. Выявление шаблона чувств. Определяются транслируемые, скрытые и истинные чувства. *В основе – психоанализ и гештальт-терапия.*

Этап 5. Поиск триггера (первичной ситуации). Терапевт задаёт вопрос: «Когда впервые в своей жизни ты испытал такие чувства?» Клиент вспоминает первичную ситуацию с аналогичным спектром чувств и эмоций. Если клиент не может вспомнить такую ситуацию, ему предлагается смоделировать её или вспомнить фильм, вызвавший аналогичные эмоции. Это позволяет выйти на первопричину травмы/сформировавшегося паттерна. *Задействованы психоанализ (метод свободных ассоциаций) и транзактный анализ.*

Этап 6. Вербализация инстинктов, защит, поведения, убеждений. Клиент проговаривает свои инстинкты, телесные реакции, механизмы защиты, привычное поведение, установки. Прорабатывается каждый участник ситуации с учётом проекций чувств клиента. *Психоанализ, когнитивно-поведенческая терапия, транзактный анализ.* Выполняются три медленных вдоха и выдоха. *Телесно-ориентированная терапия и психосоматотерапия.*

Этап 7. Оценка и интеграция ресурсов. Повторное шкалирование. Если оценка меньше 5 баллов - интегрируются ресурсы; если больше – работа продолжается, ищется дополнительный триггер. Производится интеграция новых установок, поведения, высвобожденных ресурсов. *Задействованы рационально-эмотивная терапия и нейропластичность.*

Этап 8. Проработка запроса клиента. Когда образ меняется, клиент возвращается к первоначальному запросу, и аналогичным образом прорабатывается исходная из запроса ситуация.

Этап 9. Закрепление и выводы. С клиентом проговариваются новые действия, реакции, убеждения, противоположные прошлым инстинктам и поведению, делаются выводы. *Опирается на коучинг, экзистенциальную психологию и нейропластичность.* Выполняются три медленных вдоха и выдоха. *Опирается на телесно-ориентированную терапию и психосоматотерапию. (В терминах Е. Вайс)*

В ходе реализации данного алгоритма психолог активно использует когнитивные, телесные и эмоциональные техники.

Заключение. Синтезируя элементы психоанализа, КПТ, телесно-ориентированной, гештальт-терапии, транзактного анализа, эриксоновского гипноза, опираясь на нейропластичность, вербализацию и дыхательную регуляцию интегрированный подход в краткосрочной немедецинской

терапии достаточно эффективен при ПТСР, тревожных расстройствах, фобиях.

Список литературы

1. Баранов, М. Л. Посттравматическое стрессовое расстройство у участников боевых действий: распространенность, гетерогенность и терапевтические подходы / М.Л. Баранов, Ю.А. Чайка // Российский психиатрический журнал. – 2025. – № 5. – С. 80–92. – EDN EEJERER.
2. Берн, Э. Трансактный анализ в психотерапии : системная индивидуальная и социальная психиатрия / Э. Берн. – Москва : Академический проект, 2015. – 311 с. – ISBN 978-5-8291-1738-2.
3. Добрушина, О. Р. Современные нейронаучные концепции и психотерапия: возможности интеграции / О.Р. Добрушина // Журнал высшей нервной деятельности им. И.П. Павлова. – 2024. – Т. 74, № 1. – С. 3–13. DOI: 10.31857/S0044467724010016.
4. Печенкова, Е. В. Влияние мнемической задачи на латерализацию активации в миндалевидном теле при восприятии эмоционально окрашенных изображений / Е.В. Печенкова, Р.М. Власова, Л.Д. Литвинова, В.Е. Синицын // Российский журнал когнитивной науки. – 2016. – Т.3. №3. – С.5-42.
5. Роджерс, К. Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Р. Роджерс ; пер. с англ. М. Злотник. – Москва : Эксмо-Пресс, 2001. – 416 с. – ISBN 5-04-008456-6.
6. Франкл, В. Человек в поисках смысла : сборник / В. Франкл ; общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева. – Москва : Прогресс, 1990. – 368 с. – ISBN 5-01-001606-0.
7. Фрейд, З. Введение в психоанализ : лекции / З. Фрейд. – Москва : Наука, 1989. – 455 с. – ISBN 5-02-013357-4.

УДК 159.9

РАЗВИТИЕ СЛУХОВОГО ВОСПРИЯТИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Слюсарская Т.В., канд. псих. наук, доц., ORCID 0000-0002-1532-7618
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула, РФ
slusarskaya@mail.ru

Ведение. Слуховое восприятие опирается на слуховые образы - эталоны и представления, связанные с результатом переработки прошлых восприятий, в процессе анализа и синтеза звуковой информации. При слуховом восприятии дифференцируются признаки акустических сигналов и обобщаются наиболее информативные в собирательном образе (эталонном), который формируется на втором уровне. Сравнительные операции слухового сенсорного эталона с другими образами происходят на третьем уровне в форме языковых понятий. Вопросы развития слухового восприятия нашли отражения в трудах Л. Е. Журовой [3], Л.П. Назаровой [5] и др.

Важную роль в формировании образов окружающего мира у лиц с нарушением зрения играет слух, отмечает еще Л. С. Выготский [1]. Слуховой анализатор являясь дистантным, способен воспринимать объекты на расстоянии, что особенно ценно, поскольку звуки, шумы, мелодии могут служить сигналами для взаимодействия человека (ребенка) с нарушением зрения с окружающей средой, начиная выполнять сигнальную функцию. Ориентация на шумы, речь, звуковые волны, сигналы идущие в том числе, и от незвучащих предметов, важна для ориентировки в пространстве лицам с нарушением зрения, а их пребывание в социальной среде становится значительно комфортной, поскольку слух выполняет компенсаторную функцию

Л. И. Солнцева, исследуя специфику развития функций слухового восприятия у дошкольников с нарушением зрения в разной степени проявления, подчеркивает, что процесс восприятия звука как отдельной его характеристики или его предметной составляющей относящийся к конкретному объекту полученному с помощью инструмента (трость) или звука самого предмета или объекта, проходит путь от разрозненного и глобального восприятия к более анализирующему, основанному на детальном анализе и тонкой дифференцировке отдельных звуковых качеств при синтезе этих характеристик в целостный образ, который адекватно отражает воспринимаемый объект. Закономерность формирования образов восприятия у детей с нарушением зрения, как и нормы развития зависит от способа восприятия окружающих объектов или предметов, что отмечается и при дифференцировке объектов слуховой модальности.[6]

Цель. Теоретическое и прикладное исследование проблемы развития слухового восприятия у детей дошкольного возраста с нарушением зрения, разработка программы по его развитию.

Мы использовали в своем исследовании методики предложенные В. Л. Казанской и А. А. Сидельниковой: Авторы предлагают выделять следующие критерии оценки слухового восприятия, которые рассчитаны на детей дошкольного возраста с различными нарушениями и методики основанные на исследовании пяти основных компонентов слухового восприятия: пространственного с целью изучить направление и локализацию источника звука, временной с целью выявления длительности звучания, тембровый для определения степени владения дифференцировкой музыкальных инструментов, голосов разной тембровой окраски на слух, динамический компонент для определения возможности дифференцировать тихие и громкие звуки и ритмический для выявления уровня воспроизведения ритмической последовательности [4]. По мнению С.Л. Волковой [2] данные критерии могут использоваться и на группе детей с нарушением зрения. Методика 1. «Исследование пространственного компонента слухового восприятия», Методика 2. «Исследование временного компонента слухового восприятия», Методика 3.

«Исследование тембрового компонента слухового восприятия», Методика 4. «Исследование динамического компонента слухового восприятия», Методика 5. «Исследование ритмического компонента слухового восприятия».

Результаты, поученные в ходе констатирующего этапа исследования, показали, что умения определять направление звука в пространстве, тембровой окраски, длительности звучания у старших дошкольников с нарушением зрения находится на недостаточно развитом уровне. Высокого уровня дифференцировки звука не показал ни один ребенок. 40% дошкольников с нарушением зрения показали средний уровень слухового восприятия по отобранным критериям, дети всё-таки затрудняли показать откуда слышится звук, какой он по длительности характеру инструмента. 60% дошкольников с нарушением зрения даже при максимальном предъявлении звуковых стимулов показать откуда идет звук от дудочки и погремушки не смогли, дети пытались подглядывать поправляя повязку. Таким образом можно сказать, что полученные результаты требуют системной работы с дошкольниками с нарушением зрения во всех исследуемых.

Целью адаптивной компенсаторно-развивающей программы по ФАОП ДО в области развития слухового восприятия детей с нарушением зрения ставиться развитие компенсаторного канала получения информации за счет активизации отражения ребёнком «субъективной активности» на основе слухового отражения актуальных жизненных ситуаций, мотивации и желания использовать слух и слуховое восприятие для предупреждения развития трудностей при познании окружающей действительности и предметного мира с помощью слухового восприятия при его сохранности. Данной концепции будем придерживаться и мы.

В качестве средств мы использовали игровые, дидактические задания, музыкальные упражнения, записи аудиовизуальных материалов.

Методами и приемами вступают игры на развитие слухового восприятия такие как «Угадай звук», «Слушай и повторяй», «Что за звук?»; музыкальные задания направленные на прослушивание различных музыкальных произведений, обучение ритмическим движениям и чтению ритмических рисунков; чтение, пересказ декламацию произведений с акцентом на интонации, выразительность ритмических рисунков; звуковые упражнения на дифференцировку на слух различных источников звука (природа, музыкальные инструменты). Создать зону слухового восприятия с различными шумовыми эталонами: музыкальные инструменты, «шумовые коробочки», предметы быта и бытовые приборы.

Заключение. Таким образом после проведения коррекционно-развивающих занятий нами была проведена повторная диагностика уровня развития слухового восприятия у дошкольников с нарушением зрения. Количественный анализ обобщения уровня сформированности слухового

восприятия не показал динамики: со средним уровнем – 40%, с низким уровнем – 60% детей. Однако качественный анализ данных показал более высокий уровень развития слухового восприятия у дошкольников с нарушением зрения, чем в начале эксперимента. По-прежнему самыми трудными для освоения компонентами являются динамический и ритмический, что требует обязательного включения в образовательный процесс этого направления коррекционно-развивающей работы.

Список литературы

1. Выготский, Л.С. Лекции по психологии / Л.С. Выготский. – Санкт-Петербург: Союз, 1997. – 144 с.
2. Волкова, Л. С. Коррекция нарушений устной речи у детей с глубокими дефектами зрения : диссертация ... доктора педагогических наук : 13.00.03 / Л.С. Волкова. – Ленинград, 1983. – 249 с.
3. Журова, Л. Е. К вопросу о формировании фонематического восприятия у детей дошкольного возраста. / Л. Е. Журова, Д.Б. Эльконин. – Москва: Просвещение, 1963. – 123 с.
4. Казанская, В. Л. Развитие слухового восприятия у дошкольников. Комплекс диагностических заданий и обучающих игр / В.Л. Казанская, А.А. Сидельникова. – Москва: Издательство АРКТИ , 2018. – 112 с. ISBN: 978-5-89415-435-0
5. Назарова, Л. П. Методика развития слухового восприятия у детей с нарушениями слуха: Учеб. Пособие для студ. пед. высш. учеб. заведений / Под ред. В. И. Селиверстова. - Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 288 с. ISBN 5-691-00632-0.
6. Солнцева, Л. И. Психология детей с нарушениями зрения (детская тифлопсихология) / Л.И. Солнцева. – Москва: Классикс Стиль, 2006. – 256 с.
7. Тинькова, Е. Л. Анатомо-физиологические и нейропсихологические основы обучения и воспитания детей с нарушениями зрения: Учебное пособие / Е.Л. Тинькова, Г.Ю. Козловская. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2009. – 137 с.

УДК 159.9.131

ОСОБЕННОСТИ КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕТОДОМ БОС-ТЕРАПИИ

Степанова М.А., ORCID 0009-0002-0446-4374
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
marusastep@mail.ru

Введение. Стремительный темп современной жизни и сопровождающий его рост психологического напряжения диктуют необходимость поиска немедикаментозных путей коррекции эмоциональной сферы. Технология биологической обратной связи (БОС), дающая человеку возможность осваивать навыки сознательного управления физиологическими реакциями посредством инструментальной обратной

связи, утвердилась в качестве одного из приоритетных направлений психологической реабилитации [1, 2].

Основная часть. Концептуальную базу метода образуют теория функциональных систем П. К. Анохина, принципы оперантного обусловливания и концепция рефлекторного контроля над автоматизированными процессами организма. Важное достоинство БОС по сравнению с фармакотерапией отсутствие риска формирования зависимости и побочных явлений, а освоенные компетенции саморегуляции продолжают использоваться человеком самостоятельно по завершении курса. По имеющимся данным, результативность БОС-вмешательств при тревожно-депрессивных нарушениях составляет 50–85 % [2, 3].

Вместе с тем накопленные эмпирические данные указывают на выраженную индивидуальную вариативность исходов: от 25 до 50 % пациентов не достигают желаемого эффекта. В качестве причины авторы называют недостаточную адаптацию протоколов к персональным особенностям и недооценку личностных факторов [5].

Принципиальная суть БОС состоит в трансляции человеку в режиме реального времени сведений о динамике его физиологических показателей, преобразованных в визуальные, звуковые или игровые образы. Опираясь на эти сигналы, индивид учится целенаправленно модифицировать функции, которые в обычных условиях не поддаются сознательному контролю [2]. В зависимости от регистрируемого показателя выделяют различные модальности БОС, среди которых наиболее перспективной признаётся ЭЭГ-биоуправление, поскольку оно напрямую воздействует на электрическую активность мозга, улучшая мозговое кровообращение и нормализуя психоэмоциональное и мотивационное состояние.

Наиболее изученной сферой применения БОС выступают тревожные расстройства. Многочисленные исследования подтверждают существенный терапевтический эффект тренировок, ориентированных на повышение вариабельности сердечного ритма, в плане редукции тревожности [1]. Использование ЭЭГ-БОС с протоколом усиления альфа-активности (8–12 Гц) способствует переходу в состояние спокойного бодрствования. После 20–30 сеансов показатели тревожности снижаются на 30-50 % [3]. В двойном слепом контролируемом исследовании С. Н. Мосолова с коллегами была показана результативность ЭЭГ-БОС при резистентных формах тревожных расстройств, а также отсутствие значимых побочных явлений [3].

При депрессии БОС-терапия демонстрирует терапевтическую ценность, при этом уровень доказательности оценивается как умеренный (2–3 из 5) [4]. Ключевые протоколы включают тренировку альфа-асимметрии, бета-тренинг и HRV-BFB. Исследование E. Baehr с соавторами зафиксировало длительную ремиссию (от одного до пяти лет) после завершения БОС-курса [4].

Однако за общей результативностью метода скрывается выраженная индивидуальная вариативность: исход терапии определяется комплексом личностных и психофизиологических факторов. В исследовательской среде зафиксировано явление «нон-респондеров» — значительной части участников (25–50 %), которые не способны освоить произвольную регуляцию мозговых ритмов [5]. Среди факторов, снижающих эффективность выделяют как психологические факторы, так и нейрофизиологические особенности (исходная амплитуда альфа-волн).

Установлено, что успешность БОС-обучения связана с уровнем внутренней мотивации и коммуникативной компетентности, но практически не зависит от возраста и социальных характеристик [5]. Ключевое значение имеют психодинамические особенности: наилучшие результаты демонстрируют лица с эмоциональной лабильностью и слабым, неуравновешенным типом нервной системы, тогда как у обладателей уравновешенного темперамента наблюдается ухудшение показателей [5].

Среди психофизиологических маркеров важную роль играют исходный паттерн ЭЭГ, вегетативный тонус и индекс напряжения (по Р. М. Баевскому). Лица с преобладанием симпатической регуляции, импульсивностью и истерическими чертами значительно хуже наращивают альфа-активность по сравнению с пациентами с нормальным индексом напряжения и высоким уровнем тревожности, психастении и депрессивности [5]. Неоднозначность полученных в исследованиях данных обусловлена стандартизацией БОС-протоколов и недостаточным учётом индивидуально-личностных особенностей пациентов.

Решение проблемы индивидуальной вариативности исследователи видят в персонализации БОС-протоколов - подстройке тренировочных параметров под нейрофизиологический и психологический профиль конкретного пациента. БОС-терапия представляет собой комплексный психофизиологический процесс, в котором психологические факторы такие как: мотивация, ожидания, личностные свойства, осознанность играют не меньшую роль, чем физиологические. Эффективность метода определяется множественной детерминацией: биологическими характеристиками (тип нервной системы, темперамент, исходная ЭЭГ-активность, вегетативный баланс), психологическими (мотивация, тревожность, локус контроля, осознанность, нейротизм, экстраверсия) и социальными (отношение к технологии, социальная адаптация). Это соответствует принципу детерминизма: внешние воздействия (БОС-процедура) преломляются через внутренние условия (индивидуально-личностные характеристики) [5].

Заключение. Таким образом, БОС является валидным немедикаментозным средством восстановления психоэмоционального состояния, доказавшим результативность при тревожных, депрессивных, стрессовых и психосоматических нарушениях. Перспективные направления включают персонификацию БОС-протоколов на основе психологических

профилей, интеграцию БОС с когнитивно-поведенческой терапией, развитие портативных технологий амбулаторного биоуправления и создание прогностических моделей выбора оптимального протокола до начала курса.

Список литературы

1. Костенко, Е. В. Психофизиологические технологии с применением метода биологической обратной связи: аналитический обзор / Е.В. Костенко, А.В. Котельникова, И.В. Погонченкова, Л.В, Петрова, А.В. Хаустова, М.С. Филиппов, Е.В. Каверина // Вестник восстановительной медицины. – 2024. – №3. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/psihofiziologicheskie-tehnologii-s-primeneniem-metoda-biologicheskoy-obratnoy-svyazi-analiticheskiy-obzor (дата обращения: 05.10.2026).
2. Фёдорова, М. А. Использование метода БОС при психоэмоциональных расстройствах / М. А. Фёдорова // Человек в информационном обществе: сб. материалов Второй междунар. науч.-практ. конф. (Самара, 26–28 апр. 2023 г.). – Самара: Изд-во Самар. ун-та, 2023. – С. 433–438.
3. Мосолов, С. Н. Применение α-θ-тренинга биологической обратной связи при тревожных расстройствах, резистентных к психофармакотерапии / С. Н. Мосолов, Е. В. Бирюкова, И. В. Тимофеев // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. – 2010. – № 1. – С. 15–20.
4. Мигалина, В. В. Применение метода биологической обратной связи в терапии депрессий // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. Спецвыпуски / В.В. Мигалина, М.А, Омельченко, И.С. Лебедева, В.Г. Каледа. – 2023. – Т. 123, № 11-2. – С. 122–126. DOI: 0.17116/jnevro2023123112122
5. Сорокина, Н. Д. Сравнительная эффективность ЭМГ и ЭЭГ БОС-терапии головной боли напряжения у пациентов с различными психофизиологическими особенностями / Н. Д. Сорокина, Г. В. Селицкий, Н. В. Климина, Е. С. Теременцева // Российский медицинский журнал. – 2014. – № 1. – С. 31–37.

УДК 159.9

ФЕНОМЕН НАСИЛИЯ НАД ЖЕНЩИНАМИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: ТЕОРИЯ, СТАТИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ И МЕТОДЫ ПОДДЕРЖКИ

Сулейманова Т.Б.,

Барышева Е.В., канд. психол. наук, ORCID 0000-0002-1476-0655

ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет», г. Москва РФ

tursunay.suleymanova.90@inbox.ru, barisheva45@mail.ru

Введение. Работа представляет собой обширный анализ феномена насилия над женщинами в современном, социокультурном и правовом мире. Несмотря на наличие правовых норм в законодательстве и осведомленности социума, насилие является одним из острых факторов нарушения прав

человека. Гендерное насилие в XXI веке остаётся одной из самых острых и масштабных проблем в области прав человека. По данным Европейского союза, около 31% женщин в возрасте 18–74 лет сталкивались с физическим или сексуальным насилием во взрослом возрасте [6]. В XXI веке наблюдается рост осведомлённости о проблеме, развитие законодательства и программ поддержки жертв, однако гендерное насилие по-прежнему глубоко укоренено в социальных нормах и требует дальнейших усилий по изменению культуры, образования и правоприменения.

Цель – исследование трансформации традиционных форм насилия-физического, психологического, сексуального и экономического, также обзор методов коррекции последствий и влияния на здоровье человека.

Четыре формы семейного насилия: психологическое; экономическое; физическое и сексуальное. [1].

Психологическое насилие в семье. Систематическое психологическое давление: унижение, манипулирование, агрессия, тотальный контроль над жертвой [2]. Эмоциональный абьюз – самая распространённая и в то же время самая коварная форма насилия. Нет синяков – значит, будто бы ничего и не произошло. Но внутри остаются глубокие раны. Ключевые инструменты: газлайтинг, заставляет сомневаться в своей адекватности, саботаж, мешает развиваться и достигать целей, игнорирование, наказание молчанием, холодность, манипуляции, чувство вины, стыда, обязанностей [3].

Физическое насилие. Это самая распространенная форма агрессии. Включает в себя систематическое избиения, побои, применение оружия и т.п. Согласно статистике: 58 %россиянок подвергались насилию, для каждой пятой из них побои наносятся систематически [2].

От 32%до 47% респондентов лояльно относятся к рукоприкладству в семье. Мужчины более снисходительны к насилию нежели женщины, и именно их отношение является предиктором применения силы, что подтверждается частотой насилия в семье с толерантными взглядами.

Согласно данным, 56% женщин сообщили о применении силы со стороны мужа, пострадавшие минимум однократно фиксируется на уровне 50%, 26% подвергались регулярно,3% женщин подвергаются насилию раз в месяц и чаще [1].

Финансовый абьюз – использование денег как инструмента контроля. Жертва лишается экономической самостоятельности, становится зависимой. Это делает выход из отношений чрезвычайно сложным. Проявления: запрет работать, полный контроль расходов, изъятие заработка, ограничение доступа к деньгам, навязывание долгов, манипуляции с документами, угроза лишить материальной опоры, саботаж учёбы/карьеры. [3].

Сексуальное насилие. Под сексуальным насилием понимают принуждение к сексу посредством применения физической силы, угроз и

манипуляций. К данной категории относятся изнасилование, принуждение к извращенным формам и действиям в присутствии третьих лиц. Исследование, проведенное в 2002 году, показало, что 60%мужчин и 50% женщин против изнасилования в браке, однако 18% женщин были подвержены к принудительному сексу. В общей сложности 23% женщин столкнулись с насилием в браке, из них 14% по принуждению через манипуляции, а 6 % были изнасилованы [1].

Травмы после насилия – это комплексные последствия для физического и психического здоровья человека. Они могут проявляться как сразу после события, так и спустя длительное время. Частыми последствиями семейного насилия являются психологические травмы различного характера. Психологические последствия зависят от типа насилия, продолжительности и индивидуальных особенностей жертвы [4]. (ПТСР) посттравматическое стрессовое расстройство одно из самых распространенных последствий насилия. Симптомы ПТСР проявляются в виде повторных переживаний травмы, избегания триггерных ситуаций, сильного стресса, тревоги, апатии, депрессии [6].

Жертвы насилия приобретают убеждения в своей несостоятельности и неполноценности и связи с этим им сложно функционировать в социуме и в семейной жизни. Это приводит к тяжелым психологическим последствиям в виде апатии, депрессии, потери смысла жизни и т.п[4]. В условиях психологического насилия у жертвы формируется патологическая зависимость. В таком состоянии жертва утрачивает автономию и подсознательно зависит от обидчика [4].

Декларация об искоренении насилия в отношении женщин, была принята Генеральной Ассамблеей ООН в 1993 году, дает четкое определение насилия: «…термин «насилие в отношении женщин» означает любой акт насилия, совершенный на основании полового признака, который причиняет или может причинить физический, половой или психологический ущерб, или страдания женщинам, а также угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни». Психотерапия выступает фундаментом реабилитации жертв насилия, которая направлена на стабилизацию психологического состояния, так же на помощь в проживании травмы и восстановлении внутреннего баланса. Психотерапия должна быть адаптирована к индивидуальным нуждам каждого пациента так как последствия насилия могут нести разнообразный характер также важно учитывать длительность и индивидуальные особенности личности.

Заключение. Исследование данного феномена показывает, что насилие не является спонтанным актом, а представляет собой системный процесс, питаемый тремя основными факторами: атмосферой вседозволенности, укоренёнными гендерными стереотипами и материальной уязвимостью пострадавших.

Этот деструктивный цикл подрывает онтологическую безопасность личности, нанося травмы, которые имеют свойство воспроизводиться в будущих поколениях. Для разрыва этой цепи необходимо преодолеть тактику замалчивания. Женщинам требуется комплексная стратегия помощи: от оперативных мер (кризисные центры, телефоны доверия) до пролонгированной реабилитации (психокоррекция, правовое сопровождение и социальная адаптация).

Список литературы

1. Горшкова, И. Д. Насилие над женами в российских семьях / И.Д. Горшкова, И.И. Шурыгина // Материалы общероссийского исследования, представленные на конференции 15-16 мая 2003 г. в МГУ им. М.В. Ломоносова. – Москва: МГУ, 2003. – 83 с.
2. Пислакова, М. Территория молчания: права женщин и проблема насилия в отношении женщин в России / М. Пислакова, А. Синельников. – Москва: Национальный центр по предотвращению насилия, 2009. – С.6–102.
3. Полякова, О. Абьюз от А до Я / О. Полякова. - Москва: Ridero, 2026. – 504 с. – С.10–40.
4. Стрекалина, Д. В. Психотерапия жертв семейного насилия / Д.В. Стрекалина. – Москва: Ridero, 2025. – С.1-55. ISBN: 978-5-0065-8185-2
5. Сулейманова, Т. Б. Психологическая травма и ее влияние на человека / Т.Б. Сулейманова, Е.В. Барышева // Россия молодая : Сборник материалов XVII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Кемерово, 22 апреля 2025 года – 25 2024 года. – Кемерово: Кузбасский государственный технический университет им. Т.Ф. Горбачева, 2025. – С. 85228.1-85228.4. – EDN TEUJOU.
6. Gender-based violence statistics - Statistics Explained - Eurostat. URL: https://clck.ru/3VbHG8 (дата обращения: 02.09.2026).

УДК 159.99

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПУТИ ИХ ПРОФИЛАКТИКИ

Тараненко Н.Ю., канд. филос. наук, доц., ORCID 0000-0003-0134-8255
АНО ВО «Воронежский экономико-правовой институт»,
АОНО ВО «Институт Бизнеса и Информационных Систем», г. Воронеж, РФ
natlat1971@mail.ru

Введение. В последнее десятилетие дистанционное (онлайн) консультирование стало неотъемлемой частью профессиональной психологической практики. Однако несмотря на широкое распространение, онлайн-консультирование имеет ряд проблем, которые необходимо учитывать специалистам при подготовке и проведении консультации.

Цель – анализ актуальных проблем и трудностей дистанционного психологического консультирование, а также разработка практических рекомендаций для их профилактики.

Основная часть. В.Ю. Меновщиков рассматривает онлайн-консультирование в следующих формах: единственная сессия через электронную почту или форум; продолжающееся личное консультирование через электронную почту; консультирование в реальном времени через чат; консультирование и психотерапия в реальном времени [6]. Однако на современном этапе видеосвязь выходит на первый план, поскольку обеспечивает максимальную приближенность к очной встрече, сохраняя значительную часть невербальных сигналов.

Согласимся с Д.В. Гартфельдер: «от формы организации самой дистанционной психологической помощи – видеосвязи, текстового диалога, разделённого по времени общения (по электронной почте) – также во многом зависит её эффективность» [4]. В исследовании В.А. Аржановой показана результативность и сопоставимость с очными консультациями видеоформата при условии соблюдения комплексных методологических и концептуальных принципов [2].

Анализ научной литературы [3,5] позволяет выделить основные проблемы, возникающие при онлайн-консультировании посредством видеосвязи:

1) ограничения невербальной коммуникации – дистанционный формат лишает доступа к важным невербальным сигналам (мимике, жестам, интонациям), что усложняет диагностику эмоций клиента и ослабляет терапевтический контакт;

2) сложность психодиагностики – многие методики не валидированы для онлайн-консультирования, поэтому их результаты вызывают сомнения в достоверности;

3) амбивалентность анонимности – с одной стороны, она даёт клиенту чувство безопасности, с другой – затрудняет полноценную идентификацию;

4) риски нарушения конфиденциальности – неосторожное обращение с информацией, взломы и утечки данных могут привести к раскрытию личных данных клиента;

5) технические трудности – качество видеосвязи, задержки звука, нестабильная скорость интернета и помехи влияют на течение консультации, приводя к недопониманию и росту фрустрации у участников; прерывания сессий провоцируют дополнительный стресс у обеих сторон;

6) низкий уровень цифровых компетенций как у психологов, так и у клиентов;

7) проблемы организации рабочего пространства – связь из неподходящих условий (шум, посторонние, отсутствие приватности) снижает эффективность сессии;

8) экранная усталость – длительное взаимодействие через экран повышает нагрузку на зрительную и нервную системы.

Дополнительно отмечаются сложность экстренной помощи в кризисах, этико-юридические пробелы, ограничения телесно-ориентированных методик и риск социальной изоляции клиентов [1].

Эмпирические данные свидетельствуют, что практикующие специалисты в подавляющем большинстве применяют онлайн-формат и намерены продолжать его использовать, при этом значительная часть совмещает онлайн и очный форматы. Клиенты, имеющие опыт онлайн-консультаций, в целом оценивают удовлетворённость ими положительно, однако приоритетным форматом чаще считают очные консультации, тогда как видеосвязь выполняет роль значимой и устойчивой альтернативы.

Наиболее влиятельными трудностями онлайн-консультирования выступают полная потеря связи, отвлечение клиента на третьих лиц и обстановку, а также технические сбои. Дополнительно клиенты отмечают сложность выполнения медитативных техник онлайн и сомнения в компетентности специалистов.

В исследовании А.О. Перекрест большинство респондентов практиковали одновременно очный и дистанционный форматы и положительно оценивали эффективность дистанционной работы, отмечая при этом такие затруднения, как маленький возраст пациентов, невозможность использовать специализированное оборудование, сложности выстраивания доверия, трудности организации домашнего пространства, неустойчивое интернет-соединение [7]. Часть этих проблем согласуется с результатами нашего анализа.

Для улучшения качества дистанционных услуг целесообразно рассмотреть способы профилактики наиболее частых и беспокоящих трудностей.

Для снижения технических сбоев необходимо заранее проверять исправность оборудования и программного обеспечения, проводить тестовое подключение, организовывать рабочее место с устойчивым интернет-соединением. При выборе платформ предпочтение следует отдавать надёжным и разрешённым к использованию на территории РФ сервисам.

При полной потере связи важным профилактическим условием являются заранее согласованные резервные каналы, что позволит уменьшить тревогу как специалиста, так и клиента.

Для профилактики отвлечения клиента на третьих лиц и обстановку следует заранее обсуждать правила проведения онлайн-консультации, рекомендовать клиенту подготовить уединённое тихое пространство, освободить время и исключить участие в сессии из общественных мест или при присутствии посторонних.

В условиях сниженной видимости и ограниченного невербального контакта особую значимость обретают вербализация эмоций и состояния клиента, повышенная внимательность к интонациям, паузам и другим доступным признакам, а также согласование положения относительно камеры и устройства.

Для снижения трудностей, связанных с техникой и программами, специалистам рекомендуется проходить дополнительное обучение владению цифровыми инструментами. Чтобы уменьшить затруднения клиента с подключением или использованием платформ, целесообразно предварительно уточнять уровень его цифровой компетентности и при необходимости проводить краткие вводные инструкции.

Для уменьшения риска подслушивания или утечки данных следует использовать надёжные сервисы, соблюдать принципы информационной безопасности при хранении клиентских данных и заранее информировать клиента о возможных рисках.

Согласимся с В.А. Аржановой, что «эффективность дистанционного консультирования определяется сочетанием технологической инфраструктуры и клинической дисциплины» [2].

Заключение. Несмотря на трудности, связанные с современными условиями и ограничениями, специалисты и клиенты активно включаются в онлайн-формат взаимодействия. Онлайн-консультирование занимает значимое место в практике психологической помощи, однако не вытесняет полностью очные сессии. К числу наиболее часто отмечаемых трудностей относятся технические сбои, полная потеря связи, отвлечение клиента на третьих лиц и обстановку.

Особое значение приобретает предварительная организационная подготовка: договорённости о действиях при обрыве связи, согласование резервных каналов, проверка технических средств, дополнительное обучение работе с цифровыми инструментами и чёткое информирование клиентов об особенностях и правилах дистанционных консультаций.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на изучение того, как трудности дистанционного формата влияют на консультирование по детско-родительским отношениям и на работу с проблемами самого ребёнка.

Список литературы

1. Абдулжалилова, З.А. Психологическое консультирование в условиях цифровизации: вызовы и возможности / З.А. Абдулжалилова // Вестник науки. – 2025. – № 11 (92). – Том 5. – С. 866–872.
2. Аржанова, В.А. Методологические и концептуальные клинические принципы дистанционного психологического консультирования: опыт prisma-анализа / В.А. Аржанова // Педагогический опыт. – 2025. – URL: https://www.pedopyt.ru/categories/2/articles/6219 (дата обращения 27.09.2026 г.).

3. Безух, Д. В. Современные проблемы психологов в онлайн- консультировании / Д. В. Безух // Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию. – 2024. – № 1. – С. 278-281. – EDN OJAIFH.
4. Гартфельдер, Д. В. Дистанционная психологическая помощь: обзор современных возможностей и ограничений / Д.В. Гартфельдер // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2016. – № 2. – С. 77-96.
5. Манина, Д. М. Актуальные проблемы психологического консультирования в онлайн-формате / Д. М. Манина // История и методология современной практической психологии: Материалы научно-практической конференции, посвященной 55-летию выхода книги Б.В. Зейгарник «Введение в патопсихологию», Москва, 10 октября 2024 года. – Москва: Академия имиджелогии, 2025. – С. 288-293. – EDN LOOIEQ.
6. Меновщиков, В. Ю. Психологическое консультирование и психотерапия онлайн / В.Ю. Меновщиков. – Москва: Академический проект, 2023. – 606 с. ISBN: 978-5-8291-4152-3
7. Перекрест, А. О. Работа психологов и психотерапевтов в онлайн-формате: особенности и трудности / А. О. Перекрест // Теоретическая и прикладная психология: традиции и перспективы: Материалы XV Всероссийской молодёжной научно-практической конференции, Чита, 28 апреля 2023 года/Ответственный редактор С.Б. Дагбаева. – Чита: Забайкальский государственный университет, 2023. – С. 139-144. – EDN FCAUPW.

УДК 159.923.2

ИГРОВОЙ КОМПЛЕКТ «НАВИГАТОР ЖИЗНИ» КАК ИНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОСТРОЕНИЯ ЖИЗНЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ ВОССОЕДИНЕННЫХ РЕГИОНОВ

Усатенко О.Н., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0001-6372-4485,
Боднар В.О., ORCID 0009-0000-7819-5424,
Ухова К.А., ORCID 0009-0008-0507-9674
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
usatekoxana@mail.ru, viola.bodnar@mail.ru, ksenya-alex@mail.ru

Введение. Современная психолого-педагогическая практика работы с молодёжью воссоединённых регионов Российской Федерации сталкивается с необходимостью решения задач, связанных не только с профессиональным самоопределением, но и с восстановлением целостной картины будущего в условиях пролонгированного социального стресса. Согласно данным современных исследований, у значительной части студентов, проживающих на территориях, переживших военный конфликт, наблюдается деформация смысложизненных ориентаций, сужение временной перспективы и снижение показателей жизнестойкости [1]. В этих условиях традиционные профориентационные методики, ориентированные преимущественно на когнитивный компонент выбора профессии, демонстрируют ограниченную

эффективность. Возникает потребность в инструментах, способных обеспечить комплексное воздействие на все компоненты жизненной перспективы личности при соблюдении принципов этической безопасности и минимизации риска ретравматизации.

Целью настоящей работы является теоретико-методологическое обоснование игрового комплекта «Навигатор жизни» как инструмента психолого-педагогического сопровождения построения жизненной перспективы студентами педагогических университетов воссоединённых регионов.

Основная часть. Разработка игрового комплекта «Навигатор жизни» осуществлялась в рамках выполнения государственного задания Министерства просвещения Российской Федерации (№ 073-00108-26-01) и опиралась на интеграцию нескольких теоретических традиций: психологии жизненного пути (С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев), концепции временной перспективы (Ж. Нюттен, Ф. Зимбардо), теории интернет-социализации и навигационной психологии (А.С. Огнев), а также ресурсного подхода в психологическом консультировании.

В основе комплекта лежит трёхкомпонентная модель жизненной перспективы, включающая когнитивный (система целей и планов), эмоционально-ценностный (переживание отношения к будущему, ценностные ориентации) и деятельностный (готовность к реализации, волевая регуляция) компоненты. Данная модель обеспечивает возможность дифференцированной диагностики и адресной коррекции выявленных дефицитов.

Методологическую основу комплекта образует синтез метафорического и навигационного подходов. Метафорический подход, опирающийся на архетипические образы пути, выбора и преодоления, обеспечивает доступ к глубинным смысловым структурам личности, минуя защитные механизмы сознания. Навигационный подход, базирующийся на экзистенциальной философии и теории жизнестойкости, задаёт систему координат и последовательность этапов работы, направленных на формирование осмысленного и реалистичного образа будущего.

Структурно комплект включает 72 карты-образа, объединённые в шесть тематических блоков: «Дороги и перекрёстки», «Путники», «Символы выбора и решений», «Состояния на пути», «Природные и архитектурные метафоры», «События и дары». Отдельную группу составляют 60 карт-вопросов, распределённых по шести типам: карты-порталы (вход в игру), карты-рефлексия прошлого, карты-исследование настоящего, карты-проектирование будущего, карты-ресурсы и опоры, карты-вызовы и препятствия. Комплект предусматривает два варианта игрового поля: динамичное («Путь» с фишками и кубиком) и рефлексивное («Карта жизни» для свободной раскладки карточек).

Принципиальное значение для работы с обучающимися воссоединённых регионов имеет соблюдение этических принципов. Комплект не содержит клинических или травматичных изображений; все формулировки вопросов смещены в ресурсную плоскость; участнику предоставляется право пропустить ход или отказаться от обсуждения.

Диагностический инструментарий комплекта включает бланк самоотчёта участника (фиксирующий ценности, цели на различных временных горизонтах, ресурсы, барьеры и «первый шаг») и бланк рефлексии ведущего (оценивающий стартовое состояние группы, процессуальную динамику, эффективность техник и личную рефлексию специалиста). Качественная интерпретация игровых выборов позволяет выявить диагностические маркеры сформированности каждого компонента жизненной перспективы, а также отнести участника к одному из условных типов: конструктивному, рефлексивно-пассивному, активно-спонтанному, дефицитарному или эмоционально блокированному.

Практическая апробация комплекта осуществлялась на базе ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет» и ряда образовательных организаций воссоединённых регионов. В рамках апробации были проведены мастер-классы для студентов педагогических направлений подготовки, а также преподавателей. Участники отметили доступность метафорического языка, безопасность игрового пространства и практическую ценность полученных инсайтов для построения собственной образовательной и профессиональной траектории.

Заключение. Таким образом, игровой комплект «Навигатор жизни» представляет собой целостную, теоретически обоснованную и методически обеспеченную технологию психолого-педагогического сопровождения построения жизненной перспективы. Комплект активизирует когнитивный, эмоционально-ценностный и деятельностный компоненты жизненной перспективы; способствует формированию сбалансированной временной перспективы; ориентирован на выявление и укрепление ресурсной базы личности; содержит механизмы, обеспечивающие этическую безопасность при работе с травматическим опытом. Дальнейшая работа предполагает эмпирическую верификацию эффективности комплекта на расширенных выборках, а также разработку специализированных техник для углублённой работы с выявленными дефицитарными типами.

Информация о финансовой поддержке: *Исследование проводилось по заказу Министерства просвещения РФ на тему: «Разработка модели построения жизненной перспективы студентами педагогических университетов воссоединенных регионов Российской Федерации» (№ 073–00108-26-01) на 2026 г.*

Список литературы

1. Богачев, А. М. Формирование общероссийской гражданской идентичности на освобожденных в ходе СВО территориях: риски и перспективы / А.М. Богачев, Г.И. Теплых, П.Н. Кавчук // Психология и Психотехника. – 2023. – № 3. – С. 44–52.
2. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – Киев: Наукова думка, 1988. – 144 с.
3. Кац, Г. Метафорические карты. Руководство для психолога / Г. Кац, Е. Мухаматулина. – Москва: Генезис, 2016. – 168 с.
4. Муханова, И. Ф. Смысложизненные ориентации как психологический ресурс жизнестойкости молодежи Донбасса, проживающей в зоне военного конфликта / И.Ф. Муханова, И.В. Пузь // Ученые записки университета Лесгафта. – 2026. – № 2 (252). – С. 227–235. DOI: 10.5930/1994-4683-2026-2-227-235
5. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / под ред. Д.А. Леонтьева. – Москва: Смысл, 2004. – 608 с.
6. Огнев, А. С. Жизненная навигация личности: научно-педагогические основы реализации в профессиональном образовании / А.С. Огнев // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2017. – № 1-4. – С. 157–162.
7. Смирнов, В. А. Модели ресоциализации студенческой молодёжи новых российских регионов / В.А. Смирнов // Высшее образование в России. – 2025. – Т. 34. – № 5. – С. 87–102. DOI: 10.31992/0869-3617-2025-34-5-87-102

УДК 159.9:2

ПРАВОСЛАВНЫЕ РЕЛИГИОЗНЫЕ ПРАКТИКИ В КОНТЕКСТЕ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Шебанова В. И., д-р. психол. наук, проф., ORCID 0000-0002-1658-4691,
Морозова Е. Н. ORCID 0009-0006-8142-5204
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
v1talia.sh@yandex.ru, morozovaelena83.16@mail.ru

Введение. В условиях современных социокультурных изменений проблема формирования ценностно-смысловой сферы личности приобретает особую актуальность.

Одним из социокультурных условий формирования ценностей и смыслов личности выступает религия. Как отмечает А. В. Немцев, в рамках религии происходит обретение духовных смыслов; приобщение к ней способствует тому, что духовный смысл становится ведущим смысловым образованием [4].

Актуальность обращения к православным религиозным практикам определяется их значимым местом в жизни верующего: они связаны с осмыслением жизненного опыта, нравственной оценкой поступков и формированием ценностных ориентиров. Изучение психологического

содержания молитвы, чтения Священного Писания, поста, исповеди, причастия и участия в богослужении позволяет глубже понять личностные смыслы верующего и учитывать их в психологическом консультировании.

Цель исследования – рассмотреть содержание православных религиозных практик и их связь с ценностно-смысловой сферой личности в контексте консультирования верующих.

Основная часть. Несмотря на различия в теоретических подходах, большинство исследователей выделяют два взаимосвязанных компонента ценностно-смысловой сферы: ценности и личностные смыслы. Л.Н. Коковина относит ценности и смыслы к духовной сфере личности. Цели и смысложизненные ориентиры, образующие эту сферу, определяют содержание, качество и направленность человеческой жизни. Смысл помогает человеку осознать глубинные мотивы собственного поведения и при необходимости пересмотреть иерархию ценностей [2].

Содержание и иерархия ценностей и смыслов формируются во взаимодействии индивидуальных особенностей и социальных условий. Одним из таких условий может выступать религия.

В. Ф. Чеснокова выделяет основные показатели православного образа жизни, определяющие включенность личности в религиозную практику: частота посещения храма и участие в таинстве Причащения, регулярность чтения Священного Писания, характер молитвенной практики и соблюдение постов [7].

Достижение внутреннего предела, вызванного беспомощностью перед обстоятельствами, побуждает человека обратиться к молитве. Молитва – это форма смыслового диалога человека с Богом. Цель этого общения – распознать в собственном жизненном мире собственные смыслы и смыслы другого или других людей и сделать смыслы другого своими собственными. Такое общение способствует самопознанию и личностному росту человека [4].

Значение чтения Священного Писания как православной религиозной практики заключается в том, что оно помогает противостоять давлению греха; способствует изменению собственной жизни; смягчает сердце человека; просвещает его ум; указывает путь спасения; способствует получению дара разумения [1].

Наряду с чтением Священного Писания значимой составляющей православной религиозной практики выступает исповедь. Внутреннюю основу таинства исповеди составляет покаяние. Оно предполагает духовную работу христианина, в результате которой совершённый грех начинает вызывать у него глубокое внутреннее неприятие. Таинство Причащения (Евхаристия) – это священнодействие, в котором верующий под видом хлеба и вина принимает Тело и Кровь Господа Иисуса Христа ради прощения грехов и обретения вечной жизни [5].

Подготовка к исповеди и Причастию предполагает молитву, пост, нравственную оценку совершенных поступков и обращение к собственным переживаниям. Человек сосредотачивается не только на внешнем соблюдении установленных правил, но и на внутренних причинах своих действий, отношении к другим людям и готовности принять ответственность за свое решение.

Участвуя в сопровождаемых молитвой практиках покаяния и причащения, верующий развивает ответственность и личностную зрелость, преодолевает инфантильные установки и проходит через переживание внутренней пустоты. Фактически в процессе подготовки к таинствам исповеди и причащения верующий обращается к глубинным слоям психики. Подготовка к исповеди и причащению предполагает серьёзную психологическую работу, сопровождающуюся сильными переживаниями и активизирующую глубинные процессы, в том числе способствующие размораживанию ранее подавленных эмоций и чувств [5].

В православной традиции пост объединяет телесное и духовное воздержание, при этом приоритетное значение придаётся духовному очищению человека. Пост нельзя сводить исключительно к ограничениям в питании, поскольку само по себе воздержание ещё не является источником добродетели. Основное значение имеют не строгость поста, а внутренние мотивы человека, его духовные стремления и смирение как необходимое условие правильного соблюдения поста [3].

С психологической точки зрения пост представляет собой практику осознанного самоограничения и внутренней саморегуляции. Он требует волевого контроля, осмысления собственных мотивов и способности соотносить поведение с религиозными ценностями, способствуя развитию самодисциплины, рефлексии и нравственной направленности личности.

Вслед за В. И. Тупеко мы считаем, что систематическое участие в религиозных практиках способствует преодолению эгоизма, исправлению отрицательных черт характера и постепенному нравственному совершенствованию личности [6]. Религиозные практики при этом выступают средствами воспитания воли и нравственного становления: самоиспытание помогает человеку осознавать собственные недостатки, развивать рефлексию и стремиться к их преодолению; молитва, чтение Священного Писания, исповедь и Евхаристия укрепляют волю, развивают самообладание и формируют такие качества, как смирение, терпение, кротость, воздержание и готовность помогать другим.

Заключение. Проведённый теоретический анализ позволяет обобщить, что православные религиозные практики сопряжены с осмыслением жизненного опыта, нравственной самооценкой и ценностными ориентирами личности. При психологическом консультировании верующих необходимо учитывать субъективное значение этих практик и их место в жизни человека.

Список литературы

1. Дергалев, С. М. (протоиерей). Духовное чтение как средство исцеления ума / С. М. Дергалев // Труды Белгородской Православной Духовной семинарии. – 2021. – Вып. 12. – С. 15–26. EDN: JTRQPV.
2. Коковина, Л. Н. Ценностно-смысловые ориентации личности / Л. Н. Коковина // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2009. – Т. 15, № 2. – С. 139–143. EDN: MTHZQZ.
3. Молодов, О. Б. Православие и общество: грани взаимодействия / О.Б. Молодов // Материалы международной научно-практической конференции, Чита, 15 декабря 2017 г. – Чита: Забайкальский государственный университет, 2017. – 172 с.
4. Немцев, А. В. Смысловая сфера религиозных людей (на примере православных верующих) // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 57. – С. 69–85. DOI: 10.17223/17267080/57/5.
5. Прилуцкий, А. М. Психолого-теологические аспекты подготовки к таинствам покаяния и причащения в православии / А.М. Прилуцкий, А.М. Богачев // Вопросы теологии. – 2020. – Т. 2, – № 2. – С. 297–314. DOI: 10.21638/spbu28.2020.208
6. Тупеко, В. И. Воспитание воли православного христианина / В. И. Тупеко // Труды Минской духовной академии. – 2012. – № 10. – С. 145–149.
7. Чеснокова, В. Ф. Тесным путем: процесс воцерковления населения России в конце XX века / В.Ф. Чесонокова. – Москва: Академический проект, 2005. – 296 с.

УДК 159.9

КРИЗИСНЫЕ СОСТОЯНИЯ УЧАСТНИКОВ ГРУППЫ И СТРАТЕГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ

Шебанова С.Г., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-0271-896X,
Бараксанова Н.В., ORCID 0009-0007-7470-6734,
Белоус Ю.В. ORCID 0009-0008-5621-248X
ФГБОУ ВО «Херсонский технический университет», г. Геническ, Херсонская обл., РФ
sveta1_sh@rambler.ru, Nataberg8@gmail.com, Belous131313@yandex.ru

Введение. Групповая психокоррекция является одной из наиболее эффективных форм психологической помощи, особенно при работе с межличностными проблемами, социальной изоляцией и трудностями общения [2, с. 12–15]. Однако сам формат групповой работы создаёт условия для возникновения кризисных состояний у участников, которые могут проявляться как в острых эмоциональных реакциях, так и в деструктивных поведенческих паттернах. Понимание природы этих состояний и владение стратегиями психологической поддержки являются необходимыми компетенциями группового психолога [3, с. 85–90].

Цель работы: систематизировать типичные кризисные состояния в психокоррекционной группе и разработать практические рекомендации по психологической поддержке участников в кризисных ситуациях.

Теоретические основания. Групповая динамика, по определению К. Левина, представляет собой совокупность процессов взаимодействия, коммуникации, изменения структуры и атмосферы в группе от её формирования до завершения работы [1]. Основными элементами групповой динамики являются задачи и нормы группы, структура лидерства, групповые роли, сплочённость и групповое напряжение [2, с. 120–125]. На этапе конфликтов и противоречий, характерном для развития группы, напряжение достигает пика, что создаёт благоприятную почву для возникновения кризисных состояний [1].

И. Ялом выделил ряд механизмов коррекционного воздействия, среди которых особое место занимают катарсис, групповая сплочённость и интерперсональное влияние [4, с. 90–110]. Эти механизмы становятся основными инструментами работы психолога при оказании поддержки в кризисных ситуациях.

Типология кризисных состояний в группе. Анализ нашей практической групповой работы позволил выделить следующие типичные кризисные состояния:

1. Эмоциональный срыв. Проявляется в виде интенсивного плача, гнева, страха или стыда, которые участник не может сдержать. В таком состоянии человек становится крайне уязвимым, его защитные механизмы ослабевают. Например, в ситуации, когда участница рассказывает о травматическом опыте и сталкивается с непрошеными советами, её эмоциональное состояние может резко ухудшиться, вплоть до полного ухода в молчание.
2. Бунт против ведущего. Возникает, как правило, на фазе конфликта и протеста, когда участники разочаровываются в ожиданиях, возложенных на психолога. Классический пример: участник заявляет: «Вы ничего не делаете, только спрашиваете "что вы чувствуете?"» Поддержка со стороны других участников превращает индивидуальный протест в групповой кризис, требующий немедленной реакции ведущего.
3. Нарушение конфиденциальности. Является этическим кризисом, который подрывает базовое чувство безопасности в группе. Например, участник пересказывает личную историю другого участника за пределами группы, что вызывает у потерпевшего ужас, стыд и желание покинуть группу. Этот кризис требует не только индивидуальной работы с нарушителем и пострадавшим, но и восстановления групповых норм.
4. Межличностный конфликт. Возникает при формировании подгрупп, романтических отношений между участниками, а также при столкновении доминирующих ролей (например, «спасатель» и «агрессор»). В таких ситуациях остальные участники начинают чувствовать себя «лишними», групповая сплочённость снижается, эффективность работы падает.

Стратегии психологической поддержки. На основе анализа теоретических источников, нашей практической групповой работы могут быть сформулированы следующие стратегии оказания психологической поддержки в кризисных ситуациях:

При эмоциональном срыве: сохранять спокойствие и не допускать хаотичных действий со стороны группы; обратиться к участнице с вопросом о её актуальной потребности («Что тебе сейчас нужно?»), возвращая ей контроль над ситуацией; предложить выбор между физической поддержкой (объятие) и пространством для проживания эмоции; после стабилизации провести короткую рефлексию («Что с тобой происходило?»), переводя эмоциональное переживание в терапевтический материал.

При бунте против ведущего: принять чувства группы, не защищаясь и не оправдываясь («Я слышу ваше разочарование и понимаю его»); перевести критику в плоскость анализа ожиданий («Что именно вы ожидали от группы и от меня?»); предложить корректировку формата, не отказываясь от терапевтических целей; использовать конфликт как материал для проработки проблем авторитета и зависимости.

При нарушении конфиденциальности: провести индивидуальную беседу с нарушителем, объяснив серьёзность его действий; поддержать пострадавшего, признав его право на безопасность; обсудить ситуацию в группе, усилив правила конфиденциальности; при необходимости рассмотреть вопрос об исключении нарушителя из группы.

При межличностном конфликте (подгруппы): вернуть фокус на чувства всех участников («Как каждый из вас ощущает эту ситуацию?»); установить границы (например, временное правило о внегрупповых контактах); использовать упражнения на сплочение и равномерное распределение внимания.

Профилактика кризисных состояний. Важным условием предотвращения кризисов является создание безопасного терапевтического пространства на ранних этапах работы группы. Это включает: чёткое проговаривание и закрепление групповых норм (конфиденциальность, отказ от советов без запроса, правило «Стоп»); установление письменного контракта о соблюдении правил; регулярное возвращение к обсуждению групповой динамики; обязательная супервизия для начинающего психолога.

Заключение. Кризисные состояния участников психокоррекционной группы являются закономерным элементом групповой динамики, особенно на фазе конфликта и протеста. Своевременное распознавание кризиса и грамотное использование поддерживающих стратегий позволяют не только предотвратить деструктивные последствия, но и трансформировать кризис в ресурс для личностного роста участников. Умение выдерживать напряжение, сохранять эмпатию и гибко реагировать на сложные ситуации – основные компетенции группового психолога, формирующиеся через практический опыт и супервизию.

Практическая значимость полученных результатов заключается в том, что предложенные стратегии психологической поддержки могут быть непосредственно применены в работе групповых психологов и психотерапевтов при ведении психокоррекционных групп. Представленная типология кризисных состояний позволяет специалистам более точно идентифицировать характер возникающих трудностей и выбирать адекватные интервенции на разных фазах развития группы. Особую ценность рекомендации имеют для начинающих психологов, которые часто испытывают неуверенность при столкновении с острыми эмоциональными реакциями или групповым сопротивлением. Внедрение предложенных алгоритмов действий в практику супервизии может повысить профессиональную устойчивость специалистов и снизить риск их эмоционального выгорания. Перспективы дальнейших исследований связаны с разработкой критериев эффективности применяемых поддерживающих стратегий и их адаптацией для различных типов психокоррекционных групп (подростковых, семейных, кризисных).

Список литературы

1. Левин, К. Теория поля в социальных науках / К. Левин ; пер. с англ. Е. Сурпиной. – Санкт-Петербург: Речь, 2000. – 364 с. – ISBN 5-9268-0004-9.
2. Осипова, А. А. Общая психокоррекция : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / А.А. Осипова. – Москва: Сфера, 2000. – 508 с. – ISBN 5-89144-100-4.
3. Хухлаева, О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник и практикум для вузов / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. – Москва: Юрайт, 2024. – 423 с. – ISBN 978-5-534-20987-2.
4. Ялом, И. Теория и практика групповой психотерапии / И. Ялом, М.Лесц. – 5-е изд. – Санкт-Петербург: Питер, 2026. – 624 с. – ISBN 978-5-4461-0946-3.

Клиническая и кризисная психология: опыт решения проблем и перспективы исследований

УДК 159.9

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ И АДАПТАЦИОННЫЕ СТРАТЕГИИ МОЛОДЁЖИ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЁННОСТИ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Ангелина Э.А., канд. филос. наук. доц., ORCID 0009-0006-8450-6122
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
adjon@yandex.ru

Актуальность исследования. В современном мире молодежь, как наиболее активная и восприимчивая часть общества, оказывается в центре глобальных трансформаций, сталкиваясь с множеством вызовов нынешней эпохи. Исследование адаптационных стратегий молодёжи в данных условиях является актуальным, так как в сегодняшних условиях неопределённости молодёжь сталкивается с необходимостью выработки эффективных стратегий для успешной социализации, профессиональной реализации и сохранения психофизического благополучия.

Цель исследования – проанализировать адаптационные стратегии личности в условиях неопределенности и выявить роль ценностно-смысловой сферы как ресурса, регулирующего выбор конструктивных моделей поведения в преодолении трудностей.

Основная часть. Стратегии адаптации представляют собой устойчивые способы поведения, деятельности и мышления, которые личность использует для приспособления к изменяющимся условиям среды и преодоления трудностей. Они включают в себя когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты, позволяющие человеку эффективно реагировать в стрессовых ситуациях, минимизировать негативные последствия стрессоров и интегрировать новый опыт в свой образ мира. Выбор конкретной адаптационной стратегии во многом определяется индивидуально-личностными особенностями, жизненным опытом и актуальным состоянием человека.

М.В. Ромм определяет адаптационные стратегии как совокупность действий (или, наоборот, отсутствие действий) – осознаваемых или неосознаваемых, целенаправленных или спонтанных, которые ведут к тому, что человек оказывается в состоянии адаптированности, когда он и сам чувствует себя комфортно, и внешние условия это подтверждают [5, с. 84.]. На основании этого можно судить – адаптировался человек к чему-либо, или нет, по тем стратегиям адаптации, которые он выбрал. Опираясь на труды М.В. Ромма (2002), З.В. Хохриной, А.А. Машанова и М.В. Ростовцевой

(2015), Н.Н. Мельниковой (1999), С. Мадди (1999), Э. Фрайденберга (2004), многообразие адаптационных стратегий можно объединить в три группы: активно-деятельностные или жизнестойкие: стремление разрешить противоречие, активное преобразование среды или себя, эффективный копинг; пассивно-приспособленческие: уход от ситуации, пассивное подчинение среде, выжидание, неэффективный копинг (избегание), конформистская адаптация; когнитивно-интерпретативные: интерпретативное переопределение, модификация субъективного образа реальности, смысловая стигмация, поиск идентичности.

Факторы неопределенности также могут влиять на выбор стратегии адаптации. А.Н. Поддъяков подчеркивает, что субъективная неопределенность связана с невозможностью контролировать ситуацию, что влечет за собой разнообразие подходов при ее разрешении [4]. Х.Х. Тамасханова отмечает, что в такой ситуации человек может выбирать как конструктивную, так и деструктивную модель адаптации [6].

Особое место в исследованиях стратегий адаптации занимает роль ценностно-смысловой сферы. По Д.А. Леонтьеву, ценностно-смысловая сфера личности оказывает влияние на ее деятельность, когда в условиях неопределенности человек осуществляет оценку и выбор определенных действий, когда его личностные смыслы актуализируются [3]. «Ценностно-смысловая структура выполняет роль регуляции поведения человека, помогает в постановке целей, определения их приоритетности, является основой нравственного развития, что помогает выстоять в трудных жизненных обстоятельствах» [1, с. 20] Ценностно-смысловая сфера не просто является составной частью процесса адаптации, а и во многом ее определяет. Сформированные смыслы дают человеку ресурсы для преодоления трудностей, что становится сильным мотиватором для адаптации. При этом, утрата смысла может стать причиной дезадаптации. Адаптация будет более эффективной, если ценностно-смысловая сфера личности лишена противоречий. Таким образом, ценностно-смысловая сфера выступает не просто основой, а активной составляющей процесса адаптации: она задаёт направление и актуализирует ресурсы личности. А.А. Заболотько и Л.А. Дятлова доказывают, что понимание механизма смысловой регуляции позволяет личности корректировать свое поведение в ситуации жизненного кризиса [2, с. 31]. Ценностно-смысловая сфера выступает не просто ориентиром, но и источником преобразования реальности. Для молодежи это означает, что опора на традиционные духовно-нравственные ценности, патриотизм, профессионализм и созидание выступает в качестве ресурса против деструктивных стратегий.

Заключение. Подводя итог теоретическому анализу, можно сделать следующие выводы. Адаптация личности, и молодежи в частности, в условиях неопределенности – это не пассивное привыкание к изменяющимся условиям, а сложный процесс конструирования собственной

жизненной позиции. Анализ показывает, что адаптационные стратегии варьируются от деструктивного избегания и пассивного конформизма до активного преобразования среды и жизнестойкого совладания. Основным фактором, определяющим направление адаптации, выступает ценностно-смысловая сфера личности. Сформированные личностные смыслы и система ценностей выполняют роль внутренней опоры, которая не позволяет человеку идти на поводу внешних обстоятельств. Утрата смыслов неизбежно ведет к дезадаптации и деструктивным формам поведения, тогда как четкая смысловая перспектива трансформирует ситуации неопределенности в личностный рост. Таким образом, формирование ценностно-смысловой сферы личности должно стать приоритетным направлением в государственной молодежной политике, образовании и психолого-педагогическом сопровождении молодежи. Только опираясь на глубинные личные смыслы и созидательные ценности, молодежь способна успешно адаптироваться к реалиям сегодняшнего дня и стать активным субъектом построения будущего.

Список литературы

1. Ангелина, Э. А. Ценностно-смысловые ориентации и представления о временной перспективе у военнослужащих срочной службы / Э. А. Ангелина // Травматерапия. Преодоление последствий психотравмирующих событий : сборник научных работ конференции, Донецк, 21–22 марта 2025 года. – Донецк: ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», 2026. – С. 20-27. – EDN ISUUUP.
2. Заболотько, А.А. Деформация устойчивого смыслового образования и ее отличие от трансформации в переживании ситуации жизненного кризиса / А.А. Заболотько, Л.А. Дятлова // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология, 2024. – Т. 7, № 3. – С. 20-33. – eISSN 2658-7165. - DOI: 10.23947/2658-7165-2024-7-3-20-33 (дата обращения: 30.09.2026).
3. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев // 4-е изд., испр. и доп. – Москва: Смысл, 2019. – 584 с. – ISBN 978-5-89357-385-5.
4. Поддьяков, А.Н. Преднамеренное создание трудностей и совладание с ними [Электронный ресурс] / А.Н. Поддьяков // Психологические исследования: электрон. науч. журн., 2008, № 1(1). – URL: http://psystudy.ru (дата обращения: 25.09.2026). – EDN: KWHOPL.
5. Ромм, М.В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект / М.В. Ромм. – Новосибирск: Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 2002. – 275 с. – ISBN 5–02–031862–0. – EDN: SCYMFX.
6. Тамасханова, Х.Х. Роль отношения к неопределенности в выборе адаптивных стратегий и их реализации: сравнительный анализ на выборке студентов и педагогов / Х.Х. Тамасханова, Т.Н. Щербакова // Инновационная наука: Психология, Педагогика, Дефектология. – 2024, 7(4). – С. 74–83. – DOI: 10.23947/2658-7165-2024-7-4-74-83. – EDN: OOKXJN.

УДК 159.97:616.21

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОБОНЯТЕЛЬНОЙ ДИСФУНКЦИИ И ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНОЙ СИМПТОМАТИКИ

Аурсалиди А.О.
ФГАОУ ВО «Балтийский федеральный университет им. И. Канта», г. Калининград, РФ
reesally@mail.ru

Введение. Нарушения обоняния являются распространенным сенсорным расстройством и могут существенно влиять на качество жизни. По данным российского популяционного исследования, снижение обонятельной функции отмечали более 24% опрошенных [1]. Обоняние участвует не только в восприятии окружающей среды, но и в регуляции пищевого поведения, формировании эмоциональных реакций и эмоционально окрашенной памяти. Современные исследования свидетельствуют о взаимосвязи нарушений обоняния с эмоциональным состоянием и выраженностью тревожно-депрессивной симптоматики. Однако направление и механизмы этой взаимосвязи остаются недостаточно определенными. Изучение связи обонятельной дисфункции с психоэмоциональным состоянием представляет научный интерес для совершенствования подходов к клиническому скринингу и медико-психологической реабилитации.

Цель исследования. Обобщить современные данные о взаимосвязи нарушений обоняния с тревожными и депрессивными проявлениями, рассмотреть возможные механизмы этой взаимосвязи и перспективные направления медико-психологической коррекции.

Основная часть. Современные исследования свидетельствуют об ассоциации между снижением обонятельной функции и депрессивной симптоматикой. Выявлено, что у пациентов с депрессией отмечались более низкие показатели обонятельной функции по сравнению с контрольными группами [2]. Аналогичная взаимосвязь прослеживается и в отношении тревожной симптоматики: в исследовании у молодых взрослых с генерализованным тревожным расстройством нарушения обоняния коррелировали с тяжестью тревожных проявлений [3]. Обонятельная система имеет тесные анатомические и функциональные связи со структурами, участвующими в эмоциональной регуляции, включая миндалевидное тело, гиппокамп, переднюю поясную и орбитофронтальную кору. Перекрытие нейронных систем, участвующих в обработке обонятельной и эмоционально значимой информации, позволяет предположить наличие общих патогенетических механизмов, связанных с обонятельной и депрессивной симптоматикой. Вместе с тем направление причинно-следственной связи между нарушениями обоняния и проявлениями депрессии и тревоги остается недостаточно определенным:

тревожно-депрессивные состояния могут сопровождаться нарушениями обонятельного восприятия, но и сам сенсорный дефицит потенциально способен способствовать эмоциональному неблагополучию, снижению качества жизни и усилению тревоги и ангедонических проявлений.

Данные о временной последовательности этих состояний также представляют интерес. Eliyan et al. выявили, что исходная обонятельная дисфункция у пожилых участников исследования была ассоциирована с более чем двукратным увеличением шансов последующего возникновения частых депрессивных симптомов в будущем; при анализе обратного направления аналогичной связи выявлено не было [4]. У пациентов с длительно сохраняющейся постковидной обонятельной дисфункцией тяжесть обонятельных нарушений также была связана с выраженностью тревожной и депрессивной симптоматики [5]. Эти данные позволяют рассматривать обонятельную дисфункцию как потенциальный клинический маркер психоэмоционального неблагополучия. Однако ее прогностическая и скрининговая ценность требует дальнейшей проверки в продольных исследованиях с учетом возраста, сопутствующих заболеваний и других факторов, способных влиять на эмоциональное состояние.

Одним из подходов к восстановлению обонятельной функции является обонятельный тренинг, основанный на регулярном предъявлении пациенту определенного набора запахов. В отдельных исследованиях улучшение обонятельной функции на фоне тренировок сопровождалось снижением выраженности депрессивной симптоматики [6]. Есть данные о снижении тревожной и депрессивной симптоматики при использовании ароматерапии, однако результаты исследований неоднородны и во многом зависят от применяемых методик [7]. Перспективным направлением дальнейших исследований может стать сочетание обонятельного тренинга с психологической поддержкой, позволяющее учитывать не только степень нарушения обоняния, но и индивидуальную реакцию пациента на сенсорный дефицит. Необходимы дальнейшие исследования, оценивающие, сопровождается ли восстановление обонятельной функции устойчивым улучшением психоэмоционального состояния и каким пациентам такой комплексный подход может быть наиболее полезен.

Заключение. Обонятельная функция связана с нейрональными механизмами эмоциональной регуляции, а ее нарушения ассоциированы с тревожно-депрессивной симптоматикой и снижением качества жизни. Эта взаимосвязь, вероятно, носит многофакторный и двусторонний характер: сенсорный дефицит может ограничивать восприятие эмоционально значимых стимулов и ухудшать качество жизни, тогда как тревожно-депрессивные состояния способны влиять на обработку обонятельной информации. Обонятельный тренинг и психологическая поддержка представляют перспективные направления комплексной реабилитации пациентов, эффективность которых нуждается в дальнейшей оценке.

Список литературы

1. Добрецов, К.Г. Распространенность нарушений обоняния в российской популяции по результатам анкетирования / К. Г. Добрецов, Д. В. Каширский // Российская ринология. –2024. – Т. 32, № 3. – С. 189–194. – DOI: 10.17116/rosrino202432031189.
2. Kim, B.Y. Olfactory Function and Depression: A Meta-Analysis / B. Y. Kim, J. H. Bae // Ear, Nose & Throat Journal. – 2025. – Vol. 104, no. 1. – P. 39–46. – DOI: 10.1177/01455613211056553.
3. Association Between Anxious Symptom Severity and Olfactory Impairment in Young Adults with Generalized Anxiety Disorder: A Case-Control Study / X. Chen, W. Guo, L. Yu [et al.] // Neuropsychiatric Disease and Treatment. – 2021. – Vol. 17. – P. 2877–2883. – DOI: 10.2147/NDT.S314857.
4. Olfactory Dysfunction Predicts the Development of Depression in Older US Adults / Y. Eliyan, K. E. Wroblewski, M. K. McClintock, J. M. Pinto // Chemical Senses. – 2021. – Vol. 46. – Art. bjaa075. – DOI: 10.1093/chemse/bjaa075.
5. Louvrier, M. Psychological Distress in Patients with Long-lasting COVID-19 Olfactory Dysfunction / M. Louvrier, S. Saussez, J. R. Lechien // Journal of Otolaryngology – Head & Neck Surgery. – 2025. – Vol. 54. – Art. 19160216251328960. – DOI: 10.1177/19160216251328960.
6. Olfactory Function and Symptoms of Depression Change with Olfactory Function / A. Sabiniewicz, L. Hoffmann, A. Haehner, T. Hummel // Scientific Reports. – 2022. – Vol. 12, no. 1. – Art. 5656. – DOI: 10.1038/s41598-022-09650-7.
7. Effect of Rosmarinus officinalis Essential Oil on Anxiety, Depression, and Sleep Quality / P. A. A. Alvarado-García, M. R. Soto-Vásquez, L. E. Rosales-Cerquin [et al.] // Pharmacognosy Journal. – 2023. – Vol. 15, no. 2. – P. 343–349. – DOI: 10.5530/pj.2023.15.52.

УДК 159.947

СЕМЕЙНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ СИЛОВЫХ СТРУКТУР

Вильдгрубе С.А., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0006-2901-6120
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
S.Vildgrube@mail.ru

Служба в силовых структурах требует повышенной концентрации внимания, эмоциональной устойчивости и готовности действовать в условиях опасности и неопределенности. Среди множества факторов, которые оказывают непосредственное влияние на профессиональное удовлетворение и процесс самореализации сотрудников органов внутренних дел, ключевую роль играет семейная жизнь, которая обеспечивает психологическую устойчивость и поддерживает эффективность профессиональной деятельности личности.

Цель: исследовать семейное благополучие как условие успешности профессиональной деятельности сотрудников силовых структур. *Объект:* профессиональная деятельность сотрудников силовых структур. *Предмет:* семейное благополучие как условие успешности профессиональной деятельностью сотрудников силовых структур.

В исследовании приняли участие 40 сотрудников силовых структур (35 мужчин, 5 женщин), в возрасте от 25 до 50 лет.

Между показателями семейного благополучия и профессиональной деятельности сотрудников силовых структур выявлен ряд статистически значимых корреляций, рассмотрим полученные результаты последовательно по каждому показателю семейного благополучия.

Сплочённость в семейных отношениях обнаруживает положительные корреляции с интересом к работе (rs = 0,45; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,35; $p \leq 0,05$), уровнем притязаний (rs = 0,44; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью условиями труда (rs = 0,32; $p \leq 0,05$), профессиональной ответственностью (rs = 0,42; $p \leq 0,01$) и общей удовлетворённостью трудом (rs = 0,32; $p \leq 0,05$). Отрицательные связи выявлены с утомлением (rs = −0,32; $p \leq 0,05$), монотонией (rs = −0,38; $p \leq 0,05$) и пресыщением (rs = −0,34; $p \leq 0,05$). Полученные данные свидетельствуют о том, что высокая степень эмоциональной близости и интеграции членов семьи способствует формированию устойчивой профессиональной мотивации, повышению вовлечённости в деятельность и снижению выраженности негативных функциональных состояний. *Экспрессивность (эмоциональная открытость в семье)* положительно коррелирует с интересом к работе (rs = 0,37; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,47; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью условиями труда (rs = 0,33; $p \leq 0,05$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,49; $p \leq 0,01$), а также отрицательно − со стрессом (rs = −0,35; $p \leq 0,05$). Данные результаты указывают на то, что возможность свободного выражения эмоций в семейном пространстве выполняет регуляторную функцию, способствуя снижению стрессовой нагрузки и поддержанию позитивного отношения к профессиональной деятельности. *Конфликтность в семейных отношениях* обнаруживает отрицательные корреляции с удовлетворённостью достижениями (rs = −0,41; $p \leq 0,01$), профессиональной ответственностью (rs = −0,43; $p \leq 0,01$) и удовлетворённостью условиями труда (rs = −0,32; $p \leq 0,05$). Данные результаты свидетельствуют о том, что высокий уровень внутрисемейной конфликтности сопровождается снижением позитивного отношения к профессиональной деятельности и ослаблением чувства ответственности. Это подтверждает данные А.В. Гамаюновой, согласно которым семейные трудности оказывают непосредственное влияние на качество выполнения профессиональных обязанностей и мотивацию к службе [1]. *Независимость в семейной системе* положительно связана с интересом к работе (rs = 0,37; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью достижениями

(rs = 0,47; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью условиями труда (rs = 0,33; $p \leq 0,05$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,49; $p \leq 0,01$), а также отрицательно − со стрессом (rs = −0,35; $p \leq 0,05$). Это может свидетельствовать о том, что признание автономии каждого члена семьи способствует формированию внутренней устойчивости личности и эффективной саморегуляции в профессиональной сфере. *Ориентация на достижения в семье* положительно коррелирует с интересом к работе (rs = 0,42; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,41; $p \leq 0,01$), уровнем притязаний (rs = 0,46; $p \leq 0,01$) и общей удовлетворённостью трудом (rs = 0,47; $p \leq 0,01$), а также отрицательно – с пресыщением (rs = −0,34; $p \leq 0,05$) и стрессом (rs = −0,43; $p \leq 0,01$). Данные результаты указывают на то, что ценностная ориентация семьи на успех и результативность усиливает профессиональную мотивацию и снижает выраженность негативных функциональных состояний. *Интеллектуально-культурная ориентация семьи* положительно связана с интересом к работе (rs = 0,37; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,38; $p \leq 0,05$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,42; $p \leq 0,01$), а также отрицательно − с монотонией (rs = −0,38; $p \leq 0,05$). Это отражает влияние интеллектуально насыщенной семейной среды на поддержание познавательной активности и снижение субъективного ощущения однообразия в профессиональной деятельности. *Ориентация на активный отдых* положительно коррелирует с интересом к работе (rs = 0,41; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,36; $p \leq 0,05$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,46; $p \leq 0,01$), а также отрицательно − с монотонией (rs = −0,36; $p \leq 0,05$). Данный результат свидетельствует о роли восстановительных и рекреационных практик семьи в профилактике профессионального утомления и поддержании работоспособности. *Морально-нравственные аспекты семейных отношений* положительно связаны с интересом к работе (rs = 0,37; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,45; $p \leq 0,01$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,48; $p \leq 0,01$), а также отрицательно – со стрессом (rs = −0,36; $p \leq 0,05$). Это указывает на то, что ценностно-нравственная согласованность в семье способствует формированию устойчивых профессиональных установок, подкрепляет профессиональные ценности сотрудников силовых структур. *Организация семейной системы* положительно коррелирует с интересом к работе (rs = 0,39; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,35; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью условиями труда (rs = 0,36; $p \leq 0,05$) и профессиональной ответственностью (rs = 0,36; $p \leq 0,05$), а также отрицательно − с монотонией (rs = −0,42; $p \leq 0,01$). Данные результаты отражают значение структурированности семейной жизни для поддержания профессиональной устойчивости и снижения субъективного ощущения однообразия в деятельности. *Контроль в семейных отношениях* обнаруживает отрицательную корреляцию с удовлетворённостью

достижениями (rs = −0,35; $p \leq 0,05$). Тенденция к отрицательной связи с профессиональной ответственностью (rs = −0,29) не достигает уровня статистической значимости. Данный результат, по нашему мнению, может объясняться тем, что избыточная регламентация и жёсткий контроль в семье ограничивают автономию личности, препятствуют развитию внутренней мотивации и снижают удовлетворённость профессиональными результатами. *Общая удовлетворённость браком* положительно коррелирует с интересом к работе (rs = 0,43; $p \leq 0,01$), удовлетворённостью достижениями (rs = 0,37; $p \leq 0,05$), удовлетворённостью условиями труда (rs = 0,45; $p \leq 0,01$) и уровнем притязаний (rs = 0,34; $p \leq 0,05$), а также отрицательно – с монотонией (rs = −0,38; $p \leq 0,05$), утомлением (rs = −0,31; $p \leq 0,05$) и стрессом (rs = −0,31; $p \leq 0,05$). Данный результат подтверждает интегративную роль удовлетворённости браком как системного фактора профессионального благополучия.

Список литературы

1. Гамаюнова А.В. Взаимовлияние профессии и семейных отношений сотрудников правоохранительных органов (на примере полиции с. Волчихи, Волчихинский район, Алтайский край) / А.В. Гамаюнова // Студенческие научные исследования. – 2014. – № 4 [Электронный ресурс]. – URL: https://student.snauka.ru/2014/06/2232 (дата обращения: 07.10.2026).

УДК 159.923.5. – 053.6

ПЛЕЙЛИСТ КАК ИНСТРУМЕНТ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЗУМЕРОВ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОГО КРИЗИСА

Вилюжанина Т.А. канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0002-9808-1699
ФГБОУ ВО «Донецкая государственная музыкальная академия имени С.С. Прокофьева», г. Донецк, РФ
vilyuzhanina@mail.ru

Введение. Современный мир характеризуется масштабными социальными кризисами, а, следовательно, неопределенностью, нестабильностью, динамичностью. Под социальным кризисом в данном случае понимается совокупность длительных и субъективно значимых стрессогенных обстоятельств: неопределённость будущего, экономические трудности, социальная нестабильность, информационная перегрузка, пандемические последствия, вооружённые конфликты и связанные с ними переживания. Реальное жизненное пространство современного человека является транзитивным. Кризисная транзитивность — это специфическая шоковая ситуация, предъявляющая повышенные требования к эмоциональной устойчивости и жизнеспособности людей [5]. Человек не

может самостоятельно изменить экономическую ситуацию, политические события, информационную среду или глобальные процессы.

Особую роль в переживании кризиса, особенно для молодежи, играет виртуальная реальность, однако неопределенность социальной жизни перетекает в цифровой мир, проблемы безопасности которого становятся источником новых тревог. Возникает психологически значимый контраст: окружающий мир плохо контролируется – необходим поиск того, что контролируется очень хорошо. Роль дополнительного пространства, которое приводит к повышению эмоционального благополучия, могут выполнять музыкальные практики. «Итак, музыка предстает как действенный инструмент конструирования социума, активно формирующий наши социальные практики, эмоциональные состояния, перцепцию мира, когнитивные процессы» [2, с. 154].

Цель – анализ теоретических и эмпирических исследований проблемы эмоциональной саморегуляции молодежи с помощью музыки.

Основная часть. Для музыкальной культуры современности характерны поиски новых форм, синтез жанров, многообразие стилей, глубокая трансформация музыкальных практик под влиянием цифровой среды. Этот аспект особенно важен для поколения Z (14-24 года), чьё музыкальное потребление тесно связано с цифровыми технологиями [4].

Музыка для представителей поколения Z (зумеров) – это один из потоков в цифровом пространстве, связанный с видео-контентом, алгоритмами, трендами, стриминговыми сервисами, социальными сетями [4]. Плейлист молодого человека фактически является персонализированной эмоциональной средой. Создание плейлиста является высоко контролируемым процессом. Составляя плейлист, пользователь может сам выбрать: что, когда, сколько слушать; какие композиции объединить / исключить; какую эмоциональную последовательность создать. Именно эта возможность выбора особенно значима в ситуации кризиса, когда человек может ощущать потерю контроля над внешними обстоятельствами.

Сегодняшний плейлист зумера как феномен цифровой культуры может состоять из k-pop и j-pop, phonk, hyperpop, zxc-треков и переработанных версий хитов 80-х и 90-х [4].

Персональный плейлист можно рассматривать как инструмент эмоциональной саморегуляции, благодаря которому человек влияет на глубину, продолжительность, вектор собственных эмоциональных состояний. Саморегуляция не сводится к простому улучшению настроения. Она может включать поддержание уже существующего состояния или его изменение. Ритм способен влиять на уровень активации, мелодия – вызывать эмоциональные переживания, текст – актуализировать мысли и воспоминания, а знакомая композиция – возвращать человека к определённому жизненному периоду [3].

Возможность постоянно носить музыкальный контент с собой позволяет зумерам использовать плейлист для того, чтобы успокоиться, отвлечься, почувствовать себя понятым, пережить злость или, напротив, вернуть ощущение контроля. Один и тот же плейлист может выполнять совершенно разные психологические функции, например, функцию переключения внимания, эмоциональной валидации (подтверждение правомерности собственного эмоционального состояния), эмоциональной активации, стимуляции позитивных эмоций, улучшение общего эмоционального фона. Сама по себе музыка не определяет психологический результат, важно то, какую задачу она решает для конкретного человека: кому-то нужна активация действия, другому – снижение возбуждения / расслабление, третьему – эмоциональное погружение / осмысление [5]. Плейлист может помочь почувствовать ностальгию или вызвать воспоминания, связанные с определёнными моментами жизни. Для кого-то плейлист выступает своеобразным катализатором (может усиливать эмоции или, наоборот, смягчать их), для другого – средством для медитации и релаксации (пространство для уединения и восстановления внутреннего равновесия).

Следовательно, плейлист зумера является не универсальным набором «правильных композиций», а индивидуально подобранным инструментом саморегуляции.

В недавнем эмпирическом исследовании были выявлены изменения эмоциональных состояний подростков в процессе прослушивания плейлиста – от спокойствия к активности, от напряжения к разрядке, расслаблению и т.п., также происходит понимание своих актуальных переживаний и прояснение субъектной позиции по отношению к ним [6].

В результате другого исследования, выполненного в рамках феноменологического и герменевтического подходов, были получены данные, что музыка, являясь сегментом цифрового универсума, наполняет общественное сознание идеями, концепциями, образами, значениями, смыслами. Благодаря таким характеристикам, как «сетевой принцип и глобальные масштабы распространения» (по М.А. Антипову), музыка в интернет-среде не только влияет на пользователей виртуального пространства, но и становится формой социального конструирования реальности [1].

Заключение. Таким образом, музыка одно из мощнейших средств эмоциональной регуляции психической активности человека. Она развивает способность человека распознавать и управлять своими эмоциями, вызывать сильные эмоции и помогать справляться с переживаниями. Молодые люди выбирают определённые композиции в зависимости от своего текущего настроения или желаемого эмоционального состояния. Поэтому персональный плейлист можно рассматривать как инструмент для регуляции своего эмоционального состояния.

Список литературы

1. Антипов, М.А. Музыка как компонент цифрового универсума и форма социального конструирования реальности / М.А. Антипов // Электронный научный журнал «Наука. Общество. Государство». – 2024 – Т. 12, № 4. – С. 128–137. – DOI: 10.21685/2307-9525-2024-12-4-12 EDN: OLECBK http://esj.pnzgu.ru 128.
2. Благовещенская, У.П. Музыка, социум и конструирование реальности / У.П. Благовещенская // Гуманитарные науки. Вестник Финансового университета. – 2025. – №15(6). – С. 153-156. – DOI: 10.26794/2226-7867-2025-15-6-153-156.
3. Дунаева, В.А. Влияние музыкальных предпочтений на эмоциональное состояние молодёжи / В.А. Дунаева, С.С. Петрова // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. – 2024. – № 11 (100). - URL: https://scipress.ru/pedagogy/articles/vliyanie-muzykalnykh-predpochtenij-na-emotsionalnoe-sostoyanie-molodyozhi.html (дата обращения: 29.09.2026).
4. Исупова, Я. Эпоха пост-жанра: От фонка до k-pop – полный гид по музыке поколения Z / Я. Исупова // Интернет-ресурс. – URL: https://kanobu.ru/articles/epoha-post-zhanra-ot-fonka-do-k-pop-polnyij-gid-po-muzyike-pokoleniya-z-378519/?ysclid=mujvfm8r6l846898887 (дата обращения: 01.10 .09.2026).
5. Марцинковская, Т.Д. Переживание кризиса транзитивности в реальном и виртуальном пространствах: личностный и социальный контекст / Т.Д. Марцинковская // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». – 2022. – № 4. – С. 30-40. – DOI: 10.28995/2073-6398-2022-4-30-40.
6. Федосеева, А.М. Прослушивание музыки подростком как процесс опосредствования переживания / А.М. Федосеева, А.А. Кичигина, Т.Ю. Удалова // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2022. – № 4 (15). – С. 90-105. – DOI: 10.24412/2073-0861-2022-4-90-105.

УДК 37.015.3

ФОРМИРОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ПЕДАГОГОВ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РИСКОВ: НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД

Долганина В.В., канд. психол. наук, доц.,
Атаман Т.В.
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогической институт»,
г. Ставрополь, РФ
vera.dolganina@xmail.ru, atamantatana5@gmail.com

Введение. Современная образовательная реальность характеризуется множеством вызовов: цифровизация, регулярные реформы, последствия пандемии, социально-экономическая нестабильность и пр. В совокупности данные факторы создают серьезное психологическое напряжение, в том числе и для педагогов начальной школы. Их профессиональная деятельность требует не только психологической компетентности, но и высокого уровня эмоциональной устойчивости с целью эффективного совладания со стрессовыми ситуациями. Для многих педагогов снижение

стрессоустойчивости является предсказуемым результатом педагогической практики, отражающим устойчивые психоэмоциональные и интеллектуальные нагрузки профессии.

Актуальность проблемы обусловлена тем, что педагоги начальной школы образуют особо уязвимую группу, для которой совмещение особо профессиональной нагрузки с необходимостью высокого эмоционального включения создает риск хронического стресса, профессионального выгорания и ухудшения психофизиологических показателей здоровья [4]. В этой связи, особое значение приобретает поиск эффективных подходов к формированию стрессоустойчивости педагогов и одним из перспективных направлений является нейропсихологических подход.

Цель – на основе анализа теоретических исследований и современных вызовов образовательной среды (цифровизация, реформы, нестабильность) определить нейропсихологические механизмы и практические инструменты (кинезиология, телесные техники, рефлексия), способствующие развитию стрессоустойчивости и профилактике профессионального выгорания учителей начальных классов.

Основная часть. В отечественной науке стрессоустойчивость исследовалась в рамках системно-регулятивного подхода (В.А. Баранов и др.). В.А. Баранов в своих работах изучал стрессоустойчивость педагога как системное личностное образование, включающее теоретические и прикладные аспекты профессиональной деятельности [1].

Стрессоустойчивость понимается как интегративная характеристика педагога, включающая в себя эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Это сложное интегративное свойство личности, которое может быть повышено за счет системных изменений в личности и деятельности педагога на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях [3].

Современная система образования характеризуется множеством стрессогенных факторов, детерминирующих профессиональный стресс и оказывающих негативное влияние на эффективность профессиональной деятельности педагога [2]. К числу основных образовательных рисков можно отнести: цифровизация образования, требующая регулярного освоения новых технологий; непрерывные реформы и изменение нормативных требований; последствия пандемии, изменившие форматы взаимодействия с участниками образовательного процесса; социально-экономическая нестабильность.

Педагоги в этой системе вступают не просто носителями знаний, а «навигаторами эмоциональных бурь», что требует от них особого уровня психологической устойчивости [5].

Нейропсихологическая перспектива предлагает ценные теоретические и прикладные инструменты для понимания и развития стрессоустойчивости педагогов. Она помогает объяснить, как физическая

активность и образовательные стратегии могут поддерживать когнитивное здоровье педагогов при этом сохраняя эмоциональное равновесие.

Ю. Старова в своих исследованиях обосновывает интеграцию эмоционального интеллекта (для психоэмоциональной стабильности) и нейропрактик (для активизации внутренних ресурсов) в систему антикризисного управления образованием. Предложенная модель показывает, что нейропсихологические практики обладают значительным потенциалом в регуляции стрессовых ситуаций педагогов. Инструменты, основанные на нейропсихологическом подходе, помогают снизить эмоциональное выгорание, повысить стрессоустойчивость, улучшить приятие решений в кризисных ситуациях. В контексте нейропсихологического знания рассмотрим некоторые инструменты с целью «мягкого пробуждения» мозговых структур: кинезиологические упражнения, способствующие активизации межполушарного взаимодействия; нейродинамические физкультминутки, подключающие вестибулярный аппарат и обеспечивающие эмоциональную перезагрузку; телесно-ориентированные техники, направленные на снятие мышечного напряжения и нормализацию психоэмоционального состояния; рефлексивные практики, способствующие осознанию собственных эмоциональных состояний и развитию навыков саморегуляции.

На основе теоретического анализа можно выделить следующие педагогические условия, необходимые для развития стрессоустойчивости в профессиональной деятельности педагогов начальной школы: создание поддерживающей образовательной среды, включающей систему психологической поддержки педагогов; внедрение программ развития эмоционального интеллекта как основы для формирования стрессоустойчивости; использование нейропсихологических методов в системе повышения квалификации и профессионального развития педагогов; организация системы физической активности как эффективного средства повышения стрессоустойчивости; формирование навыков саморегуляции через развитие рефлексивных способностей и копинг-стратегий.

Заключение. Формирование стрессоустойчивости у педагогов начальной школы в условиях образовательных рисков представляет собой комплексную задачу, требующую интеграции различных подходов. Нейропсихологический подход открывает новые возможности для понимания механизмов стрессоустойчивости и разработки эффективных практических инструментов ее формирования.

Как показывают исследования, одним из перспективных направлений в работе с педагогами по стрессоустойчивости является интеграция нейропсихологических методов в систему профессиональной подготовки и повышения квалификации педагогов начальной школы.

Дальнейшие исследования должны быть направлены на долгосрочную оценку эффективности нейропсихологических программ, их маштабирование и адаптацию к различным образовательным учреждениям.

Список литературы

1. Баранов, А.А. Психология стрессоустойчивости педагога (Теоретические и прикладные аспекты) : диссертация … доктора психологических наук : 19.00.07 / Баранов Александр Аркадьевич. – Санкт-Петербург, 2002. – 405 с.
2. Васильченко, М.В. Феномен профессионального стресса в педагогической деятельности / М.В. Васильченко, Л.Д. Желдоченко // Мир науки. – 2017. – Т. 5. – URL: https://mir-nauki.com/PDF/43PSMN617.pdf (дата обращения: 15.07.2026).
3. Волков, А.А. Особенности стрессоустойчивости педагога / А.А. Волков, О.В. Чурсинова, Е.Д. Салгалов // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. – 2014. – № 6(45). – С. 244–248. – EDN TJRASL.
4. Зинатуллина, А.М. Роль стрессоустойчивости в профессиональном развитии работающих педагогов, продолжающих обучение во взрослом возрасте / А.М. Зинатуллина // Экстремальная психология и безопасность личности. – 2026. – Т. 3. – № 1. – С. 89-104. – DOI: 10.17759/epps.202603010.
5. Материалы сборника работ победителей методических разработок педагогов-психологов (авторские коллективы) образовательных организаций Краснодарского края «Лучшие психолого-педагогические программы и технологии в образовательной среде, 24 февраля по 31 марта 2025 г.» / под общей редакцией С. И. Андрющенко. – ГБОУ ИРО Краснодарского края, 2025. – 166 с.

УДК 37.015.3

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ И ТРЕВОЖНЫХ СОСТОЯНИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ВЫЗОВОВ

Долганина В.В., канд. психол. наук, доц., ***Новоселова Д.В.***
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогической институт»,
г. Ставрополь, РФ
vera.dolganina@xmail.ru, daradaradolr1509@mail.ru

Введение. На сегодняшний день ученые отмечают усиленный рост числа тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, низкой сопротивляемостью стрессу, эмоциональным и психологическим неблагополучием [6]. Так, обновленный Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования одной из задач образования видит сохранение здоровья обучающихся, в том числе, психологического. К числу наиболее уязвимой категории в отношении развития эмоционально-волевой сферы можно отнести возраст младшего

школьника. Именно в этом возрасте чаще всего младший школьник сталкивается с потоком травмирующих его неокрепшую психику событий: конфликты в семье, психологическая травля в школе, военные конфликты, насилие, стихийные бедствия и др. Все вышеперечисленное оставляет глубокий след, проявляясь в посттравматическом стрессовом расстройстве и хронической тревожности. Пожалуй, сложно в современном мире найти ребенка, который бы не сталкивался с травмирующими психику событиями, которые впоследствии нарушают эмоциональную регуляцию, провоцируют депрессию, тревогу, нарушают внимание, память и иные познавательные процессы. Все вышеотмеченное оказывает негативное влияние на школьную успеваемость, ведет к социальной изоляции и другим негативным последствиям. Тревожность может оказывать негативное влияние на когнитивное и эмоциональное развитие ребенка, а также на учебную мотивацию и успешность в учебной деятельности [6].

Несмотря на пристальное внимание исследователей к проблеме тревожности, многие ее аспекты применительно к младшим школьникам остаются наименее изученными. В частности, существует потребность в разработке и апробации эффективных и соответствующих возрастным особенностям методов коррекции. В этом контексте арт-терапия рассматривается как одно из наиболее перспективных и адекватных направлений психологической помощи. Б. Д. Карвасарский понимает под арт-терапией метод, направленный на психическую коррекцию и личностное развитие детей В его основе лежат художественные средства самовыражения, что позволяет наглядно отразить индивидуальные переживания и состояние ребенка. Арт-терапия предоставляет детям возможность выразить свои эмоции, чувства и переживания, что способствует диагностике душевных конфликтов и нахождению путей их разрешения [6]. Техники арт-терапии позволяют обойти внутренние защитные механизмы и активизируют внутренние ресурсы детей. Психологическая суть арт-терапии заключается в способности художественного процесса способствовать самовыражению ребенка, когда словесные коммуникации оказываются недостаточными [6]. Особая привлекательность применения арт-терапии в том, что она является естественным для ребенка видом деятельности, создавая безопасное пространство для выражения глубоко подавленных переживаний.

Цель данной работы состоит в теоретическом обосновании и анализе эффективности арт-терапии как средства коррекции посттравматических и тревожных состояний у детей младшего школьного возраста в условиях современных социальных вызовов, а также в систематизации научных подходов и практических методов работы в данной области.

Основная часть. Арт-терапия как самостоятельное направление психотерапии появилось в середине XX века, однако теория вопроса уходит

своими корнями в психоанализ, в частности в идеи К.Г. Юнга о символическом выражении бессознательного в творчестве.

В России становление арт-терапии связано с именами таких ученых как Е.М. Бурно, разработавшего метод терапии творческим самовыражением, Б. Д. Карвасарский, внёсший значительный вклад в развитие отечественной психотерапии и арт-терапевтических подходов, а также А.И. Копытин, который осуществил первую в России попытку обобщения основных принципов и приёмов использования арт-терапии в работе с детьми и подростками [1, 2, 5]. Так, А.И. Копытин и Е.Е. Свистовская подчеркивают, что, несмотря на тесную связь с лечебной практикой, арт-терапия во многих случаях имеет психопрофилактическую, социализирующую и развивающую направленность. Благодаря этому она может стать наиболее ценным и эффективным инструментом в деятельности образовательных учреждений, реабилитационных проектов и в социальной сфере [2]. Наиболее значимый вклад в разработку практических аспектов в работе с детьми внесла Л.Д. Лебедева, предложившая подробное, пошаговое описание модели арт-терапевтической сессии, которая может являться инструментом для эффективной работы с детьми. Структура занятия, предложенная ею, включает этапы настройки, актуализации визуальных, аудиальных и кинестетических ощущений, а также индивидуальной изобразительной деятельности, наиболее приемлема для школьной практики [3].

Многочисленные исследования обосновывают эффективность применения арт-терапевтических методов с целью снижения уровня тревожности, в том числе и у детей младшего школьного возраста. Как подчеркивают Л.В. Мамедова и А.А. Романова, арт-терапия позволяет ребенку выразить свои переживания посредствам творческой деятельности и символики, оказывает положительное влияние на стабилизацию эмоциональной сферы, помогает преодолевать различные страхи и др. [4].

Исследователи обращают внимание на цифровую арт-терапию. В работе Д.Б. Шуржуновой рассматриваются возможности цифровой арт-терапии в психологическом консультировании, её эффективность при работе с тревожными расстройствами, депрессией и ПТСР, а также преимущества цифровых методов перед традиционными формами арт-терапии в работе с детьми и подростками. Обзор, представленный Н.О. Олейник и Д.Б. Шуржуновой, подтверждает высокий терапевтический потенциал цифровых инструментов в работе с тревожными состояниями, депрессией и ПТСР у несовершеннолетних [7, 8]. Особого внимания заслуживает применение арт-терапии в работе с детьми, пережившими психологическую травму. Международные исследования убедительно демонстрируют, что творческие практики арт-терапии (музыка, танец, изобразительное искусство, драма, поэзия и др.) являются наиболее эффективными методами лечения ПТСР как у детей, так и у подростков по всему миру. По мнению ученых из Оксфордского университета, данные терапии предоставляют детям язык,

который способен выйти за пределы слов для осмысления собственной травмы» и помогают преодолеть барьеры, которые часто мешают детям общаться за пределами терапии или участвовать в ней.

Заключение. В условиях современных социальных вызовов отмечается большой рост тревожности и психологической травматизации, в том числе у детей. В этих условиях арт-терапия приобретает особую значимость как наиболее доступный, эффективный и гуманный метод психологической помощи. Дальнейшие исследования в этой области должны быть направлены на разработку стандартизированных арт-терапевтических программ для работы с детьми младшего школьного возраста, а также на изучение эффективности цифровых форматов арт-терапии и их интеграции в современную систему образования.

Список литературы

1. Бурно, М.Е. Терапия творческим самовыражением: клиническая терапия творчеством, духовной культурой / М.Е. Бурно // Консультативная психология и психотерапия. – 1999. – Т. 7. – № 1. – С. 19-42.
2. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская / изд. 2-е стер., изд. – Москва : Когито-Центр, 2010. – 197 с. – ISBN 978-5-89353-303-3.
3. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с. – ISBN 5-9268-0163-X.
4. Мамедова Л.В. Снижение уровня тревожности у детей младшего школьного возраста с помощью арт-терапии / Л.В. Мамедова, А.А. Романова // Управление образованием: теория и практика. – 2025. – Т. 15. – № 2-2. – С. 29-40. – DOI: 10.25726/a1371-3187-9563-t. – EDN NEDCLT.
5. Психотерапия: Учебник для вузов. 4-е изд. / Под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2012. – 672 с. – ISBN 978-5-459-01164-7.
6. Семакина, М.С. Психологические аспекты тревожности у детей разных возрастов / М.С. Семакина, Е.В. Евдокимова // Психология личностного взаимодействия в современном обществе: сборник материалов I Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Армавир, 12 апр. 2022 г.) / редкол.: И. В. Ткаченко [и др.]. – 2022. – Чебоксары: ИД «Среда», 2022. – С. 138-141. – ISBN 978-5-907561-25-0.
7. Олейник Н.О. Эффективность цифровой арт-терапии в терапии эмоциональных и травматических расстройств у несовершеннолетних: обзор современных исследований / Н.О. Олейник, Д.Б. Шуржунова // Наука и образование. – 2025. – Т. 8. – № 3. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/effektivnost-tsifrovoy-art-terapii-v-terapii-em otsionalnyh-i-travmaticheskih-rasstroystv-u-nesovershennoletnih-obzor-sovremennyh (дата обращения: 20.07.2026).
8. Шуржунова, Д.Б. Цифровая арт-терапия как инструмент работы с тревожностью, депрессией, посттравматическим стрессовым расстройством и ее особенности в работе с детьми и подростками / Д. Б. Шуржунова // Исследования молодых ученых : материалы CV Международной научной конференции, Казань, 20–23 июня 2025 года. – Казань: Молодой ученый, 2025. – С. 78-83. – EDN JRNFDV.

УДК 37.015.3

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО-ОПАСНОЙ СИТУАЦИИ

Долганина В.В., канд. психол. наук, доц., ***Сенькина Е.М.***
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогической институт»,
г. Ставрополь, РФ
vera.dolganina@xmail.ru, katya.senkina.16@bk.ru

Введение. В современном российском обществе проблема защиты детства и поддержки семей, находящихся в социально-опасной ситуации приобретает особую актуальность. Это связано с тем, что ежегодно увеличивается количество детей, находящихся в социально-опасной ситуации. «Несовершеннолетний, находящийся в социально опасном положении, – лицо, которое вследствие безнадзорности или беспризорности находится в обстановке, представляющей опасность для его жизни или здоровья либо не отвечающей требованиям к его воспитанию или содержанию, либо совершает правонарушение или антиобщественные действия» [10]. «Социально опасное положение несовершеннолетнего – это условия или совокупность условий, или обстоятельства, при которых вследствие безнадзорности или беспризорности ребенка возникает опасность наступления для него неблагоприятных последствий – обстановка: представляющая угрозу для его жизни и здоровья; нарушающая требования к его воспитанию или содержанию; при которой ребенок либо совершает правонарушение или антиобщественные действия» [10].

Младший школьный возраст является сензитивным периодом для формирования базовых личностных качеств социальных навыков и учебной мотивации. В данном возрасте закладываются основы отношения ребенка к себе, к окружающим, к учебной деятельности. Младшие школьники из семей, находящихся в социально-опасном положении, могут испытывать трудности в социальной адаптации, иметь повышенный уровень тревожности, сниженную самооценку, а также испытывать проблемы в общении со сверстниками и взрослыми.

Цель работы состоит в изучении теоретических и практических аспектов социально-психологических аспектов сопровождения младших школьников из семей, находящихся в социально-опасном положении, описании основных направлений, методов и форм такой работы, а также обосновании необходимости комплексного подхода к решению данной проблемы.

Основная часть. Социально-психологическое сопровождение представляет собой целостный и непрерывный процесс изучения, анализа,

формирования, развития и коррекции всех субъектов, попадающих в поле деятельности психологической службы или практического психолога [9]. Оно осуществляется в рамках целостной исследовательско-развивающей технологии в интересах оптимизации труда и жизни социальных субъектов, для наиболее полной реализации их творческого потенциала и поддержания комфортного психического состояния и наивысшей продуктивности [1]. Как отмечает О. В. Лозгачева, психолого-педагогическое сопровождение младших школьников из неблагополучных семей выступает особой формой поддержки и помощи ребенку в решении проблем развития, обучения, воспитания и социализации [2]. Важной особенностью социально-психологического сопровождения является его пролонгированный характер. Как подчеркивают специалисты, речь идет не о разовой консультации, а о длительном ведении ребенка и его семьи, направленном на глубокое восстановление – чтобы ребенок смог жить дальше, доверять миру и не возвращаться в травмирующее прошлое [8]. Социально-психологическое сопровождение открывает перспективы личностного роста, помогает человеку войти в ту зону развития, которая определяет его дальнейшее становление. Применительно к младшим школьникам из семей в трудной жизненной ситуации это означает создание условий для преодоления последствий неблагополучия и формирования адаптивных механизмов совладания с трудностями [5]. Дети из семей, находящихся в социально-опасном положении, имеют некоторые характерологические особенности, на которые необходимо опираться при организации системы социально-психологического сопровождения. В семьях, имеющих конфликтные, напряженные отношения, наблюдается повышенная тревожность у всех ее членов. Исходя из этого, родители и дети могут испытывать неудовлетворенность, дискомфорт, раздражение, что откладывается в дальнейшем в детском сознании в виде деструктивных родительских установок.

Социально-психологическое сопровождение младших школьников из семей, находящихся в социально-опасном положении, должно носить комплексный характер и включать в свое содержание несколько взаимосвязанных направлений: диагностическое, коррекционно-развивающее, консультативное, профилактическое и просветительское. Рассмотрим каждое из перечисленных направлений более подробно.

Диагностическое направление предусматривает выявление семейных и личных проблем ребенка, диагностика уровня его психологического благополучия, оценку ресурсов семьи и ребенка. Диагностика должна носить комплексных характер и включать изучение эмоционально-волевой сферы, личностных отношений, уровня тревожности, самооценки, учебной мотивации, а также анализ семейной ситуации в целом. *Коррекционно-развивающее направление* включает проведение индивидуальных и групповых занятий с детьми, направленных на коррекцию эмоциональных нарушений, развитие коммуникативных навыков, формирование адекватной самооценки,

преодоление школьных трудностей. Эффективными технологиями в этой работе являются социально-психологические тренинги, способствующие формированию положительного «образа Я». В ходе таких занятий дети могут удовлетворить безопасным способом свои потребности, реализовать положительные социальные роли восполнить недостаточный опыт [3]. *Консультативное направление* включает индивидуальные и групповые семейные консультации социально-психологической направленности. Психологическая помощь семье направлена на разрешение конфликтных ситуаций, укрепление детско-родительских отношений и формирование навыков эффективной коммуникации. Консультации проводятся индивидуально и в групповой форме с учетом потребностей и особенностей каждого члена семьи. *Профилактическое направление* предусматривает раннее выявление семейного неблагополучия, предупреждение социального сиротства, формирование у родителей ответственного отношения к воспитанию детей. Для работы с неблагополучными семьями должны создаваться многопрофильные службы сопровождения, в состав которых входили бы социальные работники, психологи, врачи-наркологи, помогающие семье преодолевать имеющиеся проблемы, обеспечивать ребенку нормальные социально-психологические условия жизни [4]. *Просветительское направление* включает информирование родителей и педагогов о психологических особенностях детей из неблагополучных семей, а также о правовых аспектах защиты прав ребенка.

Для эффективной индивидуальной работы с детьми, оказавшимися в сложной жизненной ситуации, социальному педагогу необходимо осуществлять тесное сотрудничество с психологом, классным руководителем, родителями, коллективом класса. Такой подход обеспечит сопровождение ребенка на всех этапах обучения в школе [6]. В последние годы разработано и апробировано значительное число программ социально-психологического сопровождения младших школьников из семей, находящихся в социально-опасной ситуации. Как показывает исследование Е. В. Пятковой, реализованная программа социально-педагогического сопровождения младших школьников, находящихся в социально-опасной ситуации, доказала свою эффективность и может быть использована в практике социального педагога и педагога-психолога в условиях образовательной организации [7].

Заключение. Таким образом, социально-психологическое сопровождение младших школьников из семей, находящихся в социально-опасной ситуации, представляет собой сложную и многогранную проблему, требующую комплексного подхода и межведомственного взаимодействия. Дальнейшие исследования в данной области должны быть направлены на разработку и апробацию новых технологий социально-психологического сопровождения, совершенствование системы раннего выявления семейного неблагополучия, а также на подготовку специалистов, способных эффективно работать с данной категорией семей.

Список литературы

1. Деркач, В.И. Оптимизация управления деятельностью персонала образовательных систем : На прим. учеб.-воспитат. Комплекса / Владимир Иванович Деркач // диссертация ... кандидата педагогических наук : 19.00.13. - Москва, 1997. – 205 с.
2. Лозгачева, О.В. программа психолого-педагогического сопровождения младших школьников из неблагополучных семей / О.В. Лозгачева // 30 лет Конвенции о правах ребенка: современные вызовы и пути решения проблем в сфере защиты прав детей : сборник материалов Международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 17 ноября 2020 года. – Екатеринбург: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2020. – С. 522-525. – ISBN 978-5-8050-0705-8. – EDN MMIHYK.
3. Малекова, Н.Ю. Эффективные технологии психолого-педагогического сопровождения воспитанников СРЦН из кризисных семей / Н.Ю. Малекова. – URL: https://urok.1sept.ru/publication/211217 (дата обращения: 25.07.2026).
4. Методическая рассылка № 3/2017 Семейное устройство детей в России: состояние, проблемы, перспективы. – URL: https://nacedu.by/assets/files/3-2017-metodicheskaya-rassylka-N-3-2017.pdf (дата обращения: 25.07.2026).
5. Осухова, Н.Г. Психологическое сопровождение личности в кризисных ситуациях: опыт эмпирического исследования : монография / Н.Г. Осухова ; Н.Г. Осухова. – Москва : Варсон, 2008. – 400 с. – ISBN 978-5-98568-060-7. – EDN QXXWMD.
6. Памятка «Организация сопровождения детей в трудной жизненной ситуации, взаимодействие с семьей». – URL: https://infourok.ru/pamyatka-organizaciya-soprovozhdeniya-detej-v-trudnoj-zhiznennoj-situacii-vzaimodejstvie-s-semej-7849266.html (дата обращения: 25.07.2026).
7. Пяткова, Е.В. Социально-педагогическое сопровождение младших школьников, находящихся в трудной жизненной ситуации [Электронный ресурс] : выпускная квалификационная работа бакалавра : 44.03.02 / Е. В. Пяткова. – Лесосибирск : СФУ; ЛПИ – филиал СФУ, 2023. – 69 с. – URL: https://elib.sfu-kras.ru/handle/2311/150460.
8. Региональный центр «Семья» : официальный сайт. – Тюмень, 2026. – URL: https://xn---72-qddb6beykh5b6eub.xn--p1ai/2026/02/18/специалисты-регионального-центра-с-4/ (дата обращения: 23.07.2026).
9. Словарь по профориентации и психологической поддержке. – URL: https://career_counseling_support.academic.ru/484/Социально-психологическое_сопровождение (дата обращения: 25.07.2026).
10. Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ (ред. от 28.12.2024) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» // Собрание законодательства РФ. – 1999. – № 26. – Ст. 3177. – URL: https://base.garant.ru/12116087/ (дата обращения: 23.07.2026).

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ КО ВРЕМЕНИ ПРИ ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВАХ

Ильина В.А., ORCID 0009-0004-3093-2455,
Забелина Е.В., д-р психол. наук, проф., ORCID 0000-0002-2365-6016
ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет», г. Челябинск, РФ
ilina.varya@mail.ru, katya_k@mail.ru

Введение. Тревожно-депрессивное расстройство (ТДР) представляет собой психопатологическое состояние, характеризующееся относительно равной выраженностью как тревожных, так и депрессивных симптомов [3].

Психологическое время представляет собой «индивидуальное переживание своего физического и духовного изменения в течение времени, представленного прошлым, настоящим и будущим в отрезке объективного времени жизни в контексте субъективного восприятия временной непрерывности индивидуальной жизни…» [2, с. 700]. Индивидуальное восприятие времени отражает то, с какой именно точки зрения человек видит собственную жизнь и окружающий его мир, а также определяет его поведение и эмоции через отношение (аттитюды) к прошлому, настоящему и будущему.

Временная перспектива является одним из главных компонентов личности, участвуя в обработке жизненного опыта, что реализует регуляторную функцию в поведении и деятельности человека. Развитие представлений о своей личности во временном аспекте играет значительную роль в формировании самосознания и саморегуляции [1, 2].

Гипотеза исследования: существуют статистически значимые различия в отношении ко времени у пациентов с тревожно-депрессивными расстройствами по сравнению с условно здоровыми людьми.

Данные о выборке. В исследовании добровольно приняли участие 32 пациента шестого отделения Областной клинической специализированной психоневрологической больницы №1 (г. Челябинск), с диагностированным тревожно-депрессивным расстройством в возрасте от 18 до 48 лет. Контрольную группу составили психически здоровые респонденты в количестве 31 в возрасте от 20 до 49 лет. Общий объём выборки составил 63 респондента. Генеральная совокупность выборки клинически верифицирована.

Целью данной работы является сравнительный анализ характеристик аттитюдов ко времени у пациентов с ТДР и условно здоровых испытуемых.

Методология и методы. Для проведения исследования была использована «Шкала аттитюдов ко времени» (Ж. Нюттен; адаптация К. Муздыбаева) (предназначена для исследования типов аффективно-

оценочного отношения личности к различным временным зонам). Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы Jamovi и Microsoft Office Excel 2021. Статистический анализ проводился с использованием критерия U-Манна-Уитни.

Научные результаты и обсуждение. Методика «Шкала аттитюдов ко времени» позволила оценить эмоциональное отношение респондентов к разным промежуткам времени. По шкале прошлого контрольная группа демонстрирует в среднем более жизнерадостное отношение (M=5,10; SD=1,17), чем пациенты (M=4,24; SD=1,4). Данная разница между группами является статистически значимой (p=0,009). Результат по этой шкале можно описать как тенденцию тревожно-депрессивных людей к негативному восприятию своего прошлого. Оно видится как череда сожалений и упущенных возможностей. Этот результат приобретает ещё более негативную окраску в связи с тем, что одним из симптомов ТДР являются руминации.

Разница в эмоциональной оценке настоящего между группами также оказалась крайне значимой (p<0.001). Пациенты ожидаемо оценивают настоящее также более негативно (M=3,86; SD=1,3). Данный результат подчеркивает довольно типичные симптомы ТДР: апатия, эмоциональный упадок и отчуждённость. Также можно заметить, что прошлое оценивается пациентами в среднем более позитивно, чем настоящее.

По отношению к будущему у группы пациентов наблюдаются баллы, похожие на баллы по отношению к настоящему (M=3,85; SD=1,8). Они также более негативны, чем у группы условно здоровых респондентов (M=5,73; SD=1,06). Данная разница является статистически значимой (p<0.001). Подобное отрицательное отношение к будущему также связано с рядом симптомов ТДР: отсутствие мотивации, состояние безнадёжности и катастрофизация.

По итогам рассмотрения результатов становится очевидным, что при ТДР наблюдается крайне негативная оценка всех трёх временных модальностей. Наиболее негативную оценку пациенты дают будущему (M=3,85), а наиболее позитивную – прошлому (M=4,24). Контрольная группа демонстрирует прямо противоположные результаты: наблюдается позитивное отношение ко всем трём временам, и будущее оценивается наиболее позитивно (M=5,73), что отражает надежду и веру в благоприятные события.

Заключение. Суммируя полученные в ходе исследования результаты, можно подвести итоги. Прежде всего, в ходе исследования было подтверждено, что структура психологического времени при ТДР обладает исключительно другим строением по сравнению с нормой. Результаты методики «Шкала аттитюдов ко времени» демонстрируют, что условно здоровые респонденты склонны к позитивным оценкам всех времён, что указывает на довольно сбалансированную временную перспективу.

Пациенты, напротив, оценили каждое время более негативно, что является отражением самой яркой симптоматики ТДР. Таким образом, у пациентов с ТДР обнаружено искажение в структуре временной перспективы, что проявляется как негативное отношение ко всем временным периодам.

В качестве интересных направлений для будущих исследований можно отметить изучение взаимосвязи психологического времени с временным фокусом и с субъективным возрастом.

Список литературы

1. Болотова, А. К. Время и личность. Временные измерения феноменов личности / А.К. Болотова, В. Д. Бекренев // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2007. – Т. 4, № 3. – С. 61-78. — URL: https://psy-journal.hse.ru/article/view/39775 (дата обращения: 08.10.2026).
2. Мухина, В.С. Личность: Мифы и Реальность: альтернативный взгляд, системный подход, инновационные аспекты. – 6-е изд., испр. и доп. – Москва : Нац. кн. центр, 2019. – 1159 с. – ISBN 978-5-4441-0281-7.
3. Тревожные расстройства // Всемирная организация здравоохранения : [сайт]. – URL: https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders (дата обращения: 11.01.2026).

УДК 159.09

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ СТИМУЛЯЦИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С ООП

Кацеро А.А., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-6398-7610
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, РФ
katsero@list.ru

Введение. Современные информационные технологии успешно используются в образования лиц с ограниченными возможностями здоровья (О.И. Кукушкина, Е.Ф. Легкая, М.С. Мелешкина и др.). Актуальность исследования обусловлена подбором средств для возможности развития внимания как базовой составляющей интеллектуальной деятельности у детей с особыми образовательными потребностями (ООП), проводимого с помощью не только традиционных методов, но и с использованием цифровых образовательных ресурсов, таких, как коррекционно-развивающие flash игры, интерактивные рабочие листы и др. Традиционные методы будут неизменно представлять собой просмотр материала, его повторение, оказание помощи, выполнение упражнений и исправление ошибок. Применение же, цифровых информационно-обучающих тестовых

систем, дистанционных технологий будет направлено на стимуляцию интеллектуальной деятельности, формирование и совершенствование высших психических функций в доступной (игровой) форме [3].

В результате анализа проблемы исследования было выявлено противоречие между необходимостью осуществления целенаправленной работы по развитию компонентов произвольного внимания у обучающихся с интеллектуальными нарушениями и недостаточной проработанностью современных цифровых психолого-педагогических методов и технологий развития произвольного внимания у лиц данной категории, определившее в дальнейшем **цель** нашего исследования.

Основной материал. Мы предположили, что разработка и применение в коррекционно-развивающей работе цифровых образовательных ресурсов, нацеленных на развитие у обучающихся с интеллектуальными нарушениями структурных компонентов произвольного внимания, в сочетании с традиционными методами будет способствовать улучшению устойчивости, объёма, распределения, переключаемости и концентрации данного познавательного процесса.

Теоретико-методологической базой исследования послужили: психологическая теория деятельности Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова, Ю.Б. Дормашева; концепции, предложенные П.Я. Гальпериным и С.Л. Кабыльницкой, в которых внимание рассматривается как функция умственного контроля за адекватностью протекания психических явлений; концепция внедрения компьютерных технологий в систему специального образования, разработанная в Институте коррекционной педагогики.

Использование информационных технологий в психолого-педагогическом процессе повышает способность к самообучению, саморазвитию, сокращает временные издержки на получение заданного результата и достижение коррекционно-развивающих целей [1]. В цифровой обучающей среде возможно использование трех вариантов технологий: «проникающая» технология (для дидактических задач); основная (наиболее значимая для реализации коррекционно-развивающей цели), монотехнология (для различных видов диагностики, мониторинга и др.).

Адаптация цифровых образовательных ресурсов, содержащих различные цифровые технологии для лиц с интеллектуальными нарушениями требует учёта специфики их познавательного развития. Например, упрощение интерфейса (крупные кнопки, минимизация отвлекающих элементов); визуальная поддержка (использование пиктограмм, анимированных подсказок); геймификация с постепенным увеличением сложности заданий для поддержания мотивации; многократное повторение материала в интерактивной форме для закрепления нейронных связей. Например, интерактивные тренажёры портала «Мерсибо» стимулируют устойчивость внимания через задания на звукопроизношение, где ребёнок должен длительно удерживать фокус на артикуляционных

упражнениях. Платформа «Российская электронная школа» предлагает уроки с адаптированным темпом подачи материала, что снижает когнитивную перегрузку.

Для лиц с интеллектуальными нарушениями полезны специализированные платформы: ГлобалЛаб (проекты с пошаговыми инструкциями и визуализацией этапов, развивающие распределение внимания); Яндекс. Учебник (курсы с инклюзивными модулями, включающими аудиосопровождение и упрощённые формулировки заданий) [2].

Учитывая вышесказанное, нами была разработана и апробирована программа для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, которая состоит из серии специально организованных коррекционно-развивающих занятий, составленных с учётом уровня развития участников коррекционных групп, их возрастных особенностей [2]. В специально организованной предметно-развивающей и цифровой среде стимулируются аттенционные способности, закрепляются навыки, полученные на коррекционно-развивающих занятиях. Задания программы позволят, и развивать, и, одновременно, отслеживать продуктивность произвольного внимания. Использовались динамические (подвижные) игры, проводимые с помощью мультимедийного интерактивного продукта. Цель таких игр, как общая, коррекционно-развивающая (повышение уровня произвольного внимания), так и дополнительная – обеспечение физиологических норм и требований, поддержание интереса, создание условий для смены деятельности, эмоциональной разрядки и положительного настроя на работу.

Оценка эффективности внедрения программы (рис.) проводилась на основании ряда специализированных показателей – рассматриваются такие характеристики интеллектуальной деятельности как способность длительное время удерживать внимание, уровень его концентрации, умение распределять и быстро переключать внимание, а также объём произвольного контроля.

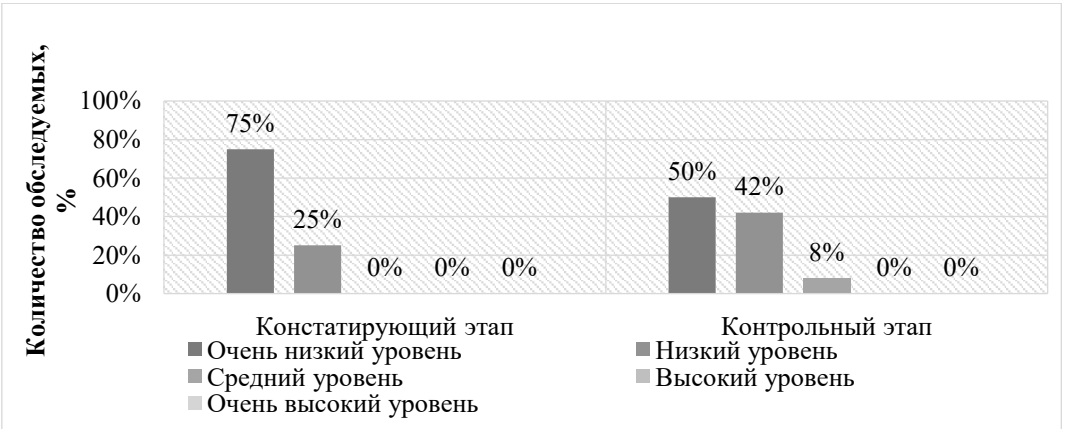

Рис. Сравнительный анализ процентного соотношения уровня произвольного внимания детей с ООП

Выводы. Указанные результаты примера использования информационных технологий свидетельствуют о степени совершенствования механизмов саморегуляции внимания детей с ООП, критически важных для успешности осуществления интеллектуальной деятельности.

Список литературы

1. Адиньяев, С. И. Возможности управления инновационными рисками в условиях цифровой трансформации образовательных организаций [Электронный ресурс] / С. И. Адиньяев // Приоритетные направления развития экономики России в условиях неблагоприятной среды. – Москва: ИД «Научная библиотека», 2023. – 138 с. – DOI: 10.36871/ek.up.p.r.2023.12.12.010.
2. Журавлева, А.О. К вопросу о разработке электронного контента для обучающихся с интеллектуальными нарушениями / А.О. Журавлева, А.А. Кацеро // Психолого-педагогическое сопровождение общего, специального и инклюзивного образования детей и взрослых : материалы IV Международной научно-практической конференции (Тула, 11 апреля 2024 г.) / науч. ред. С. Г. Лещенко; Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого. – Чебоксары: Среда, 2024. – С. 277-278. – ISBN 978-5-907830-22-6. – DOI 10.31483/a-10597. – EDN FZTJTZ.
3. Кукушкина, О.И. Применение информационных технологий в специальном образовании / О.И. Кукушкина // Тематическое приложение к журналу «Вестник образования». – 2003. – № 3. – Москва, 2003. – С. 67-78.

УДК 159.09

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ПРАКТИК В РАБОТЕ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ С НАРУШЕНИЯМИ ИНТЕЛЛЕКТА

Кацеро А.А., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-6398-7610,
Юрчишина К.С., ORCID 0009-0007-7181-2355
ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, РФ
katsero@list.ru, kristinazebeleva869@xmail.ru

Введение. Проблема детской тревожности является одной из наиболее актуальных в современной психолого-педагогической науке (Ч. Спилбергер, А.М. Прихожан, А.И. Захаров и др.). Особую актуальность она приобретает в младшем школьном возрасте, сенситивном для формирования личности, социальных навыков и эмоциональной саморегуляции, и в еще большей степени – у детей с нарушениями интеллекта [3;4]. Их тревожность имеет специфические проявления, связанные с особенностями когнитивного развития, трудностями понимания окружающего мира, саморегуляции, выражения чувств и повышенной зависимостью от взрослых [2]. Перспективным направлением коррекционно-развивающей работы

представляется применение арт-практик, позволяющих ребенку с умственной отсталостью выражать эмоции и чувства в невербальной форме, самовыражаться [1].

В результате анализа проблемы исследования было выявлено противоречие между необходимостью целенаправленной профилактики и коррекции тревожности у младших школьников с нарушениями интеллекта и недостаточной методической разработанностью и системным применением арт-практик в коррекционно-развивающей работе с данной категорией детей, что, собственно, определило цель нашего исследования.

Результаты исследования. Мы предположили, что использование в коррекционно-развивающей работе арт-практик, нацеленных на оптимизацию уровня тревожности у обучающихся с нарушениями интеллекта в сочетании с традиционными методами будет способствовать улучшению эмоционального состояния, снижению общей и ситуативной (в частности, школьной) тревожности, повышению способности к самовыражению и саморегуляции.

Теоретико-методологической базой исследования послужили: концепция личностной и ситуативной тревожности Ч. Спилбергера; психоаналитические взгляды на тревожность К. Хорни, З. Фрейда и А. Фрейд; когнитивные модели тревожности А. Бека и А. Эллиса; исследования детской тревожности А. И. Захарова, А. М. Прихожан. Вопросы использования арт-практик в работе с детьми с особыми образовательными потребностями рассматривались в работах А. И. Копытина, Е. А. Медведевой, И. Ю. Лебедевой, Л. Д. Лебедевой, И. И. Гуреевой, С. Г. Рыбаковой, В. А. Кулганова, Т. А. Добровольской.

Исследование проводилось на базе ГОУ ТО «Тульский областной центр образования». В нем принимали участие 12 младших школьников с нарушениями интеллекта (умственная отсталость в легкой степени), 9-11 лет. Полученные на констатирующем этапе данные представлены на рисунках 1 и 2.

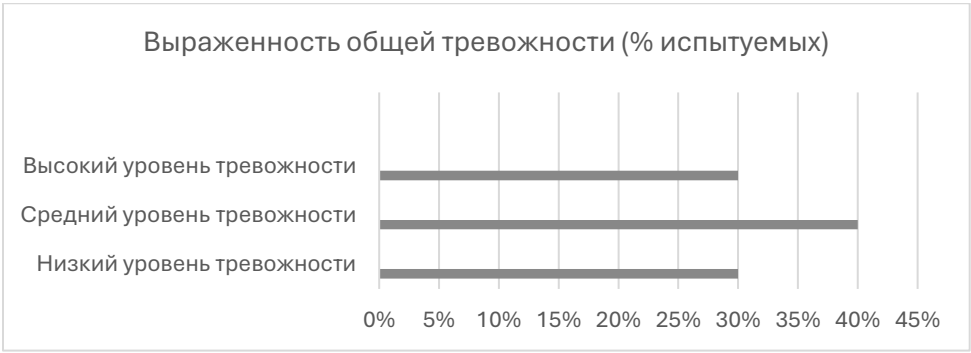

Рис. 1. Процентное соотношение уровня выраженности общей тревожности у младших школьников с УО

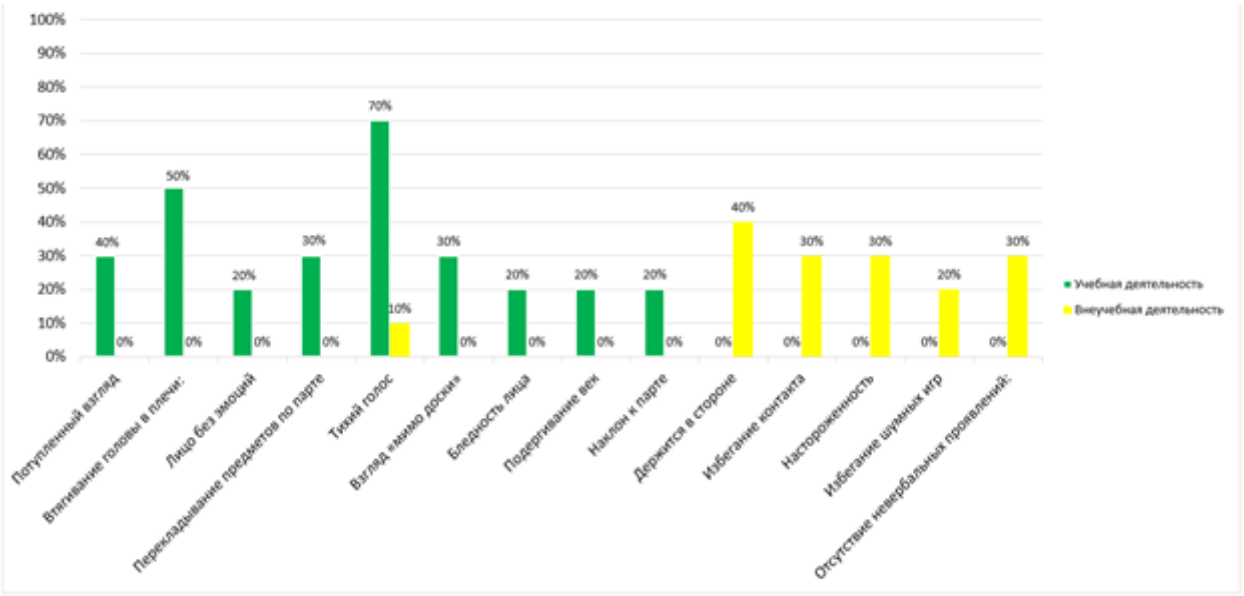

Рис. 2. Невербальные проявления тревожности младших школьников с УО (% испытуемых)

В формирующей части эксперимента была разработана и апробирована программа для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, состоящая из серии специально организованных коррекционно-развивающих занятий (всего – 12), составленных с учётом уровня развития участников коррекционных групп и их возрастных особенностей. По результатам констатирующего этапа в группе испытуемых выявлены дети, уровень тревожности которых отклоняется от нормативного. В связи с этим коррекционно-развивающая программа опиралась на принцип дифференцированного подхода. Содержание программы также позволяло отслеживать динамику эмоционального состояния испытуемых.

Использовались такие арт-практики, как рисование красками, карандашами, пастелью (автопортрет, рисование страха и его трансформация, роспись масок, коллективные панно и др.), коллажирование, работа с глиной, создание композиции на песке, разыгрывание сценок с куклами. Дополнительно в содержание занятий включались психогимнастические элементы, которые обеспечивали психоэмоциональную разрядку, поддержание интереса, смену деятельности и положительный настрой на работу.

Оценка эффективности внедрения программы проводилась на основании ряда показателей. Рассматривались такие характеристики как: выраженность общей тревожности, источники напряженности в типичных жизненных ситуациях, выраженность школьной тревожности, источники напряжённости в школьных ситуациях и знак эмоционального состояния.

Выводы. Полученные в ходе контрольного этапа эксперимента результаты, их количественный и качественный анализ, свидетельствуют об

эффективности разработанной программы, включающей средства арт-практик в сочетании с традиционными психолого-педагогическими методами. В тоже время мы считаем, что устойчивые изменения требуют продолжительной целенаправленной коррекционной работы с учётом специфики развития обучающихся с нарушениями интеллекта.

Список литературы

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. 248 с. – ISBN 5-7695-0561-3.
2. Кацеро, А.А. Развитие осознанной саморегуляции у младших школьников с ОВЗ / А.А. Кацеро // Современный образовательный процесс: актуальные вопросы, инновации, качество : материалы Междунар. науч.-практ. конф. (Краснодар, 27 нояб. 2025 г.) / науч. ред. М. Л. Шер; Кубанский государственный университет; Мозырский государственный педагогический университет им. И. П. Шамякина. – Чебоксары: Среда, 2025. – С. 425-428. – 1 CD-ROM. – Загл. с титул. экрана. – Текст : электронный. – ISBN 978-5-908083-33-1. – EDN OKWYRL.
3. Пилюгина, Е.И. Психологическая профилактика страхов и тревожности у детей младшего школьного возраста / Е.И. Пилюгина, О.В. Бережнова, Р.Н. Юндин // Гуманизация образования. – 2022. – № 4. – С. 131-142. – DOI 10.24412/1029-3388-2022-4-131-142. – EDN YHCZLT.
4. Пожидаева, Е. И. Тревожность младших школьников с легкой степенью умственной отсталости и нормотипичным развитием // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2025. – №4. – С. 118-125. – doi:10.24147/2410-6364.2025.4.118-125.

УДК 159.964.2

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ УЧАСТНИКОВ СВО

Ковальчишина С.В., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0002-5806-0380,
Палагута Н.В.
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
s.kovalchishina.dongu@mail.ru, natalia_palagut@mail.ru

Актуальность исследования обусловлена высокой психоэмоциональной нагрузкой, которой подвергаются участники специальной военной операции. Эта категория населения сталкивается с комплексом психических и эмоциональных трудностей, возникающих в условиях экстремальных обстоятельств, включая потерю близких, длительную разлуку, травматизацию в результате участия в боевых действиях, а также социальную нестабильность. Участники СВО часто испытывают высокий уровень стресса, тревожности и депрессивных

состояний, что в ряде случаев может приводить к формированию хронических нарушений психоэмоционального фона.

Современная психологическая практика сталкивается с необходимостью разработки комплексных программ помощи, учитывающих специфику экстремальных условий, в которых оказались участники СВО, и их индивидуально-психологические особенности. Эти программы должны включать методы диагностики, профилактики и коррекции психоэмоциональных нарушений, адаптированные к уникальному социальному контексту данной категории (О.А. Ульянина, Н.Н. Дмитриева, Р.А. Прокопишин). Психологическая поддержка в данном случае выполняет двойную функцию: снижает стрессовое воздействие и способствует формированию устойчивых моделей поведения, обеспечивающих адаптацию к гражданской жизни.

Цель работы – проанализировать особенности психологической коррекции психоэмоционального состояния участников СВО для усовершенствования психологической практики в этой области.

Исследование психоэмоциональной сферы человека всегда являлось предметом изучения как зарубежных (У. Джеймс, К. Изард, Р. Лазарус и др.) так и отечественных (Л.С. Выготский, А.Г. Ковалев, Е.П. Ильин и др.) ученых. Стоит отметить, что психические состояния являются многомерным явлением, оставаясь при этом сугубо индивидуальными, разнообразными и не всегда поддающимися рефлексии. Это и обусловливает наличие в научной литературе фрагментарных описаний и отсутствие единой теоретической концепции психических состояний.

Современные условия военных действий оказывают значительное психоэмоциональное воздействие на участников СВО. Экстремальные условия службы, риск для жизни, разлука с близкими, а также необходимость адаптации к новым социальным и бытовым реалиям формируют широкий спектр психологических проблем, включая тревожность, депрессивные состояния, эмоциональную нестабильность, аддиктивное и деструктивное поведение [2]. Эффективная коррекция психоэмоционального состояния этих категорий требует системного подхода, включающего диагностику, профилактику, психопросвещение, консультирование, психокоррекцию, направленную на восстановление личностных характеристик и эмоционального равновесия. Также стоит отметить, что стабилизирующим фактором психоэмоционального состояния участника СВО является грамотная поддержка членами его семьи [3].

Анализ реализуемой психокоррекционной работы с участниками СВО позволил выявить ряд определенных особенностей.

Как показывает практика, при реализации психокоррекционной работы стоит учитывать индивидуальные особенности комбатанта: характер полученной психологической боевой травмы военнослужащего (потеря сослуживцев, полученную инвалидность, наличие симптомов ПТСР),

кризис идентичности, трансформация паттернов поведения, наличие негативного стереотипа относительно психологической помощи, неоднозначное отношение социума.

Прежде чем приступить к оказанию психологической помощи, необходимо провести качественную диагностику психоэмоционального состояния комбатантов, которая не только помогает выявить его характер, но и сформировать мотивацию к дальнейшей психокоррекционной работе у самого участника СВО. Осознание личностных особенностей и симптомов, выявленных в результате диагностики, помогает комбатанту ориентироваться в собственных психологических состояниях и его причинно-следственных связях, что может способствовать снижению тревожности и неуверенности в себе.

Многие ученые и практики в этой области (Б.А. Веденский, А.Г. Караяни, Ю.М. Караяни, С.В. Ковальчишина, Е.Г. Максименко, Е.С. Павлова, И.М. Узянова, Н.Б. Чугунова, Т.А. Шнитко и др.) отмечают важность комплексного подхода в вопросе психокоррекционной работы с участниками СВО. Реабилитационные мероприятия показали, что психоэмоциональное состояние участников характеризуется положительной динамикой при комплексной терапии: снижались субъективные проявления тревожности, депрессии, раздражительности и эмоциональной напряженности, улучшалась способность к адаптивному реагированию, восстанавливались эмоциональные ресурсы [3]. Включение физиотерапевтических методов (в частности, трансэлектронейростимуляции) способствовало более выраженному уменьшению эмоциональной дисрегуляции и стабилизации психоэмоционального состояния [1]. Сочетание индивидуальных и групповых форм психологической работы позволяют военнослужащим выйти за рамки суженного субъективного восприятия себя, своего опыта, окружающей реальности, запускает процесс принятия и интеграции полученного опыта [2].

Важную роль играет квалификация и профессиональный опыт психологов, осуществляющих психокоррекционную работу. Во многом эффективность психокоррекционной работы зависит от набора профессиональных компетенций и опыта психолога. Чтобы помочь демобилизованному военнослужащему, психологу нужны знания и глубокое понимание специфики боевого стресса и травмы, опыт владения психологическими техниками и методами (КПТ, EMDR, телесно-ориентированная терапия, терапия принятия и ответственности, арт-терапия), сочетание чувствительности с эмоциональной устойчивостью, навыки профилактики викарной травмы, а также этика и высокий уровень принятия [2]. Отсутствие достаточной подготовки у специалиста может привести к тому, что психокоррекционная работа будет мало эффективной и поверхностной, что в свою очередь снизит доверие к психологической практике в работе с данной категорией граждан.

Таким образом психологическая коррекции психоэмоционального состояния участников СВО имеет свои особенности. Во-первых, эффективная психокоррекция требует комплексного подхода, включающего диагностику, индивидуальную и групповую психотерапевтическую и психокоррекцию работу с учетом индивидуальных особенностей участников СВО. Во-вторых, интеграция системного, когнитивно-поведенческого, игрового, арт- и телесно-ориентированного, духовно-ориентированного подходов обеспечивает комплексное воздействие на эмоциональное состояние, личностные ресурсы и навыки социальной адаптации. В-третьих, комбинирование индивидуальных и групповых форм работы позволяет учитывать особенности личности, повышать эффект взаимовлияния участников и создавать поддерживающую среду.

Список литературы

1. Грунина, Т.А. Реабилитация военнослужащих, участников СВО. Клинико-психологический аспект / Т.А. Грунина // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. – 2024. – № 1. – С. 17–20. – EDN: UTTNRI.
2. Ковальчишина, С.В. Оптимизация психических ресурсов военнослужащих в период реабилитации: опыт групповой психологической работы / С.В. Ковальчишина, Н.В. Палагута // Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека: материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Донецк, 05 декабря 2024) / М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Донецкий гос. ун-т, Каф. Психологии [и др.]; под общ. ред. А.В. Гордеевой, Э.А. Ангелиной. – Донецк: ДонГУ, 2024. – С. 181-186. – ISBN: 978-5-8281-1124-0. – EDN: YWFWZF.
3. Шемпелева, Н.И. Психологические ресурсы семьи как условие адаптации ветеранов (участников) специальной военной операции / Н.И. Шемпелева, И.В. Пестова, Н.И. Трифонова [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. – 2026. – Т. 23. – № 1. – С. 61–75. – URL: https://doi.org/10.17759/bppe.2026230104 (дата обращения 09.10.2026).

УДК 1:316.6

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОПАТОЛОГИЯ «ИСТЕРИИ»: ОПЫТ КУЛЬТУРОСООБРАЗНОГО АНАЛИЗА

Колосов Г.А., ORCID 0009-0004-6821-9364
Министерство здравоохранения Новосибирской области, г. Новосибирск, РФ
andreygan@duck.com

Введение. Социальный анализ с фокусом на социальную патологию был осуществлен К. Марксом и Э. Фроммом [1]. По нашим доводам, обращение к феномену истерии в рамках социальной психопатологии требует выхода за пределы сугубо клинической семиотики. В настоящей работе мы полагаем продуктивным рассмотреть историю истерии сквозь ту

же оптику, интегрируя концептуальный аппарат Карла Ясперса, эмпирические данные о современной «эпидемии» конверсионных расстройств и теоретические обобщения о природе психопатологии в эпоху постправды. Трансдисциплинарный синтез, опирающийся на педагогическую антропологию Песталоцци и Дистервега, культурно-историческую психологию Леонтьева и антропологическую педагогику Ушинского, позволяет, как нам представляется, увидеть в истерии не столько болезнь индивида, сколько феномен рассогласования между природными основами психического и культуросообразными формами его существования.

Теоретические предпосылки «материалистически», на наш взгляд, направленных положений природо- и культуросообразности в данном исследовании идут в методологической параллели с советской диалектико-материалистической школой психотерапии, которая в общем и в частности является фундаментом методологии рациональной психотерапии [2].

Цель исследования – концептуализация социального феномена истерии через природо- и культуросообразность в трансдисциплинарном синтезе.

Основная часть. С точки зрения К. Ясперса, понимающего психологию масс как «коллективную душу» людей, предпосылки историко-культурных традиций определяют поведение человека в массе и при массовых психозах, реализуясь в принципе «скептик становится верующим, честный человек – преступником, а трус – героем» [3]. Современные политико-культурные феномены отражают настроения постправды, где эмоциональные когниции фасилитируют сильнее исторической правды. В «Общей психопатологии» Ясперс в главе «Больная душа в обществе и истории» предлагает смотреть на душевные болезни через призму культуры, эпохи и «духа времени». Он разбирает исторические кейсы: «танцевальная чума» в Страсбурге (1518), эпидемии в монастырях, кликушество в России и охоту на ведьм. В каждом случае культурный контекст определял форму и содержание симптомов: то, что сегодня сочли бы истерией, тогда интерпретировалось как одержимость или сакральный опыт. Ясперс подчёркивает: культурная среда не просто сопровождает болезнь – она активно формирует её содержание; нельзя механически переносить современные диагнозы на прошлые эпохи. Ядро истерического характера – «стремление казаться больше, чем есть» – будучи укоренённым в природной данности индивида, реализуется исключительно в культурной среде, где истерические личности образуют общности со скоплением аномальных проявлений [3]. Эмпирическим подтверждением этой идеи служит вспышка массового диссоциативного (конверсионного) расстройства в Жанаозене (Западный Казахстан) в феврале-апреле 2015 года. В городскую больницу поступили девушки-подростки с судорогами неясной этиологии, которые в сознании горожан связали с вакцинацией

против кори. Специалисты (психиатры, психологи, антропологи) квалифицировали это как «массовую истерию» [4]. Комплекс факторов создал благоприятный фон: хронический социальный и травматический стресс (жёсткое деление на «нефтяников» и «прочих», трагические события декабря 2011 года), синдром жертвы и вторичная выгода, изолированность «пришлых» мигрантов (оралманов) и триггер в виде поступления девушек после вакцинации. Механизмы распространения включали эмоциональное заражение, панические слухи через интернет, влияние когнитивных схем и индивидуальную уязвимость (особенно у девушек с высокой внушаемостью и склонностью к диссоциативным реакциям). Конверсия работала как защитный механизм, переводя психологический конфликт в телесные симптомы, снижая интенсивность невыносимых эмоций [4]. Экстраполируя эти данные, мы утверждаем, что истерия – это нарушение соответствия между природными основами психического (чувствительность, внушаемость, потребность в признании) и культурными формами их удовлетворения. Когда культура блокирует легитимные каналы для реализации этих потребностей (как в Жанаозене, где социальная несправедливость и травма заблокировали нормальные механизмы совладания), психика находит обходной путь – конверсионные симптомы, становящиеся «языком тела». Ранее мы указывали на важную роль информационного воздействия при формировании психопатологии, особенно при высокой мотивации и диссоциации между временем переработки информации и её объёмом [5]. В эпоху постправды, когда информационный поток лавинообразен, а эмоциональные когниции доминируют над рациональными, эта диссоциация становится хронической. Массовая истерия предстаёт как коллективный ответ на информационную перегрузку и потерю смысловых ориентиров. Советская диалектико-материалистическая школа добавляет, что «стресс от неопределённости» всегда присутствует как скрытый спутник психической травмы, и чем сложнее вероятностная структура ситуации, тем более необходима работа с этой динамикой в терапевтических отношениях [2].

Заключение. Таким образом, история истерии с точки зрения природо- и культуросообразности предстаёт как история поиска баланса между природной данностью человека и культурными условиями его существования. Когда этот баланс нарушается – будь то в средневековой Европе, в революционные эпохи или в современном казахстанском городе – истерия (или её современные эквиваленты) становится коллективным симптомом этого рассогласования. По нашим доводам, социальная психопатология истерии требует не столько клинической интервенции, сколько восстановления культурно-исторической среды в материалистико-диалектической методологии, где природные основы психического могли бы найти осознанное выражение.

Список литературы

1. Дудко, Е.А. К. Маркс, Э. Фромм: человек и социум / Е. А. Дудко // Маркс и марксизм в контексте современности : Материалы международной научной конференции, посвящённой 200-летию со дня рождения К. Маркса (1818-1883), Минск, 26–27 апреля 2018 года / Ответственный редактор В.Ф. Гигин. – Минск: Белорусский государственный университет, 2018. – С. 131-135. – EDN YSSVZB.
2. Руководство по психотерапии [Текст] / под общ. ред. проф. В.Е. Рожнова. – Москва : Медицина, 1974. – С. 39-53.
3. Ясперс, К. Общая психопапатология / Карл Ясперс ; перевод с немецкого Левона Акопяна. – Москва : Колибри : Азбука-Аттикус, 2020. – 1055 с. – ISBN 978-5-389-15269-4. – Текст: непосредственный.
4. Молчанова, Е.С. Массовое диссоциативное расстройство в Жанаозене: предпосылки и механизмы формирования / Е.С. Молчанова, Ж.А. Жолдасова // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2015. – Т. 11. – № 4. – С. 135-150. – EDN VUDEEH.
5. Сетевая теория и постпсихиатрия: практическое исследование нарциссизма у студентов первого курса медицинского вуза / Г.А. Колосов, А.А. Овчинников, И.Ю. Климова [и др.] // Сибирский медицинский вестник. – 2020. – № 1. – С. 40-45. – EDN LJUUMA.

УДК 159.9

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ КАК МЕДИАТОР ДИНАМИКИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ПСИХОТРАВМЕ У ЖИТЕЛЕЙ ДОНБАССА

Набатова С.В., ORCID 0009-0004-7114-1481
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
sofya.nabatova@yandex.ru

Введение. Исследование социальных представлений о психической травме у жителей Донбасса приобретает особую значимость в контексте задач психологического сопровождения населения, длительное время находящегося в условиях военного стресса. Проведённый ранее опрос показал, что представления о травме включают как категории повреждения и нарушения целостности, так и представления об эффективных способах преодоления – поиске социальной поддержки и сознательном принятии опыта [5]. Однако остаётся нерешённым вопрос о механизмах, опосредующих связь между групповыми представлениями и индивидуальной способностью справляться с травматическим опытом. Классические модели травмы, разработанные для условий однократного или относительно завершённого травматического события, не в полной мере применимы к ситуации длящегося конфликта, где травма становится не эпизодом, а фоном жизни. Именно поэтому социальные представления о травме предлагается рассматривать не как медицинскую, а как

экзистенциальную категорию, укоренённую в ценностно-смысловой структуре личности.

Основная часть. Согласно структурному подходу к социальным представлениям, ядро представлений является стабильным, нерефлексируемым и коллективно разделяемым элементом, задающим «рамку чтения» любого травматического опыта, тогда как периферия обладает пластичностью и интегрирует индивидуальный опыт [1; 3]. Как было выявлено в исследовании ранее, социальные представления о травме у жителей Донбасса имеют специфическое ядро: «боль», «война», «потеря», «страх» [5]. Эти категории не являются исключительно негативными – за ними необходимо увидеть систему фрустрированных ценностей. Так, потеря может указывать на ценность установления взаимоотношений и взаимосвязи, страх – на ценность безопасности, а боль – на ценность телесной и душевной целостности. Периферия же фиксирует амбивалентность образа травмированного человека: от сочувствия до страха, от «сломленного» до «ищущего поддержку». Именно эта амбивалентность и является точкой потенциальной динамики представлений.

Можно предположить, что связь между социальными представлениями и жизнеспособностью не является прямой. Опосредующей переменной, вероятно, выступает ценностно-смысловая регуляция, операционализируемая через конструкт «смысл преодоления» – готовность интерпретировать травматический опыт не как финальную точку, а как этап жизненного пути. Теоретическими основаниями этого конструкта служат положения о том, что ядро жизнеспособности составляют именно смысловые образования, а не поведенческие навыки, а также о том, что реализуемость ценностей определяет их ресурсный или барьерный характер [2; 4]. Если в ценностно-смысловой системе личности присутствует «смысл преодоления», ядерные негативные категории не блокируют активность, а перерабатываются. При его отсутствии ядро закрепляет позицию «жертвы», и жизнеспособность принимает защитную форму (избегание, оцепенение, отказ от помощи).

Разрабатываемая модель предполагает различение двух форм жизнеспособности: защитной (сохранение гомеостаза через избегание, отрицание, сужение репертуара) и активной (восстановление через смыслообразование, принятие опыта, расширение репертуара). Переход между формами опосредован ценностно-смысловой регуляцией. Схематически предлагаемая модель может быть представлена следующим образом (рис.).

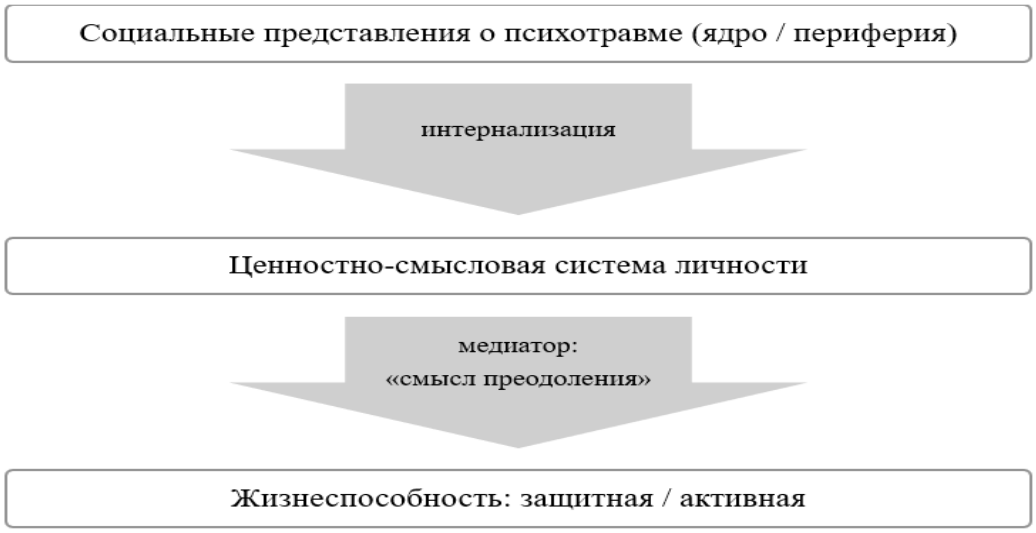

Рис. Ценностно-смысловая регуляция как медиатор связи социальных представлений о психотравме и жизнеспособности

В этом контексте принципиально важно разведение понятий «копинг» и «смысл преодоления»: если копинг отвечает на вопрос «как действовать», то смысл преодоления отвечает на вопрос «зачем действовать». В условиях длящегося травматического стресса, характерного для жителей Донбасса, именно второй вопрос становится определяющим.

Ключевая гипотеза исследования состоит в том, что «смысл преодоления» выступает опосредующей переменной (медиатором) связи между социальными представлениями о травме и уровнем жизнеспособности. Чем более выражен этот смысл, тем выше вероятность активной формы жизнеспособности, независимо от выраженности ядерных негативных ассоциаций. Разрабатываемая модель позволяет перейти от описания содержания социальных представлений к объяснению механизмов их влияния на жизнеспособность.

Заключение. На основе структурного подхода к социальным представлениям (Ж.-К. Абрик, Т.П. Емельянова) и концепции жизнеспособности (А.И. Лактионова, А.В. Махнач) разрабатывается модель, в которой ценностно-смысловая регуляция выступает опосредующим звеном между социальными представлениями о психотравме и формами жизнеспособности личности. Такое понимание механизма позволяет пересмотреть мишень психологической помощи: вместо симптоматической коррекции она смещается на смысловую переработку ядерных категорий травматического опыта.

Список литературы

1. Емельянова, Т.П. Социальные представления: История, теория и эмпирические исследования / Т.П. Емельянова. – Москва : Институт психологии РАН, 2016. – 476 с. – (Психология социальных явлений). – ISBN 978-5-9270-0314-3. – EDN WHACGR.

2. Махнач, А.В. Жизнеспособность человека и семьи : социально-психологическая парадигма / А. В. Махнач. – Москва : Институт психологии РАН, 2016. – 459 с. – ISBN 978-5-9270-0321-1. – EDN VZIWPX.
3. Московичи, С. Методологические и теоретические проблемы психологии / С. Московичи // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – №2. – С. 3–14.
4. Лактионова, А.И. Структурно-уровневый анализ феномена жизнеспособности человека / А.И. Лактионова // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. – 2017. – Т. 2. – № 4. – С. 106-133. – EDN ZXWTMN.
5. Набатова, С.В. Феномен психической травмы: историко-культурный анализ и социальные представления о травме // Учёные записки Института психологии РАН. – 2025. – Т. 5. – № 3(16). – С. 13–21. – DOI: 10.38098/proceedings_2025_05_03_03

УДК 159.9.072+88.93

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОСНОВАНИЕ СПОСОБНОСТИ СУБЪЕКТА К ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗА ЖИЗНИ

Некрасова И.И., канд. психол. наук, доц., ORCID 0009-0000-7510-0848
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», г. Донецк, РФ
inn1769@mail.ru

Постановка проблемы. Достижение счастливой жизни основывается на способности субъекта к установлению аутентичных и гармоничных жизненных отношений. Решение этой задачи, пролегая в русле психологии субъектности, закономерно отражается как прикладная цель в разных отраслях знания (психотерапии, консультирование, психокоррекция и т.п.), что и делает изучение психологического механизма трансформации образа жизни (ОЖ) *актуальной* практической задачей.

Способность к трансформации ОЖ – не врождённая черта, а психологическая функция самооптимизации жизненных отношений (искусство внутренней работы по «соотнесению наличного и неналичного» (М.Ш. Магомед-Эминов) [4], которая может быть развита, нарушена или восстановлена. Данная функция может рассматриваться как психологическая работа личности по преобразованию своей жизни, что, согласно М.Ш. Магомед-Эминову, вынуждает саму личность осуществлять преобразование самой себя на основе решения «самопоставленной» задачи по изменению своего жизненного уклада [4]. В контексте этого возникает необходимость построения общей концепции трансформационного механизма ОЖ субъекта как осознанного изменения им модели своих жизненных отношений, что и определяет **цель** данной работы.

Методология и результаты теоретического анализа. В психологии любой перцептивный акт – это базовый процесс получения и первичной обработки сенсорных данных органами чувств. Это не просто пассивное

получение сигналов, а активная работа мозга, которая превращает физические стимулы в осмысленные образы, звуки или ощущения. Воспринятая единожды информация никуда не девается, поэтому новые стимулы всегда проходят через активное осмысление в контексте пережитого опыта, когда восприятие не просто фиксирует данные, а, интерпретируя, придает им новые смыслы (апперцепция). Апперцепция связывает новое с уже имеющимся у человека опытом, знаниями, убеждениями, эмоциями и текущим состоянием. Поэтому, перцепция формирует первичный смысло-сенсорный опыт жизни, а апперцепция придает направленную смысловую окраску вновь поступающим стимулам.

Аналогичные рассуждения мы находим у М.Ш. Магомед-Эминова, который разрабатывает понятие «внутренней работы» личности, как внутренней деятельности [4], указывая, что в такой работе человек не только отражает и осознает реальность, но и творит ее, создавая характерные для себя смысловые модусы реальности и модели жизненных отношений. Работая с деятельностью, связывающей человека с миром, сам субъект конструирует образ мира и осуществляет определенный способ бытия как форму существования. Вследствие этого, изменение образа жизни возможно только через активное восприятие, осмысление и взаимодействие с самой жизнью. Если апперцептивные процессы, являясь производной от перцептивных актов (первичный сенсорный и эмоциональный опыт личности), откладываются в психике в виде вторичного жизненного опыта, то способность оперировать вторичным опытом («опыт использования опыта») рассматривается нами как апперцептивный механизм трансформации (АМТ), который положен в основу способности субъекта к преобразованию своей жизни.

Поясним данный тезис подробно. С точки зрения психофизиологии, апперцепция формируется в результате использования первичного перцептивного опыта в процессе обработки последующих жизненных сигналов-вызовов, что, в свою очередь, также оседает в психике, однако, уже в виде вторичного сенсорно-эмоционального опыта (не в виде «чистых» его форм), так как является результатом восприятия через уже имеющийся первичный опыт. В соответствии с принципом «рефлекторного кольца», который Н.А. Бернштейн предложил в противовес классической «рефлекторной дуге» [1], на уровне нейронов в мозге существуют замкнутые контуры, где сигнал от «исполнительных» нейронов возвращается к «командным» через нейроны обратной связи (способность мозга посылать корректирующие сигналы). В контексте этого, субъективно окрашенное восприятие жизни формируется не столько как результат вторичного опыта, сколько как акт критического осмысления и переоценки продуктивности использования уже имеющегося вторичного сенсорно-эмоционального опыта (итог работы по «соотнесению наличного и неналичного»). Именно эта внутренняя психологическая работа и определяет дифференциацию отличий в понимании одного и того же

предмета у людей с разным уровнем развития ментальных и функциональных характеристик психики. В этой связи, представляется возможным говорить о том, что накопление данных многочисленных актов использования образов и понятий субъективно окрашенного восприятия как «опыта использования опыта» (АМТ), и составляет психологическую основу способности субъекта к изменению себя и своей жизни.

Представленная точка зрения находит свое отражение в трудах других авторов. Согласно А.М. Иваницкому, любой сигнал внешнего мира проходит сложный внутренний психофизиологический акт апперцептивной обработки первичного импульса, и не интерпретируется до тех пор, пока не будет идентифицирован в контексте личного субъективного опыта жизни субъекта вследствие чего психикой не будет сформирован идентификатор в контексте пережитого чувственного эмоционального опыта (гипотеза информационного синтеза А.М. Иваницкого) [2]. Это доказывает психофизиологическую правомерность существования АМТ как психологического основания работы человека со своим опытом и его способности к изменению ОЖ. В этой связи А.М. Иваницким дискуссионно поднимается проблема: насколько вообще правомерно объяснить движением нервных импульсов то, что мы ощущаем как цвет, звук, мысль или эмоцию. Ссылаясь на работы Ф. Крика и К. Коха, изучавших психофизиологические механизмы ощущений у испытуемых на предъявляемые стимулы и интерпретируя электрическую активность мозга в виде так называемых вызванных потенциалов (ВП), доказывается, что восприятие следует рассматривать как результат взаимодействия сенсорных и мотивационных факторов [3]. На основе вычисления корреляций физиологических и психологических показателей ВП показано, что существует *синтез* информации о физических и сигнальных свойствах стимула на нейронах проекционной коры. По сути, А.М. Иваницким был описан механизм информационного синтеза как кольцевого движения возбуждения в проекционной коре, что и доказало, что между восприятием стимула (ВП) и осознанием результата этого восприятия как субъективного сенсорного образа, находится функция психики по обработке поступающего в мозг сигнала структурами, отвечающими за «опыт использования опыта» [2]. В последние десятилетия в науке появилось много исследований, подтверждающих данную теорию (изучение топографии отелов мозга, входящих в «в круг ощущений» (Ф. Крик, И.П. Павлов, Дж. Эдельман); изучение ощущений как «первичного сознания» и доказанный эффект гамма-ритма ЭЭГ, возникающего примерно через 100 мс после стимула (В.Я. Сергин, П.В. Смирнов) и др.) [1, 3, 5]. Доказано, что интегральный сенсорный образ сигнала моделируется на основе долговременной и оперативной памяти на основе информации из мотивационных центров коры. Основой усвоения любого опыта выступают мнестические процессы психики, основанные на переработке вторичного перцептивного опыта и в дальнейшем на этой основе

накопления апперцептивного опыта («опыта использования опыта») как способности не только строить, но и трансформировать устойчивые модели жизненных отношений. Соответственно, способность субъекта к изменению ОЖ следует соотносить с его способностью рефлексировать над добытым опытом. Способность осознавать результаты использования своего опыта и возможность соотносить их с желаемой перспективой решения конкретной ситуации находится не только в основе обучения человека, но и в основе его способности к изменению себя и своей жизни.

Вывод. Вторичная апперцепция как «опыт использования опыта» находится в основе способности субъекта к трансформации ОЖ, когда новая информация и новые ситуации перестают «подгоняться» под старые схемы понимания и поведения, которые усилием внутренней «психологической работы» в точке столкновения старого и нового опыта начинают перестраиваться. Функциональными звеньями АМТ модели ОЖ являются формирование новых когнитивных схем, когнитивная реструктуризация и интеграция кризисного опыта. Психофизиологической основой АМТ является нейропластичность психики: рефлекторная проводимость и способность нейронов образовывать кольцевые нервные связи.

Список литературы

1. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность : [Сборник] / Н.А. Бернштейн; Изд. подгот. И.М. Фейгенберг; Под ред. О.Г. Газенко; [Послесл. О.Г. Газенко, И.М. Фейгенберга, с. 463-479; АН СССР]. – Москва : Наука, 1990. – 494 с. – ISBN 5-02-005234-5.
2. Иваницкий, А.М. Наука о мозге на пути к решению проблемы сознания. доклад члена-корреспондента ран А.М. Иваницкого // Вестник Российской академии наук. – 2010. – Т. 80. – № 5-6. – С. 447-455. – EDN MSQZQR.
3. Крик, Ф. Мысли о мозге / Ф. Крик // Мозг. Под ред. П.В. Симонова. – Москва : Мир, 1982. – С. 257–275. – URL: https://www.braintools.ru/article/2129 (дата обращения 03.10.2026).
4. Магомед-Эминов, М.Ш. Психика как работа / М.Ш. Магомед-Эминов // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2011. – № 4. – С. 92-108. – EDN OQQWND.
5. Сергин, В.Я. Нейронные механизмы сознательного восприятия: гипотеза автоотождествления / В.Я. Сергин // Нейроинформатика-2009 : XI всероссийская научно-техническая конференция. Лекции по нейроинформатике : по материалам Школы-семинара "Современные проблемы нейроинформатики" / Отв. ред. Ю.В. Тюменцев. – Москва : Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ», 2009. – С. 35-65. – EDN SCFXIN.
6. Эдельман, Д.М. Сознание: помнимое настоящее. Перевод И.А. Бесковой / Д.М. Эдельман // Психология и психотехника. – 2009. – № 7(10). – С. 62-71. – EDN TANMUF.

УДК 159.9

ПЕРЕЖИВАНИЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО КРИЗИСА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Фархутдинова Ю.Н., канд. психол. наук, доц., ORCID 0000-0002-2483-4355,
Вдовина О.А.
ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина», г. Нижний Новгород, РФ
julia82.06@mail.ru

Введение. В научной литературе феномен экзистенциального кризиса преимущественно освещен в рамках периода зрелости, для которого характерна переоценка жизненного пути, и в ситуации ухудшения макроэкономической обстановки, роста уровня тревожности приводит к обострению внутриличностных конфликтов. Студенческие годы являются периодом, когда в силу эмоциональной сензитивности наиболее интенсивно развиваются социогенные потребности человека, такие как самостоятельность, самопознание, автономность, сепарация, социальная активность, профессиональное самоопределение. Понимание роли экзистенциальных факторов способно создать благоприятные предпосылки для позитивного развития личности в будущем.

Основное содержание. Экзистенциальные психологи полагают, что развитие человека формируется через собственный выбор, а не через реализацию заложенного потенциала. Экзистенциальный анализ, введенный В. Франклом, а позднее развитом А. Лэнгле, трактует человека как существо, способное к самоопределению в областях, наделенных для него ценностным содержанием, а не только как продукт психических или средовых факторов. Экзистенциально-аналитическая парадигма в данном случае опирается на четыре взаимосвязанных принципа: экзистенцию (бытие), ценностные отношения, свободу выбора и ответственность (совесть). Все они ведут к центральной дефиниции – понятию «смысла» (логоса), объединяющему указанные измерения в единое целое [1].

В отечественной психологии к проблеме экзистенциальных кризисов обращались Б.В. Братусь, И.А. Васильев, Ф.Е. Василюк, Л.С. Выготский, Б.В. Зейгарник, В.А. Иванников, Д.А. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Е.В. Эйдман и др. В данном ключе кризис рассматривается как поворотный момент жизненного пути, который может способствовать скачкообразному росту личности. Изучение кризисных ситуаций позволяет глубже понять движущие силы личности и выработать умение направлять их в конструктивное русло. Как отмечает Г.А. Фофанова, экзистенциальный кризис можно охарактеризовать как состояние, при котором доминирующими являются чувство тревоги и ощущение выраженного

психологического дискомфорта, обусловленные столкновением личности с проблемой осмысления смысла собственного существования.

Анализ трудов Ф.Е. Василюка позволяет заключить, что переживание критической ситуации индивидом представляет собой динамический процесс, опосредованный переходом жизненного мира из одного онтологического состояния в иное, а именно: в новое состояние, изменение статуса и типа критической ситуации, а также содержательно-смысловая реконструкция [5].

В современной психологии значимым является понятие самоактуализации, которое впервые было введено немецко-американским нейрофизиологом К. Гольдштейном в начале двадцатого века. Ученый считал, что человек склонен актуализировать свои способности, которые определяются потребностями [2]. Среди деятелей, заложивших основу в представлении феномена самоактуализации, выделяют Дж. Бьюдженталь, Ш. Бюлер, К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, О. Хаксли. Отечественные психологи (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, Э.В. Галажинский, Л.А. Коростылева, С.Л. Рубинштейн и др.) также обращались к проблеме самоактуализации личности, однако в своих трудах использовали синонимичное понятие «самореализация» как показатель неких социальных основ. Обращаясь к трудам Н.В. Овчаренко, мы разграничим два смежных по смыслу понятия, проведя границу в их определениях. В своем исследовании, автор представляет самореализацию как особое проявление имеющихся у личности способностей в реальной жизни для самоутверждения [4, с. 141-144]. Самоактуализация же представляет собой развитие личностного потенциала, отражающего специфичные особенности человека. Получается, что самоактуализация всегда предшествует самореализации и является ее обязательным условием.

Согласно акмеологическому подходу Е.Е. Вахромова, самоактуализация представляет собой процесс перехода потенциальных характеристик в актуальные, обеспечивающий личностный и профессиональный рост, сопровождаясь при этом пиковыми переживаниями успеха и неудачи [3]. Студенческие годы выступают сензитивным периодом для формирования стрессоустойчивости и навыков преодоления трудностей. В этом контексте экзистенциальный кризис, возникающий в юношеском возрасте, закономерно встраивается в общую структуру процесса самоактуализации личности, выступая не случайным отклонением, а необходимым этапом онтогенетического развития.

Конструктивный потенциал кризиса проявляется именно там, где внешние требования сталкиваются с внутренними вопросами человека о смысле, запуская процесс самоанализа и поиска новых ценностей, построения целей и границ личной свободы. Условием продуктивного разрешения кризисного состояния станет принятие реальности таковой, какой она является – во всей ее полноте и осознание собственной

субъектности, что напрямую сопряжено с механизмами самоактуализации. Следовательно, экзистенциальный кризис юношеского возраста целесообразно интерпретировать как интегративный механизм, обеспечивающий переход личности на качественно новый уровень самопонимания, что подтверждает его фундаментальную роль в общей динамике личностного становления.

Выводы. Изучение экзистенциального кризиса в юношеском возрасте имеет высокую практическую значимость для разработки психологических программ по адаптации к изменяющимся условиям мира. Основным моментом выступает категория связи индивида с окружающим миром, а также система взаимосвязей внутри самого этого мира. Установлено, что самоактуализация представляет собой более узкое понятие, отражающее внутреннюю предпосылку самореализации как развернутого во времени процесса. При этом самоактуализация рассматривается как имманентный процесс раскрытия потенциала, тогда как самореализация – как его социально ориентированный продукт, предполагающий презентацию результатов активности. Перспективным направлением дальнейших исследований выступает эмпирическая верификация на студенческой выборке теоретического базиса и установление корреляций между переживанием кризиса и динамикой самоактуализации личности в юношеском возрасте.

Список литературы

1. Берберян, А.С. Взаимосвязь экзистенциальной исполненности и тревожности у молодежи / А. С. Берберян // Ярославский педагогический вестник. – 2023. – № 2(131). – С. 109-118. – DOI 10.20323/1813-145X_2023_2_131_109. – EDN PEACSL.
2. Василюк, Ф.Е. Типология переживания различных критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 5. – С. 104-114. – EDN FZVBFN.
3. Вахромов, Е.Е. О динамике концептуальных подходов к феномену самоактуализации / Е. Е. Вахромов // Мир психологии. – 2005. – № 3(43). – С. 40-51. – EDN BYNYCH.
4. Овчаренко, Н.В. Сравнительный анализ понятий "самореализация" и "самоактуализация" как составляющих категориального аппарата философии образования / Н. В. Овчаренко // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – 2015. – № 3-3(53). – С. 141-144. – EDN TPJVGT.
5. Deci E.L. and Ryan R. The General Causality Orientations Scale: Self-Determination in Personality in Research in Personality, 1985. – Vol. 19. - № 2. – P. 109-134.

УДК 159.9

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН С ДИАГНОЗОМ «БЕСПЛОДИЕ»: ОБЗОР СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Шебанова В.И., д-р. психол. наук, проф., ORCID 0000-0002-1658-4691,
Комисарчук А.Н., ORCID 0009-0001-7632-0372
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет», г. Херсон, РФ
v1talia.sh@yandex.ru, anna251187@bk.ru

Введение. На сегодняшний день проблема бесплодия затрагивает значительное число семей. Согласно оценкам Всемирной организации здравоохранения от 2023 года, бесплодие диагностируется у 17,5% пар репродуктивного возраста, то есть примерно у каждой шестой пары [7]. Неспособность к зачатию негативно влияет на качество жизни, снижает социальную адаптацию, способствует развитию психических расстройств и может стать причиной распада семьи. Диагноз «бесплодие» особенно остро воспринимается женщинами, поскольку одна из их ключевых социальных ролей тесно связана с материнством.

Цель исследования – анализ современных исследований, описывающих психоэмоциональное состояние женщин с диагнозом «бесплодие».

Гипотеза исследования: диагностирование бесплодия выступает для женщины источником глубокого психоэмоционального кризиса, проявляющегося в устойчивых негативных эмоциональных состояниях, трансформации самовосприятия и нарушении социальных и семейных отношений.

Основная часть. Проблема психоэмоционального состояния женщин с диагнозом «бесплодие» обладает высокой актуальностью, что обусловливает многоаспектный подход специалистов к её изучению. Анализ литературы позволяет выделить несколько тематических направлений в исследованиях данного феномена.

Эмоциональные реакции и невротические проявления. Большинство авторов указывают на выраженные эмоциональные нарушения. Л.А. Клейменова отмечает, что у бесплодных женщин показатели личностной тревожности находятся на высоком уровне, что подтверждает наличие невротического конфликта с эмоциональными срывами. Также наблюдается снижение энергичности, повышенная утомляемость, нарушения сна и когнитивных функций, утрата либидо и фрустрация [5]. В.В. Васильева, Т.Л. Боташева и Е.В. Железнякова подчёркивают, что постановка диагноза «бесплодие» становится для женщины серьёзным стрессом. Среди наиболее часто испытываемых эмоций они выделяют

неуверенность в будущем, разочарование, тревогу, страх, гнев и напряжение [1, с. 39].

Трансформация самовосприятия и самооценки. Ряд исследователей акцентируют внимание на изменении отношения женщины к себе. Я.Ю. Восканян, О.С. Васильева выявили, что отсутствие детей сопровождается рядом негативных переживаний: потерей контроля над собственным телом, психологической пустотой вследствие нереализованного материнского инстинкта, ощущением социальной изоляции, чувством неполноценности. Эти факторы приводят к фрустрации и снижению самооценки [2]. В.Н. Сазонова и Е.С. Снегирева подчёркивают, что неудовлетворённая потребность в детях провоцирует внутренний дискомфорт, дисбаланс психоэмоционального состояния, ощущение личной неполноценности и «социальной несостоятельности». Невозможность иметь ребёнка рассматривается как тяжёлая эмоциональная травма, вызывающая глубокие переживания [6, с. 254].

Социальная изоляция и семейные отношения. О.Н. Дементьева указывает, что неопределённость репродуктивного статуса препятствует реализации мотива материнства, приводит к хроническому нервно-психическому напряжению, снижению адаптационных возможностей и дисгармонии в семейных отношениях – как духовной, так и сексуальной [3]. Я.Ю. Восканян, О.С. Васильева также отмечают одиночество из-за отсутствия эмоциональной поддержки и неудовлетворённость социальной ролью [2].

Личностные черты и защитные механизмы. Е.Н. Киселёва и Я.В. Рябец указывают на то, что у женщин с диагнозом «бесплодие» часто наблюдаются нерешительность, пугливость, неуверенность, напряжённость, инертность, пассивность, безынициативность и апатичность, а также подавленность. У них возникают сложности с постановкой целей на будущее и наблюдается неудовлетворённость текущей жизнью [4]. В.Н. Сазонова и Е.С. Снегирева дополнительно выявили противоречия между «Я-реальным» и «Я-идеальным», а также преобладание таких механизмов психологической защиты, как замещение, компенсация и реактивные образования, что проявляется в инфантильных и дезадаптивных реакциях на стресс [6].

Специфика бесплодия неясного генеза. Отдельного внимания заслуживает группа женщин с бесплодием неясного генеза. В.Н. Сазонова и Е.С. Снегирева подчёркивают, что отсутствие чёткой медицинской причины усугубляет чувство неопределённости и хроническое напряжение, а также способствует формированию дезадаптивных форм реагирования [6]. Данная категория пациенток требует особого психологического сопровождения, поскольку невозможность получить однозначный медицинский ответ усиливает тревогу и ощущение утраты контроля над ситуацией.

Обобщая вышесказанное, можно констатировать, что большинство исследователей сходятся во мнении: диагноз «бесплодие» является для женщины значимым стрессовым фактором, который влияет на

эмоциональное состояние, самооценку и качество жизни, а также на социальные и семейные отношения. Обобщённые проявления включают тревогу и депрессивные реакции, чувство неопределённости и утраты контроля, нарушения сна и усталость, снижение либидо и интереса к прежней деятельности, ухудшение когнитивных функций, а также сложности с планированием будущего и адаптацией в семье.

Заключение. В работе проанализированы исследования, описывающие психоэмоциональное состояние женщин с диагнозом «бесплодие». Выявлена совокупность устойчивых психоэмоциональных реакций, влияющих на качество жизни и семейную динамику. Гипотеза о том, что диагноз «бесплодие» является источником глубокого психоэмоционального кризиса, подтверждена данными о тревоге, депрессивных тенденциях и эмоциональном напряжении бесплодных женщин. Практическая значимость заключается в информировании психологов и врачей о спектре проблем и необходимости комплексной поддержки бесплодных женщин, включающей работу с тревожностью, самооценкой и семейными отношениями.

Список литературы

1. Васильева, В.В. Сравнительная характеристика психологического статуса женщин с различными формами бесплодия / В. В. Васильева, Т. Л. Боташева, Е. В. Железнякова, О. П. Заводнов // Психология. Психофизиология. – 2020. – Т. 13. – № 3. – С. 35-43. – DOI 10.14529/jpps200304. – EDN YODLAV.
2. Восканян, Я.Ю. Психологические аспекты женского бесплодия неясной этиологии: обзор зарубежных исследований / Я. Ю. Восканян, О. С. Васильева // Мир науки. Педагогика и психология, 2024. – Т. 12. – № 1. – С. 10. – URL: https://mir-nauki.com/PDF/39PSMN124.pdf (дата обращения 06.10.2026). – DOI: 10.15862/39PSMN124.
3. Дементьева, Н.О. Психологическое значение фактора неопределенности репродуктивного статуса для психосоциального функционирования женщин с бесплодием: специальность 19.00.04 «Медицинская психология»: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Дементьева Надежда Олеговна. – Санкт-Петербург, 2011. – 24 с. – EDN QHKPPB.
4. Рябец, Я.В. Особенности эмоционального состояния, смысложизненных ориентаций и экзистенциальной исполненности женщин с диагнозом бесплодие / Я.В. Рябец, Е.Н. Киселева // Universum: психология и образование: электрон. научн. журн. – 2023. – 3(105). – URL: https://7universum.com/ru/psy/archive/item/14977 (дата обращения: 08.10.2026). – DOI - 10.32743/UniPsy.2023.105.3.14977.
5. Клеймёнова, Л.А. Идиопатическое бесплодие как психологическая проблема / Л.А. Клейменова, И. О. Кононенко // Молодой ученый. – 2019. – № 27(265). – С. 149-153. – EDN KTFPQK.
6. Сазонова, В.Н. Индивидуально-психологические особенности женщин, страдающих бесплодием / В.Н. Сазонова, Е.С. Снегирева // Известия Воронежского государственного педагогического университета. – 2019. – №4(285) – С. 254–257. – EDN MWAWYS.
7. Эткерова, Е.Г. Бесплодие: социально-экономические факторы / Е.Г. Эткерова, С.В. Леженина, Е.Н. Игнатьева [и др.] // Вопросы клинической и фундаментальной медицины. – 2025. – Т. 2. – № 1(5). – С. 41-51. – DOI 10.30914/M37. – EDN NBVZPC.

УДК 159.97

СЕМИОТИКА БИПОЛЯРНОЙ ДЕПРЕССИИ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД (К ПОСТАНОВКЕ ПРОБЛЕМЫ)

Яковлев А.М.,
неаффилированный автор, г. Севастополь, РФ
vtoroemilo@list.ru

Биполярное расстройство (БАР) сегодня входит в перечень ведущих психических расстройств и лидеров по заболеваемости в мире, что выражается в наблюдаемом Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) росте численности биполярных больных [4, с.7]. Между тем, несмотря на многочисленные клинические исследования биполярного расстройства, вопрос о его психологической специфике остается открытым. Проблема заключается в том, что, с одной стороны, биполярное расстройство сегодня понимается более широко, чем еще сто лет назад. С другой стороны, это заболевание демонстрирует сложный полиморфизм своих клинических, психопатологических проявлений, что прямо наводит на рассуждения о необходимости зафиксировать их психологические основания. Сложность клиники, таким образом, смещается в сторону психологических механизмов: а какова же психология биполярного больного?

О семиотике психических расстройств, зачастую в связи с нозографией, написано большое число медицинских и других исследований. Например, в докторской диссертации О. А. Гильбурда [2] описана семиотика шизофрении, а в исследовании П. Ю. Завитаева [3] дается клиническая семантика аутизма. Сама по себе депрессия многоаспектно исследовалась в гуманитарной науке и семиотике. Например, в работе Ю. Кристевой [5] дается анализ такого характера.

Семиотика биполярного расстройства и биполярной депрессии, между тем, остается непознанным объектом. Но в связи с развитием представлений об этом заболевании и высокой фокусировкой на нём со стороны врачей можно обозначить актуальность проблемы этой статьи. Она заключается в том, чтобы охарактеризовать и дать аналитическое описание биполярной депрессии со стороны её семиотики. Цель настоящей работы – представить психологическую интерпретацию семиотики биполярной депрессии в фокусе классического психологического наследия отечественных школ с элементами психоаналитического подхода. Психологическая интерпретация понимается как попытка объяснить психологию биполярной депрессии и биполярного депрессивного больного.

Семиотика – это учение о знаках, которые слагают информационную систему [6, с. 5]. Суть в том, что биполярная депрессия, как и любое психическое заболевание, проявляется видимым образом: в языке, речи,

мимике и пантомиме больного. Семиотикой обладает любое заболевание, и психическое не исключение, а психологический подход здесь фиксируется на том, чтобы показать депрессивный опыт не только через медицинский язык или взгляд врача, но и через совокупность психологических феноменов. Это означает и фиксацию на внутреннем психологическом, душевном опыте биполярного больного в депрессивной фазе. Семиотическая единица – знак – в данном ключе представляются не только внешней, но и внутренней психологической структурой.

Биполярная депрессия имеет свои особенности, среди которых – частое включение симптомов психотического круга, элементов смешанного аффекта, высокий суицидальный риск, а также наличие тенденций к идеям самообвинения, самопорицания. Особое свойство биполярной депрессии – частое атипичное течение, которое не характерно для рекуррентного депрессивного расстройства [7, с.23].

Но какой подход следует применить при толковании семиотики биполярной депрессии? Таким продуктивным подходом могла бы стать культурно-историческая психология.

Так, если следовать Л. С. Выготскому [1] и его последователям, то можно представить биполярную депрессию как особый, своеобразный способ работы психики со знаками, который дается интрапсихически. Знак по Л. С. Выготскому – это феномен, который опосредует социальные, коммуникативные взаимодействия людей [1]. В этой связи семиотика биполярной депрессии может исследоваться как явление нарушенной коммуникации. Это означает, что конкретный знак в рамках биполярной депрессии демонстрирует разрыв коммуникативных паттернов, которые были характерны для биполярного больного, что отражается в его поведении, мышлении и речи. С другой стороны, семиотика биполярной депрессии репрезентирует это знаковое опосредование, в рамках которого знак перестает быть орудием коммуникации, а также динамику переживаний и само психопатологическое состояние как «социальный вывих».

Сама по себе депрессия в своих семиотических проявлениях может свидетельствовать о психологическом чувстве «расплаты» за маниакальный эпизод, который зачастую предшествует депрессивным переживаниям. По существу, включение в прокрустово ложе биполярной депрессии атипичных и нехарактерных переживаний, не свойственных или частично свойственных психологии депрессивного больного, может свидетельствовать о подрыве идентичности больного, сформированной в маниакальном состоянии. Иными словами, центральное для мании понимание себя в исключительно положительном свете оборачивается глубиной депрессивного атипичного переживания, которое свидетельствует о разрыве образа себя, наблюдаемом психопатологически.

Смысл в том, что биполярный депрессивный больной пересматривает отношение к самому себе. Если в маниакальной фазе он чувствовал себя

значимой личностью, то в депрессии эта значимость оборачивается на ощущение собственной неполноценности и глубинным переживанием нарушенной идентификации с самим собой. Эта идентичность нарушается, как нарушается и базовая идентичность больного, которая была характерна для него в период интерфазы. Например, если больной видел себя высококлассным профессионалом, то в депрессивной фазе он может понимать себя как шарлатана. Кроме того, следует отметить, что сам больной де-факто перестает управлять отправляемыми им же знаками – знаки, напротив, начинают управлять им. Возникает семиотический конфликт, когда больной транслирует противоречивые сообщения, которые невозможно согласовать ни с ведущими представлениями о депрессии, ни с его психологическим портретом, ни с мнением окружающих.

Другой аспект – это семиотика телесного и речевого поведения биполярного депрессивного больного. В частности, следует отметить, что в депрессивной фазе семиотическое раскрытие болезни приобретает инвертированный характер. Так, к примеру, развертывание маниакального синдрома, который сменяется позже депрессивным, показывает не только трудности инверсии аффекта, но и может быть представлен как психологическое орудие, через которое больной описывает сложности собственных переживаний. В частности, психоаналитическая перспектива дает возможности осознать данный психопатологический паттерн как обращение, но одновременно и отталкивание Другого. Более того, включение элементов психотических симптомов могут быть распознаны в качестве знакового отчуждения высокой степени, когда собственные мысли и чувства начинают отщепляться от сознания и представляться как внешние явления. Это свидетельствует как о размытости идентичности, так и о знаковом конфликте, который влечет за собой тотальное психотическое отчуждение.

Таким образом, биполярная депрессия может пониматься психологически как тяжёлое состояние прежде всего самим больным. Вместе с тем семиотика биполярной депрессии свидетельствует не только о подрыве идентичности и характерных для БАР сменах самовосприятия. Эта семиотика указывает на нарушения знакового опосредования, коммуникации и идентификации. Сама по себе биполярная депрессия может быть рассмотрена как «социальный вывих», в фокусе которого знак перестает связывать человека с самим собой и окружающими. Дальнейшее исследование биполярной депрессии с семиотической позиции поможет лучше понять психологию больных БАР и, следовательно, разработать более эффективные средства лечения и реабилитации.

Список литературы

1. Выготский, Л.С. Собрание сочинений [Текст] : в 6-ти томах / Л.С. Выготский ; сост. М.Г. Ярошевский ; вступ. ст. А. Н. Леонтьев ; АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1982-1984.

2. Гильбурд, О.А. Семиотика и нозология шизофрении (социобиологическое и клинико-этологическое исследование) : автореф. дис. ... д-ра мед. наук : 14.00.18 «Психиатрия» / Олег Аркадьевич Гильбурд; Науч.-исслед. ин-т психического здоровья Том. науч. центра СО РАМН. – Томск, 2006. – 44 с.
3. Завитаев, П.Ю. Клиническая семантика аутизма : специальность 14.00.18 : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата медицинских наук / Завитаев Петр Юрьевич. – Санкт-Петербург, 2008. – 22 с. – EDN NKPGMD.
4. Клинические рекомендации «Биполярное аффективное расстройство»: утв. Общественная организация «Российское общество психиатров», 05.06.2025. – 178 с. – URL: diseases.medelement.com/disease/биполярное-аффективное-расстройство-кп-рф-2025/18839 (дата обращения 09.10.2026).
5. Кристева, Ю. Чёрное солнце : депрессия и меланхолия / Ю. Кристева ; пер. с фр. Д. Ю. Кралечкина ; науч. ред. А. В. Россохина, В. Ю. Кузнецова. – Москва : Когито-Центр, 2010. – 276 с. – (Библиотека психоанализа) (Programme A. Pouchkine). – ISBN 978-5-89353-326-2.
6. Семиотика : Антология / Сост. и общ. ред. Степанов Ю. С. – 2. изд., перераб. и доп. – Москва : Академ. Проект : Деловая кн., 2001. – 701 с. – ISBN 5-8291-0104-1.
7. Тювина, Н.А. Сравнительная характеристика клинических особенностей депрессии при биполярном аффективном расстройстве I и II типа / Н. А. Тювина, И. Г. Коробкова // Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. – 2016. – Т. 8. – № 1. – С. 22-28. – DOI 10.14412/2074-2711-2016-1-22-28. – EDN WXETEH.

СОДЕРЖАНИЕ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Личность в жизненных ситуациях: смыслы и возможности преодоления

Акимова С.Р., Ибрагимова А.Р. Творчество как способ преодоления психологических барьеров и самовыражения людей с инвалидностью…… 7

Андрюшкова Н.П. Психологическая ресурсность в условиях перманентного кризиса……. 10

Болаева Г.Б., Худогулова Е.П., Боваева А.В. Исследование состояния психологического благополучия личности студентов и его взаимосвязи с различными предикторами (на примере Калмыцкого государственного университета имени Б.Б. Городовикова)……. 13

Бочкова Д.С., Литвинова Р.М. Взаимосвязь жизнестойкости и стратегий совладающего поведения студентов в ситуациях академической неопределенности…… 15

Бухарова И.С., Ли Э.В. Семейные дисфункции на этапе кризиса первого года супружеской жизни……. 18

Волошина А.А. Копинг-стратегии и личностные ресурсы психологов в условиях вооруженного конфликта: теоретико-методологические основания интегративной модели…… 21

Гаврилова Е.В. Внутренние ресурсы преодоления человеком сложных жизненных ситуаций в зависимости от его акцентуаций характера……. 24

Галиакберова И.Л., Улько А.Н. Психологические особенности и ресурсы совладающего поведения родственников больных со спинальной травмой… 27

Данилова С.В. Психологические предикторы эффективности профессиональной деятельности социальных работников ДНР…… 30

Данченко Г.М., Руденко С.В. Роль эмпатии как предиктора в формировании ценностно-смысловых ориентаций молодежи – доноров крови…… 32

Есенова А.Ю. Региональная идентичность как фактор психологического благополучия в условиях войны…… 35

Каплун Р.Н. Личность в военном коллективе: возможности преодоления сопутствующих проблем…… 38

Картузова Н.А. Жизнестойкость как ресурс совладающего поведения студентов в условиях неопределенности…….. 41

Кравчук Н.Ю. Теоретико-методологические основания разработки «Ситуационного опросника установок личности на самореализацию»…… 44

Медведева М.Ю., Плешакова В.А., Сагайдак В.А. Взаимосвязь доверия к себе и руминации у студентов: результаты эмпирического исследования…… 47

Микрюкова А.В., Кирейчев А.В. Самоценность женщин зрелого возраста: взаимосвязи с жизнестойкостью и смысложизненными ориентациями…… 51

Морозова Е.С., Первичко Е.И. Личность волонтера в ситуации выгорания и ресурсы преодоления смыслового разрыва…….. 54

Осипова М.О., Давыдова Г.И. Жизнестойкость и эмоциональный интеллект как личностные ресурсы психологического благополучия женщин……. 57

Ревуцкая И.В. Теоретический анализ взаимосвязи метеорологических факторов и психоэмоционального состояния…….. 60

Рогозина М.Ю., Щербакова Е.Г. Моральные установки личности и резильентность к информационным угрозам в условиях смены социокультурного контекста…….. 63

Сарычева О.В. Эмоционально-волевые и рефлексивные ресурсы будущих психологов к выполнению профессиональных задач в условиях чрезвычайных ситуаций……. 66

Фархутдинова Ю.Н. Взаимосвязь копинг-стратегий и психологического благополучия у старших подростков……. 68

Черных Л.А. Выбор копинг-стратегий студентами в период военного конфликта……. 71

Шебанова В.И., Попельчук Г.А., Олейник Н.О. Жизненная перспектива и ресурсы преодоления в нарративах студентов исторического региона РФ….. 75

Шебанова С.Г., Новикова М.Ю. Личностные ресурсы и копинг-стратегии преодоления стресса медицинскими работниками в трудных профессиональных ситуациях…… 78

Шпунтова В.В. О характеристиках кризисной ситуации…… 81

Шульга В.В. Особенности временной перспективы студентов Донбасса: гендерный аспект……. 84

Щербакова А.И. Проблема взаимосвязи когнитивного стиля и стратегий поведения личности в ситуации неопределенности…… 87

Яновский М.И. Когнитивная основа греховных страстей, выделяемых в православном христианстве……... 91

Человек в системе социальных отношений

Глушкина А.Е., Рынгач Е.В. Проблема уважения в современном обществе: от теории к практике…… 95

Головлева Е.В. Динамика ценностных ориентаций в современной России: эволюция молодежных поколений под влиянием манипулятивных технологий…… 98

Гордеева А.В., Бычкова Е.И. Особенности образа будущего у старшеклассников с разным уровнем социальной идентичности…….. 100

Диденко Д.М., Хрипкова А.Д., Шалагинова К.С. Роль медитативных практик в профилактике и конструктивном разрешении конфликтов в спортивной среде…….. 103

Дроздов А.Е. Социально-психологические факторы формирования профессиональной идентичности студентов социальных профессий…… 106

Ермакова Е.С., Темирболат Е. Профессиональное выгорание и личностные характеристики работников сферы эстетической медицины…….. 109

Колосов Г.А. Психолого-социокультурные основания социального воспитания в феномене чучхе……. 112

Павлова К.Н., Дагбаева С.Б. Технология формирования позитивной гражданской идентичности студентов на основе актуализации традиционных ценностей…….. 115

Прищепова О.С., Кыштымова И.М. Образ героя в сознании подростков…… 118

Чуканов Е.В. Социокультурные характеристики жизнеспособности…… 121

Шаврин А.В., Шаврина А.В. Психологические аспекты и управление проектами……. 124

Шебанова С.Г., Рудь О.О. Скрытая демотивация персонала в стрессогенных условиях деятельности как деформация смысловой регуляции труда…….. 127

Юрчук Д.В. Факторы противостояния манипуляции мошенника……... 130

Яновский М.И. Психологично ли пространство: постановка проблемы…… 132

Цифровая психология: трансформация личности и общества в современном мире

Афанасьев Е.В. Влияние мотивационной направленности сопроводительных писем на частоту не-ответов и когнитивного аутсорса…… 136

Богославская К.Э. Влияние цифровой среды на ценностные ориентации и профессиональную идентичность обучающихся юридического профиля…… 138

Васюк А.А. Предпосылки формирования готовности будущих педагогов-психологов к использованию искусственного интеллекта……. 141

Гановичев И.Д., Большунова Н.Я. Взаимосвязь проблемного использования интернета с личностными характеристиками подростков…….. 144

Зарубей Р.С., Емец И.А. Специфика цифровых коммуникаций в контексте социальной перцепции образа тела…… 146

Иванченко В.Я., Московская Т.В. Новые паттерны познания в условиях симбиоза человека и машины……. 149

Митин А.Г. Влияние эмоциональных состояний на продуктивность профессионального мышления IT-специалиста……... 152

Михайленко Н.В., Гордеева А.В. Риски и ограничения цифровых решений в развитии коммуникативных навыков взрослых: психологический анализ…… 155

Наймушина А.Г., Боровинская А.А., Бахарева Е.А. Семантический анализ AI-ассистентом, как метод исследования скрытой фрустрации, виктимности и готовности к принятию помощи…… 158

Прокопенко Ю.А., Рядинская Е.Н. Психологические особенности самопрезентации подростков в цифровой среде…….. 162

Селина М.Е., Устинова Н.В. Реальный, виртуальный и идеальный компоненты образов «Я» у геймеров…… 165

Смолова Л.В. Экзистенциальные истоки психологических проблем человека эпохи цифровизации…… 168

Устинова Н.В., Лаврова М.С. Антропоморфизация искусственного интеллекта и личностные особенности студентов…….. 171

Харланова Ю.В. Нейроэстетика: как современные произведения искусства и виртуальная реальность влияют на человека…… 174

Психология образования и развития: от младенчества до пожилого возраста

Байтуманова З.Н. Психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников с разным типом тревожности в период подготовки к государственной итоговой аттестации…….. 177

Балобанова М.Н., Коновалова Е.В. Особенности детско-родительских отношений как фактор проявления агрессивности у подростков…… 180

Буц Я.В., Барышева Е.В. Ценностные ориентации как предикторы субъективного благополучия женщин: возрастной аспект……. 183

Васина Ю.М. Диагностика сенсомоторного развития детей дошкольного возраста……. 186

Гончар С.Н. Психологические особенности переживания одиночества у студентов очно-заочной формы обучения…… 189

Жарова Д.В., Кунова А.Н. Копинг-стратегии при синдроме эмоционального выгорания у обучающихся ВУЗа…… 192

Легостаева И.В. Психологические особенности ценностных оснований корпоративной культуры университета……. 195

Полякова О.Б. Особенности академического самоконтроля современных студентов…….. 198

*Руденко С.В., Алампиева М.В. И*сследование психологических аспектов переживания кризиса среднего возраста у женщин помогающих профессий 201

*Самсоненко Л.С. У*чебная мотивация студентов педагогического университета……. 204

Сиволапова А.К. Возрастная динамика развития социального интеллекта у детей дошкольного возраста……... 207

Строева О.С., Строев А.Ф. Учебная мотивация как главный фактор успешного обучения детей в ДМШ и ДШИ……. 210

*Татаренко О.В., Косиненко И.А. О*собенности психологической профилактики агрессивного поведения у дошкольников…… 213

Требушенкова О.Ю. Мотивационно-смысловые детерминанты развития ценностей патриотической направленности студентов педагогических вузов…… 216

Устинова Н.В., Витковская Д.В., Резников А.С. Особенности учебной мотивации студентов Донбасса…….. 219

Шерешкова Е.А., Медведева Ю.А. Направления психолого-педагогической работы по формированию ценностного компонента психологической готовности к отцовству в юности…… 222

Психотерапия и психологическое консультирование

Баранчикова Е.А. Исследование воздействия эко-арт-терапии на психоэмоциональное состояние личности……. 226

Белюрко Н.М. Искусство как средство влияния на психоэмоциональное состояние…….. 228

Гайсина И.Н., Писненко А.Г. Особенности взаимосвязи психологического благополучия и профессионального выгорания практикующих психологов… 231

Кобзарева И.И., Соловьева Е.А. Исследование эффективности АВА-подхода в работе с младшими школьниками, имеющими девиантное поведение и трудности саморегуляции…….. 234

Ковальчишина Н.И., Лукина Д.А. Оказание психологической помощи семьям, переживающих утрату близких в условиях специальной военной операции 238

Максименко Е.Г., Руденко С.В., Киселёва И.В., Майстепанова Д.Р. Обоснование комнаты психологической разгрузки в пространстве университета……. 241

Маштакова С.В., Коваль М.В. Психологические аспекты тревожности родителей детей и молодежи с ОВЗ…… 244

Мезрина А.Н. Интолерантность к неопределенности и категоричные суждения при обсуждении произведений живописи…….. 247

Павлова В.А., Меерсон А.-Л.С. Гештальт-терапия как способ долгосрочных изменений у людей с высокофункциональным расстройством аутистического спектра…… 250

Савченко М.Ю., Андриянова А.А., Трапезникова А.П. Интегративный подход в краткосрочной немедицинской терапии психотравмы: алгоритм работы с запросом……. 254

Слюсарская Т.В. Развитие слухового восприятия у детей дошкольного возраста с нарушением зрения…… 257

Степанова М.А. Особенности коррекции психоэмоционального состояния методом БОС-терапии…….. 260

Сулейманова Т.Б., Барышева Е.В. Феномен насилия над женщинами в современном мире: теория, статистический анализ и методы поддержки……. 263

Тараненко Н.Ю. Актуальные проблемы дистанционного психологического консультирования и пути их профилактики…….. 266

Усатенко О.Н., Боднар В.О., Ухова К.А. Игровой комплект «Навигатор жизни» как инструмент психолого-педагогического сопровождения построения жизненной перспективы студентов воссоединенных регионов….. 270

Шебанова В.И., Морозова Е.Н. Православные религиозные практики в контексте ценностно-смысловой сферы личности: теоретический анализ……. 273

Шебанова С. Г., Бараксанова Н.В., Белоус Ю.В. Кризисные состояния участников группы и стратегии психологической поддержки…… 276

Клиническая и кризисная психология: опыт решения проблем и перспективы исследований

Ангелина Э.А. Ценностно-смысловая регуляция и адаптационные стратегии молодёжи в условиях неопределённости: теоретико-методологический анализ 280

Аурсалиди А.О. Взаимосвязь обонятельной дисфункции и тревожно-депрессивной симптоматики ……... 283

Вильдгрубе С.А. Семейное благополучие как условие успешности профессиональной деятельности сотрудников силовых структур ……. 285

Вилюжанина Т.А. Плейлист как инструмент эмоциональной саморегуляции зумеров в условиях социального кризиса …….. 288

Долганина В.В., *Атаман Т.В.* Формирование стрессоустойчивости у педагогов начальной школы в условиях образовательных рисков: нейропсихологический подход ……... 291

Долганина В.В., *Новоселова Д.В.* Арт-терапия как средство коррекции посттравматических и тревожных состояний у детей младшего школьного возраста в условиях современных социальных вызовов ……. 294

Долганина В.В., *Сенькина Е.М.* Социально-психологическое сопровождение младших школьников из семей, находящихся в социально-опасной ситуации.. 298

Ильина В.А., Забелина Е.В. Особенности отношения ко времени при тревожно-депрессивных расстройствах ……. 302

Кацеро А.А. Использование информационных технологий для стимуляции интеллектуальной деятельности детей с ООП …….. 304

Кацеро А.А., Юрчишина К.С. Применение арт-практик в работе с тревожностью обучающихся с нарушениями интеллекта …… 307

Ковальчишина С.В., Палагута Н.В. Особенности психологической коррекции психоэмоционального состояния участников СВО …… 310

Колосов Г.А. Социальная психопатология «истерии»: опыт культуросообразного анализа …… 313

Набатова С.В. Ценностно-смысловая регуляция как медиатор динамики социальных представлений о психотравме у жителей Донбасса …… 316

Некрасова И.Н. Психологическое основание способности субъекта к трансформации образа жизни ……. 319

Фархутдинова Ю.Н., Вдовина О.А. Переживание экзистенциального кризиса в юношеском возрасте ……. 323

Шебанова В.И., Комисарчук А.Н. Психоэмоциональное состояние женщин с диагнозом «бесплодие»: обзор современных исследований …… 326

Яковлев А.М. Семиотика биполярной депрессии: психологический подход (к постановке проблемы) ……. 329

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

ДОНЕЦКИЕ ЧТЕНИЯ – 2026: ОБРАЗОВАНИЕ, НАУКА, ИННОВАЦИИ, КУЛЬТУРА И ВЫЗОВЫ СОВРЕМЕННОСТИ

Материалы
XI Международной научной конференции,
10–12 ноября 2026 г.,
г. Донецк

ТОМ 9
Философские и психологические науки
Часть 2

под общей редакцией проф. *С.В. Беспаловой*

Дизайн обложки	*В. Дёмина*
Технический редактор	*М.В. Фоменко*
Компьютерная верстка	*И.В. Киселёва*

Адрес оргкомитета:
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет»
ул. Университетская, 24, г. Донецк, 283001, ДНР, РФ.
E-mail: *science.prorector@donnu.ru*

Подписано в печать 28.10.2026 г.
Формат 60×84/16. Бумага офисная.
Печать – цифровая. Усл.-печ. л. 19,7.
Тираж 50 экз. Заказ № 26окт121/9б.
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет»
283001, г. Донецк, ул. Университетская, 24.
Издательство ФГБОУ ВО «ДонГУ»
283001, г. Донецк, ул. Университетская, 22
E-mail: donnu.izdatelstvo@mail.ru