

Российская академия наук

---

Институт психологии

# ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

**методология, теория, практика**

Ответственные редакторы:

*Д. В. Ушаков, А. Л. Журавлев, А. В. Махнач,  
Н. Е. Харламенкова, А. В. Юревич, Е. А. Никитина*



Издательство  
«Институт психологии РАН»  
Москва — 2024

УДК 159.9

ББК 88

П 86

*Все права защищены. Любое использование материалов  
данной книги полностью или частично  
без разрешения правообладателя запрещается*

Редакционная коллегия:

*А. А. Агишева, А. М. Борисова, И. И. Ветрова, Г. А. Виленская, Т. В. Дробышева,  
А. Л. Журавлев (отв. ред.), В. В. Знаков, А. Н. Книголюбова, А. А. Костригин,  
И. В. Ларионов, А. Н. Лебедев, А. В. Махнач (отв. ред.), Л. Ш. Мустафина,  
Д. А. Никитина, Е. А. Никитина (отв. ред.), Е. А. Сергиенко, С. В. Тарасов,  
Д. В. Ушаков (отв. ред.), Н. Е. Харламенкова (отв. ред.), А. В. Юревич (отв. ред.)*

**П 86 Психология личности: методология, теория, практика / Отв. ред.  
Д. В. Ушаков и др. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН»,  
2024. — 1194 с. (Методология, теория и история психологии)**

ISBN 978-5-9270-0477-5

УДК 159.9

ББК 88

Книга подготовлена и издана в год празднования 100-летия со дня рождения Л. И. Анцыферовой — известного российского ученого с мировым именем. В настоящем издании представлены результаты современных исследований, посвященных проблемам психологии личности — методологическим и теоретико-эмпирическим разработкам в этой области психологии, историко-психологическим исследованиям личности, психологии развития и социальной психологии личности, проблеме жизнеспособности личности и совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях, современным исследованиям в области геронтопсихологии. Обсуждается широкий спектр вопросов, в котором отражена актуальность и востребованность анализа проблемы личности в психологии, показана преемственность исследований в этой области знания.

© ФГБУН «Институт психологии РАН», 2024

ISBN 978-5-9270-0477-5

# СОДЕРЖАНИЕ

<i>Харламенкова Н. Е.</i> «И дольше века длится день...»: к 100-летию со дня рождения Л. И. Анцыферовой (вместо предисловия) . . .	21
--	----

## РАЗДЕЛ 1

### МЕТОДОЛОГИЯ, ТЕОРИЯ И ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

<i>Акопов Г. В.</i> Внутренняя коммуникация личности в процессуально-динамической концепции Л. И. Анцыферовой . . . . .	47
<i>Денисова А. И.</i> Взаимосвязь уровня моральных суждений с эмпатией и эмоциональным интеллектом личности . . . . .	53
<i>Знаков В. В.</i> Д. Бом, С.Л. Рубинштейн и Л. И. Анцыферова о скрытом порядке в мире человека и психике . . . . .	59
<i>Казачёнок Ж. И.</i> Воля как высший психический процесс . . . . .	64
<i>Магомед-Эминов М. Ш.</i> Аутентичность личности: личность между самобытием и инобытием. . . . .	69
<i>Мазилев В. А.</i> Проблема интеграции и методология психологии . . . . .	74
<i>Матюшкина А. А., Зубарева М. А.</i> Роль интеллектуальных эмоций в разрешении трудных проблемных ситуаций. . . . .	80
<i>Нартова-Бочавер С. К.</i> Психология аутентичности: новое направление исследований личности и концептуализация субъектной модели . . . . .	85
<i>Ожиганова Г. В.</i> Высшая способность к саморазвитию как составляющая духовных способностей, саморазвитие и развитие личности: теоретический анализ в контексте идей Л. И. Анцыферовой . . . . .	91

<i>Попов Л. М., Устин П. Н.</i> Поведение как процессуально-динамическая характеристика личности . . .	97
<i>Прохоров А. О.</i> Динамика психических состояний: регуляторный аспект . . . . .	103
<i>Рябикина З. И.</i> Людмила Ивановна Анцыферова – из недавнего прошлого в настоящее и будущее психологической науки о личности . . . . .	108
<i>Фахрутдинова Л. Р., Сабиров Т. Н.</i> Личность и значимые переживания . . . . .	113

## РАЗДЕЛ 2 ИСТОРИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ И ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

<i>Александрова В. В.</i> Предпосылки и современное состояние психофизиологического изучения индивидных и личностных характеристик человека . . . . .	119
<i>Антимонова О. Н., Максимчук Н. В.</i> Зависимость стиля руководства от личностных особенностей управленца: междисциплинарный подход . . . . .	123
<i>Артёмова С. В.</i> Ценностные ориентации в психолого-исторических исследованиях и взглядах Л. И. Анцыферовой . . . . .	129
<i>Артемова О. А.</i> Системно-субъектный подход в историко-психологическом исследовании . . . . .	135
<i>Белопольский В. И., Костригин А. А.</i> Библиометрия в структуре научно-биографического исследования. . . . .	140
<i>Власов Н. А.</i> Понятие личности в дореволюционной психологии . . .	147
<i>Гильманов С. А.</i> Единство стиля: психологические механизмы социальной жизнедеятельности Л. И. Петражицкого . . . . .	151
<i>Гостев А. А.</i> О глобальной историко-политической психологии как проблеме психологии личности . . . . .	157
<i>Камчыбеков М., Усупова Ч. С.</i> Структурная модель самопонимания личной и социальной идентичности человека на примере Кыргызстана . . . . .	163
<i>Клыпа О. В.</i> Учение Нила Сорского: сила непреложных истин. . . .	169
<i>Мироненко И. А.</i> О специфичности российской научной традиции в работах Л. И. Анцыферовой . . . . .	175
<i>Москвитина О. А.</i> Ответственность личности в научном наследии Л. И. Анцыферовой . . . . .	181

<i>Никонова Е. Ю., Рупчев Г. Е.</i> Построение психологической классификации личности в 1920–1930-е годы в работах А. Е. Петровой . . . . .	187
<i>Няголова М. Д.</i> Вклад Л. И. Анцыферовой в изучение истории швейцарской психологии первой половины XX в. . . . .	192
<i>Олейник Ю. Н., Елисеева И. Н.</i> Теоретико-методологические и методические основания наукометрических исследований в истории психологии (на примере разработки проблем индивидуальности в отечественной психологии в 1992–2018 гг.) . . . . .	199
<i>Семенов И. Н., Калашников И. Г.</i> Когниции и метакогниции в житнетворчестве Л. И. Анцыферовой: от логики мышления через психофизиологию познания до психотренингов мудрости личности (к 100-летию юбилею корифея психологии) . . . . .	205
<i>Серова О. Е.</i> Индивидуальность как психическое бытие в учении В. В. Зеньковского . . . . .	211
<i>Сленко Ю. Н.</i> Проблемы психологии личности в ярославской психологической школе . . . . .	217
<i>Соколова Е. Е.</i> Выбор в пользу жизни: осмысляя некоторые моменты научного наследия Л. И. Анцыферовой . . . . .	223
<i>Стояхина Н. Ю., Миронов Д. В.</i> Николай Ладовский – известный архитектор и неизвестный психотехник . . . . .	228
<i>Холондович Е. Н.</i> Поступок как ключевая психологическая характеристика исторической личности . . . . .	233
<i>Южанинова А. Л.</i> Научная биография Августа Крогиуса как творческий диалог с Вильгельмом Вундтом . . . . .	238
<i>Юлдашева М. Б.</i> Историко-психологический анализ исследований одиночества личности в Узбекистане . . . . .	244
<i>Юров И. А.</i> Индивидуальность в гуманитарных науках . . . . .	249

### РАЗДЕЛ 3

## ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ПРОБЛЕМА ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

<i>Аникина В. О., Тамбовцева Ю. В.</i> Сравнение характеристик дискурса при рассказывании о травматической истории жизни на родном и иностранном языках . . . . .	255
---	-----

<i>Артищева Л. В.</i> Ментальная регуляция психических состояний в профессиональной деятельности дефектологов в динамике одного дня . . . . .	260
<i>Березина Т. Н.</i> Прогнозирование профессионального долголетия для магистрантов по ценностно-смысловым характеристикам . . . . .	266
<i>Блох М. Е.</i> Образ себя как матери у женщин в период менопаузы . . . . .	271
<i>Бузина Д. О.</i> Образ жизни как ресурс профессионального развития на этапе учебно-образовательной деятельности . . . . .	275
<i>Булаш Н. В., Сеюкова Р. Н.</i> Профессиональная самооценка женщины после длительного перерыва в работе в связи с отпуском по уходу за ребенком . . . . .	281
<i>Виленская Г. А.</i> Контроль поведения и личностные свойства младших школьников . . . . .	286
<i>Жевак А. Г.</i> Взаимосвязь особенностей личности и профессиональной мотивации юношей и девушек. . . . .	293
<i>Кагермазова Л. Ц.</i> Парадигма адаптации младших школьников к новой социальной ситуации развития . . . . .	298
<i>Карагачева М. В., Никитина Е. И.</i> Образ врача и пациента в сознании студентов-медиков и врачей . . . . .	304
<i>Коржова Е. Ю.</i> Возможности художественной литературы в раскрытии закономерностей жизненного пути личности. . . . .	308
<i>Корнилова Н. С.</i> Становление ассертивной личности в процессе жизненного пути . . . . .	313
<i>Куфтяк Е. В.</i> Поиск социальной поддержки в период формирующейся взрослости: кросскультурное сравнение . . . . .	319
<i>Лебедева Е. И.</i> Социальное познание и дружеские отношения в младшем школьном возрасте . . . . .	324
<i>Лобанов А. П., Дроздова Н. В., Певнева А. Н.</i> Эмоциональная дисрегуляция и неакадемические интеллекты: опыт эмпирического исследования . . . . .	330
<i>Любушина А. А., Савенышева С. С.</i> Родительский стресс, родительское выгорание матерей и личностные особенности детей дошкольного возраста. . . . .	336
<i>Муртазина И. Р., Крупина К. М.</i> Переживание одиночества и предпочитаемые копинг-стратегии в период ранней взрослости . . . . .	342

<i>Никитина Д. А.</i> Личность в ситуации ненормативного кризиса, обусловленного тяжелой болезнью: интравертная/экстравертная направленность . . . . .	348
<i>Пачина Н. Н., Перфилова А. А.</i> Проблема полипрофессионального развития современной молодежи . . . . .	353
<i>Петраш М. Д.</i> Повседневные стрессоры и профессиональное развитие: механизм взаимодействия . . . . .	357
<i>Печеркина А. А., Борисов Г. И., Тарасов Д. А.</i> Эмоциональное благополучие школьника: гендерные различия в подростковом возрасте . . . . .	362
<i>Полякова М. Д.</i> Возрастной фактор эффективности эмоциональной регуляции . . . . .	368
<i>Ребеко Т. А.</i> Телесное Я: соматические и психические границы . . . . .	374
<i>Савеньшева С. С., Василенко В. Е.</i> Факторы родительского стресса матерей детей раннего и дошкольного возраста . . . . .	380
<i>Салихова Н. Р., Семенова-Полях Г. Г., Михайлова Д. Д.</i> Профессиональная идентичность в ретроспективном анализе факторов ее становления субъектами высшей ступени образования . . . . .	385
<i>Сапогова Е. Е.</i> «Бытийные метаморфозы» как феномен жизненного пути взрослой личности . . . . .	391
<i>Сафонов П. А.</i> Сравнение возрастного и ситуативного кризисов человека . . . . .	397
<i>Станкевич Н. Л.</i> Взаимосвязь самоконтроля и пищевого поведения у девушек . . . . .	403
<i>Сулим О. С.</i> Самоопределяющие автобиографические воспоминания как идеальные мнемические средства экспликации и регуляции Я-концепции . . . . .	407
<i>Шебанова В. И., Шебанова С. Г., Пчелинцева С. Н.</i> Локус каузальности как фактор трансформации внутренней картины жизнедеятельности личности с проблемным пищевым поведением . . . . .	412
<i>Шевеленкова Т. Д., Сальникова М. М.</i> Конфликтное воплощение тела и восприятие будущего у девушек-подростков, страдающих нервной анорексией . . . . .	418
<i>Щукина М. А., Харлашкина А. В.</i> Клиентские метафоры в консультативных диалогах по вопросам трудности постановки и достижения целей на жизненном пути . . . . .	424

## РАЗДЕЛ 4 СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

<i>Ахремчик К. А.</i> Взаимосвязь субъективного ощущения одиночества и фрустрации студентов . . . . .	430
<i>Валеева Г. В.</i> Принципы изучения психологической безопасности личности . . . . .	435
<i>Ванькова Н. Ю., Васильченко Н. А.</i> Агрессивность психологов на разных этапах профессионального развития . . . . .	441
<i>Волченкова А. А., Загумённая А. М.</i> Социализация цифровых подростков . . . . .	447
<i>Гайдар К. М., Малютина О. П., Тенькова В. А.</i> «Учиться нельзя откладывать»: где поставить запятую? Ответ находим у Л. И. Анцыферовой . . . . .	451
<i>Карасаева А. М.</i> Динамика социального интеллекта кыргызстанцев. . . . .	457
<i>Колиниченко И. А.</i> Изучение идентичности личности будущей матери в контексте исследований личности Л. И. Анцыферовой . . . . .	462
<i>Копачевская М. А.</i> Динамика доверия незнакомому человеку при восприятии его внешности и текстовой информации . . . . .	468
<i>Лебедев А. Н., Гагарина М. А., Гордякова О. В.</i> Теория поиска значимости (SQT) и феномен ценностно-аффективной поляризации социальной группы . . . . .	474
<i>Лобанова Т. Н.</i> Особенности мотивации трудовой деятельности работников ритейла в условиях цифровой среды . . . . .	479
<i>Лямин Д. П.</i> Изучение социальных установок населения с различными ценностями и ценностными ориентациями. . . . .	486
<i>Мельничук А. С., Володько А. И.</i> Прокрастинация в контексте ценностных ориентаций студентов . . . . .	490
<i>Микляева А. В.</i> Социально-психологические предикторы конструктивного патриотизма подростков. . . . .	496
<i>Позднякова Т. Б.</i> Зависимость личности в контексте понимания людьми друг друга. . . . .	501
<i>Позняков В. П.</i> Личностные факторы самоопределения мужчин и женщин в сферах семьи и бизнеса . . . . .	506
<i>Решетко С. А.</i> Семья как фактор психологического отношения к табакокурению . . . . .	512



<i>Саенко А. Ю., Кисляков П. А.</i> Социально-психологические типы отношения к беспилотному автомобильному транспорту как технологии будущего . . . . .	516
<i>Силина Е. А., Крюкова Т. Л.</i> Связь социальных представлений о насилии с качествами близких отношений партнеров. . . . .	522
<i>Солондаев В. К., Васильева Ю. В.</i> Стилевые характеристики моральных суждений. . . . .	528
<i>Фролова С. В., Горбанева Е. В.</i> Анализ решение-ориентированного поведения в ситуации межличностного конфликта с позиций динамического подхода к изучению личности Л. И. Анцыферовой . . . . .	534
<i>Чуганская А. А.</i> Психологические функции образа личности писателя в текстах художественных произведений и сетевой коммуникации . . . . .	540
<i>Юрчук Д. В.</i> Личность человека в условиях манипуляционного воздействия . . . . .	545
<i>Якунин А. П., Короткина Т. И.</i> Ролевой эталон оценивания личности: перспективы исследования . . . . .	551

**РАЗДЕЛ 5**  
**ЛИЧНОСТЬ В НОВЫХ УСЛОВИЯХ.**  
**ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И СРЕДЫ**

<i>Баранова А. В.</i> Личностные факторы выбора избегаемых возможных Я у молодежи. . . . .	557
<i>Блохина М. А.</i> Особенности временной перспективы и суверенности психологического пространства у студентов-психологов с разным уровнем экзистенциальной исполненности . . . . .	562
<i>Быховец Ю. В.</i> Ретроспективное восприятие катастрофы на Чернобыльской АЭС: case-study. . . . .	567
<i>Варламов А. В.</i> Искажения ментальной репрезентации тела при погружении в VR: обзор научной литературы . . . . .	572
<i>Веселова Е. К.</i> Личность в современном мире: духовный ракурс психологии нравственности . . . . .	578
<i>Власюк Е. Н.</i> Влияние ценностных установок личности сотрудника уголовно-исполнительной системы на успешность адаптации в сфере служебной деятельности. . . . .	583
<i>Воскресенская Н. Г.</i> Герои сюжетно-ролевых игр как олицетворение добра и зла в восприятии студенческой молодежи . . . . .	588

<i>Горбачева Е. И., Кабанов К. В.</i> Личностные и контекстуальные корреляты морального маневрирования в этически нагруженных ситуациях: постановка проблемы . . .	593
<i>Двоеглазова М. Ю.</i> Человечность организации как мягкая модель управления ее антихрупкостью . . . . .	599
<i>Дьячук А. А.</i> Особенности переживания времени студентами с разными вариантами личностного функционирования. . . .	606
<i>Зиннатова М. В.</i> Разработка и апробация анкеты «Самотрансценденция личности» . . . . .	611
<i>Игнатова Е. С.</i> Эмоциональная безопасность личности vs эмоциональная безопасность среды . . . . .	617
<i>Кара Ж. Ю.</i> Особенности креативности и самоактуализации студентов разной познавательной направленности . . . . .	623
<i>Каюмова Н. Ю.</i> Саморегуляция динамических характеристик психических состояний в течение недельного цикла у работников производственной сферы. . . . .	628
<i>Клементьева М. В.</i> Ресурсы и барьеры виртуального жизненного пространства «формирующихся взрослых» . . . .	632
<i>Колобова С. В.</i> Особенности волевой саморегуляции, мотивации, личностной тревожности и стратегий совладания со стрессом неопределенности у военных корреспондентов. . . . .	638
<i>Колхонен А. Ю., Мироненко И. А.</i> Добро и зло в психологическом дискурсе: к проблематизации содержания понятий . . . . .	643
<i>Корниенко Д. С., Балева М. В., Яценёва Н. П.</i> Вклады социально-демографических характеристик, «темного» и «светлого» личностного профилей в отчуждение моральной ответственности. . . . .	648
<i>Кретова Л. А.</i> Сердечность в психотерапии: от психотехнической уверенности к мудрости зрелых лет . . .	653
<i>Кротова И. В.</i> Личностные ресурсы человеческого капитала в информационной среде . . . . .	658
<i>Кружкова О. В.</i> Роль мотивационной готовности к вандальному поведению в запоминании вандально нанесенных текстов. . .	664
<i>Крутелева Л. Ю.</i> Особенности гражданской идентичности военнослужащих по призыву . . . . .	669
<i>Купавцев Т. С.</i> Саморазвитие личности и механизм педагогической поддержки . . . . .	673

<i>Лабутина В. Е., Заглодина Т. А.</i> Информационно-коммуникационные технологии в профилактике кибербуллинга среди подростков . . . . .	679
<i>Лаврентьева А. В.</i> Фаббинг и психологическое благополучие студентов первого курса . . . . .	684
<i>Макарова М. В., Родионов Г. А.</i> Осмысление феномена экзистенциальной идентичности в работах Л. И. Анцыферовой . . . . .	690
<i>Матюшина М. А., Петрова В. Н.</i> Транспрофессионализм и формирование профессиональной идентичности студентов . . . . .	696
<i>Мерсалова Е. А.</i> Особенности личности молодых людей, предрасполагающие к интернет-аддикции . . . . .	702
<i>Мурзина Ю. С.</i> Патриотизм как фактор позитивного развития личности: сравнительное исследование желания молодежи жить и строить семейный бизнес в России . . . . .	709
<i>Николаева Е. И., Калабина И. А., Сутормина Н. В.</i> Современный дошкольник в цифровом пространстве. . . . .	715
<i>Одинцова М. М.</i> О роли целостности в сохранении устойчивости личности . . . . .	720
<i>Самохвалова А. Г., Вишневская О. Н., Шипова Н. С.</i> Реакции подростков на стресс военного времени . . . . .	726
<i>Серафимович И. В., Вторушина А. В.</i> Ресурсность педагогического мышления в условиях непрерывного образования . . . . .	732
<i>Скотникова И. Г., Орли Ю. Л.</i> «Субъективный автобиографический опыт» в психотерапии: психометрические и энцефалографические корреляты . . . . .	739
<i>Скрыльникова Н. И.</i> Личность в эпоху искусственного интеллекта: возможности и угрозы . . . . .	745
<i>Халфиева А. Р., Чернов А. В., Аксенова К. Н.</i> Взаимосвязь ментальных структур, регуляторных свойств и психических состояний у сотрудников МФЦ . . . . .	751
<i>Шестова М. А., Перфильева Н. В., Забелина М. Р.</i> Эстетический опыт личности как часть жизненного опыта личности. . . . .	756
<i>Яновский М. И.</i> Влияние голливудской кинопродукции на моральное сознание личности . . . . .	762

**РАЗДЕЛ 6**  
**ЛИЧНОСТЬ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**  
**И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ**

<i>Абитов И. Р., Падалко В. С.</i> Особенности проявления суеверности у пациентов с онкопатологией . . . . .	768
<i>Агишева А. А.</i> Суицидальные тенденции на фоне переживания утраты близкого человека . . . . .	774
<i>Битюцкая Е. В., Кунашенко М. И.</i> Копинг ухода: особенности восприятия трудной жизненной ситуации . . . . .	780
<i>Бузина А. А.</i> События жизненного пути и их особенности при переживании последствий оскорбления . . . . .	786
<i>Вакарина Е. А.</i> Источники профессионального благополучия художников. . . . .	791
<i>Волкова Н. Э.</i> Индивидуально-личностный потенциал как фактор жизнестойкости. . . . .	797
<i>Головей Л. А., Галашева О. С.</i> Особенности повседневного стресса в среднем и старшем подростком возрасте . . . . .	802
<i>Доценко Е. Л., Маленова А. Ю.</i> Копинг и адаптивный интеллект: «совладать» vs «решать» . . . . .	807
<i>Дымова Е. Н.</i> Возрастная специфика удовлетворенности социальной поддержкой при разном уровне психотравматизации в группе женщин . . . . .	813
<i>Елизаров С. Г.</i> Особенности социально-психологической адаптации подростков с агрессивным поведением, находящихся в трудной жизненной ситуации в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних. . . . .	817
<i>Ермолова Е. О., Чаганова С. А.</i> Чувствительность к справедливости и совладающее поведение в условиях трудной жизненной ситуации. . . . .	824
<i>Иванов М. С., Яницкий М. С.</i> Проблемы и перспективы изучения совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях с позиций концепции психологического отношения к безопасности. . . . .	828
<i>Кашанов М. М.</i> Ресурсные предикторы автокреационных процессов конфликтной компетентности . . . . .	834
<i>Квасова О. Г.</i> Смысловые теории травмы . . . . .	840
<i>Киселёва И. В.</i> Совладающее поведение студентов с различными индивидуально-типологическими особенностями, проживающих в угрожающих жизни условиях . . . . .	844

<i>Краско А. С., Данилова М. В.</i> Тревожность и воспринимаемый стресс у учащихся 7–11 классов . . . . .	850
<i>Крупина К. М., Муртазина И. Р.</i> Жизнестойкость и автономность как ресурсы совладания с одиночеством в период взрослости . . .	857
<i>Лабунская В. А.</i> Трудная жизненная ситуация: страх негативной оценки внешнего облика во взаимосвязи с показателями межличностной чувствительности . . . . .	862
<i>Лямина Е. А.</i> Синдром дефицита внимания/гиперактивности как следствие посттравматического расстройства в раннем возрасте . . . . .	868
<i>Мелик-Карамян С. Г.</i> Проявления травмы войны среди различных групп населения Армении. . . . .	873
<i>Миронова А. А.</i> Личность в трудных жизненных условиях: наследие Л. И. Анцыферовой через призму современности . . .	879
<i>Михайлова Н. Ф., Истомина Е. А.</i> Совладающее поведение и личностные индикаторы психического здоровья у участников буллинга/кибербуллинга . . . . .	883
<i>Погонцева Д. В.</i> Статус в социальных сетях как совладающее поведение: к постановке проблемы . . . . .	890
<i>Полякова И. В.</i> Аутоагрессия: синергетическое и компенсаторное взаимодействие личности и ситуации. . . . .	894
<i>Полякова О. Б.</i> Типология ненормативного психологического кризиса у женщин, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, и способы его преодоления . . . . .	899
<i>Савина О. О., Карачева Е. А.</i> Парадоксы посттравматического роста и резильентности в оптике работы личности над собой. . . . .	904
<i>Севостьянова Е. Г.</i> Совладающее поведение обследуемых в условиях нового московского стандарта поликлиник . . . . .	909
<i>Сиповская Я. И.</i> Соотношение интеллектуальных способностей и эффективности совладающего поведения в старшем подростковом возрасте . . . . .	914
<i>Совмиз З. Р., Белоконь Ю. В.</i> Взаимосвязь командных и индивидуальных копинг-стратегий в различных условиях стресса на примере спортсменов, занимающихся академической греблей. . . . .	920
<i>Солодухин А. В., Серый А. В.</i> Стресс-факторы и особенности копинг-поведения у лиц юношеского и зрелого возраста в период пандемии COVID-19. . . . .	925

<i>Фаустова А. Г.</i> Особенности личностного функционирования подростков в условиях психологического насилия . . . . .	930
<i>Федотова М. В.</i> Психологические ресурсы в реализации обучающей деятельности . . . . .	935
<i>Харламенкова Н. Е.</i> Психология повседневности в работах Л. И. Анцыферовой: история, актуальные проблемы и перспективы исследований . . . . .	940
<i>Чернов А. В.</i> Динамика рефлексивной регуляции психических состояний студентов. . . . .	945
<i>Шачинова М. А.</i> Самореализация личности: духовный аспект . . . . .	951
<i>Юсупов М. Г.</i> Функциональные структуры познавательных состояний . . . . .	956

**РАЗДЕЛ 7**  
**ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ**  
**И РЕСУРСЫ ЛИЧНОСТИ, СУБЪЕКТА**

<i>Алексанова О. Е.</i> Анализ подходов к улучшению профессиональной адаптации и повышению жизнеспособности эмигрантов. . . . .	963
<i>Андрущенко О. Н.</i> Психолого-педагогическое сопровождение развития жизнеспособности подростков . . . . .	968
<i>Белявцева О. С.</i> Свобода выбора и мотивация к учебной деятельности в университете . . . . .	973
<i>Бехтер А. А.</i> О некоторых динамических аспектах проактивного совладающего поведения личности . . . . .	978
<i>Веричева О. Н.</i> Индивидуальная помощь уязвимым категориям детей, попавшим в трудную жизненную ситуацию. . . . .	982
<i>Волкова Е. В., Куваева И. О., Варламов А. В., Волкова Н. Э., Докучаев Д. А.</i> К вопросу о биохимии индивидуальных различий совладающего интеллекта . . . . .	988
<i>Галимов С. Ф.</i> Преодоление трудностей: личностная резильентность в подростковом возрасте. . . . .	993
<i>Гудзь Д. Е.</i> Клиническая психология в пенитенциарной практике работы с лицами, имеющими алкогольную и наркотическую зависимость . . . . .	999
<i>Забегалина С. В.</i> Жизнеспособность личности в контексте синергетического подхода . . . . .	1005

<i>Захарова Л. Н., Бадулина Ж. В.</i> Психологический возраст и субъективное благополучие российских и итальянских женщин-учителей: проблема связи . . . . .	1012
<i>Зиновьева Е. В., Кузнецова Е. А., Платонова Я. С.</i> Переживание микротравмирующих ситуаций в повседневной жизни человека . . . . .	1018
<i>Кольчугина Н. И., Шмелева Е. А., Львова Ю. А.</i> Личностные детерминанты психологической безопасности и жизнестойкости педагога . . . . .	1025
<i>Котовская С. В.</i> Особенности жизнеспособности, психологического благополучия и оценки качества жизни студенческой молодежи с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. . . . .	1030
<i>Курапова И. А.</i> Междисциплинарный подход к проблеме жизнеспособности . . . . .	1035
<i>Нестерова А. А.</i> Взаимосвязь особенностей эмоциональных коммуникаций в семье и жизнеспособности личности . . . . .	1041
<i>Ощепков А. А.</i> Жизнеспособность личности как потенциальный фактор превенции шуттинга: определение понятий . . . . .	1047
<i>Плющева О. А.</i> Супервизия как фактор влияния на общую и профессиональную жизнеспособность человека . . . . .	1052
<i>Семикин В. В., Анисимов А. И., Пикалова Н. В.</i> Психологические ресурсы здоровья лиц пожилого возраста . . . . .	1057
<i>Сергеева О. М., Красавина Я. А.</i> Возможности веры как ресурса совладания с ситуациями неопределенности . . . . .	1063
<i>Степашкина В. А.</i> Ранний дезадаптивный опыт и жизнеспособность личности: прикладное значение идей Л. И. Анцыферовой . . . . .	1069
<i>Шелоумова О. С.</i> Взаимосвязь фрустрационных реакций с показателями психоэмоционального статуса и ранними дезадаптивными схемами у детей с туберкулезом органов дыхания. . . . .	1074
<i>Шмелева Е. А., Кисляков П. А., Меерсон А.-Л. С.</i> Жизнестойкость в психологической безопасности личности специалистов помогающих профессий . . . . .	1079
<i>Щербакова А. М., Шехорина А. В.</i> Стилль принятия решений старших подростков и молодежи с нарушением статодинамической функции и его связь с особенностями их личностного потенциала. . . . .	1086

**РАЗДЕЛ 8**  
**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА.**  
**ГЕРОНТОПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ МУДРОСТИ**

<i>Баранова В. А., Савина О. О.</i> Образ современного пожилого человека у молодежи . . . . .	1091
<i>Васильев В. Л., Дремина М. В., Корнева Д. С.</i> Кризис позднего возраста . . . . .	1097
<i>Даниленко О. И.</i> Дружба в пожилом возрасте: антиципация трудностей как задача субъекта общения. . . . .	1102
<i>Дробышева Т. В.</i> Экономическая ресоциализация личности в пенсионном возрасте: подход к проблеме исследования. . . . .	1107
<i>Емельянова Т. П.</i> Этапы и сферы подготовки предпенсионеров к пенсионному переходу . . . . .	1112
<i>Калашникова М. Б., Квашнина М. М.</i> Представления молодежи о старости: гендерный и профессиональный аспекты . . . . .	1118
<i>Колобова С. В.</i> Психокоррекционная программа, направленная на реализацию личностного потенциала и повышение уровня удовлетворенности жизнью у лиц пожилого возраста . . . . .	1124
<i>Крупина К. М.</i> Роль сна в представлении о старении взрослого человека . . . . .	1130
<i>Мехтиханова Н. Н.</i> О взаимосвязи мудрости и самооценки личности . . . . .	1135
<i>Нелюбин Н. И.</i> Феномен поступающего мышления в философско-психологическом дискурсе о личности. . . . .	1140
<i>Никитина Е. А.</i> Индивидуальные ресурсы позитивного старения . . . . .	1146
<i>Новикова А. С.</i> Методика измерения трансцендентной и трансцендентальной временной перспективы в контексте проблем геронтопсихологии . . . . .	1150
<i>Нуркова В. В., Ганул Д. Д.</i> Интеграция с воспоминаниями о ностальгических периодах прошлого и субъективное благополучие в пожилом возрасте . . . . .	1156
<i>Павлова Н. С.</i> Исследование субъективного возраста во взаимосвязи с самооценкой здоровья и психологическим благополучием в позднем онтогенезе . . . . .	1163
<i>Саранчина Е. В., Петрова В. Н.</i> Сравнительный анализ критериев субъективного благополучия в пожилом возрасте . . . . .	1168



<i>Сергиенко Е. А.</i> Субъективный возраст как динамическая характеристика личности . . . . .	1172
<i>Смолянская Е. И.</i> Ресурсы позитивного старения. . . . .	1178
<i>Стрижицкая О. Ю.</i> Социально-психологические факторы стратегий футуризации старения . . . . .	1184
<i>Холодная М. А.</i> Принцип «единства приобретений и потерь» в структуре интеллекта на позднем этапе онтогенеза . . . . .	1188



*Посвящается 100-летию со дня рождения  
Людмилы Ивановны Анцыферовой*



**«И дольше века длится день...»:  
к 100-летию со дня рождения Л. И. Анцыферовой  
(вместо предисловия)**

*Н. Е. Харламенкова*

Институт психологии РАН, Москва

18 сентября 2024 года исполняется 100 лет со дня рождения известного советского и российского ученого с мировым именем – Людмилы Ивановны Анцыферовой. Ее профессиональный путь был связан с разработкой философских, методологических, теоретических вопросов психологии, с глубоким исследованием истории развития психологии и других актуальных проблем науки, имеющих в том числе непосредственный выход на практику.

Примечательно, что уже в самых ранних научных статьях, в работах, написанных ученым позднее, а также в зрелые годы жизни обсуждаются наиболее острые, фундаментальные вопросы науки. Следует в связи с этим напомнить, что в период обучения в аспирантуре Л. И. Анцыферова под руководством С. Л. Рубинштейна начинает разрабатывать сложную научную тему «Особенности первобытного мышления», которую, однако, в связи со сложившейся в начале 1950-х годов ситуацией в науке, приходится оставить: попытки объявить психологию лженаукой, борьба с космополитизмом и другие социально-политические веяния, отразившиеся на работе Объединенной сессии АМН и АН СССР (1950 г.), не позволили продолжить изучение закономерностей мышления первобытного человека (Анцыферова, 1992). Выбор другой темы исследования, связанной с анализом элементар-

ного наглядно-действенного мышления высших животных, и дальнейшие теоретико-экспериментальные исследования мышления человека, подтверждают наше предположение о том, что подобные судьбоносные события в жизни не только не препятствовали дальнейшему профессиональному и личностному росту исследователя, но, наоборот, формировали характер, стимулировали развитие познавательной мотивации, ориентировали и на процесс проведения исследования, и на его результат.

Заметим, что среди значительного количества публикаций Л. И. Анцыферовой вряд ли найдутся такие, которые можно назвать случайными, поверхностными, написанными «на скорую руку». Прослеживая библиографическую историю ученого, нетрудно увидеть логику развития ее научных интересов и одновременно единство и целостность ее подхода к психологии человека. Исследование психологических закономерностей мышления как процесса, верификация гипотезы о роли субъекта в изменении значения проблемной ситуации, в «превращении» с помощью приемов анализа и синтеза ранее латентных, фоновых свойств задачи в основные (Анцыферова, 1960а) и другие особенности мыслительной деятельности человека определили принципы научной работы ученого на долгие годы.

Благодаря эрудиции, таланту и тонкому исследовательскому чутью Л. И. Анцыферова провела глубокий историко-психологический анализ проблемы мышления в разных научных направлениях – в Вюрцбургской школе (О. Кюльпе, А. Майер, И. Орт, К. Марбе и др.), в работах О. Зельца, И. Мальцмана, в трудах А. Валлона. Автором проанализированы, критически осмыслены и систематизированы исследования представителей классического бихевиоризма и необихевиоризма (К. Халл, Д. Берлайн и др.), концепция «объективной психологии» (А. Пьерон, П. Жане, О. Хебб), историческая психология (школа Мейерсона–Вернана), теория онтогенетического развития психики (Ж. Пиаже, А. Валлон) и др. (Анцыферова, 1966, 1967, 1969; Журавлев, Харламенкова, 2009; Ярошевский, Анцыферова, 1974). Эти и другие работы автора стали для психологов, философов и иных специалистов гуманитарного профиля того времени бесценным и, пожалуй, чуть ли не единственным кладом знаний, демонстрирующим достижения мировой психологии XX в. Отметим, что в настоящее время значимость публикаций Л. И. Анцыферовой, посвященных историко-психологическому анализу научных психологических школ, занимающихся проблемами методологии и истории психологии, мышления и личности, только возрастает. Причина такого интереса к автору и его работам кроется не только в умении точно и последовательно переда-

вать смысл конкретного подхода, дословно излагать процедуру и результаты оригинальных экспериментов, но и встраивать рассматриваемую теорию в систему своих собственных, авторских представлений о психологии человека, его развитии, способности размышлять, оставаться верным себе и изменяться в разных жизненных обстоятельствах. Анцыферова последовательно доказывает укоренившуюся в работах С. Л. Рубинштейна и его учеников идею о человеке как о субъекте жизненного пути, о том, что «каждая личность до некоторой степени сама создает ту систему, тот мир, в котором живет и „логика“ которого формирует ее свойства» (Анцыферова, 1982, с. 142).

Настоящая книга подготовлена к столетнему юбилею со дня рождения Л. И. Анцыферовой, который отмечается не только изданием этого труда, но и проведением 26–27 сентября 2024 г. в Институте психологии РАН Всероссийской научной конференции с международным участием «Психология личности: методология, теория, практика».

Решение об организации данного мероприятия с целью обсуждения широкого круга вопросов, формулируемых в рамках актуального направления науки – психологии личности, было вызвано необходимостью оценки степени новизны и актуальности исследований в этой области психологии, крупный вклад в разработку которой был сделан Л. И. Анцыферовой. Методологический, историко-психологический и теоретический анализ личности как объекта психологического исследования имел для автора самостоятельное значение, а также позволил сформулировать основные положения авторского подхода к психологическому изучению личности, привести доводы в пользу его верификации.

Первый раздел книги **«Методология, теория и фундаментальные проблемы современной психологии личности»** основан на целом ряде исследований и публикаций Л. И. Анцыферовой, посвященных обоснованию методологических принципов психологического исследования личности (Анцыферова, 1980, 1981а, б, 1982 и др.) – системного подхода, принципов развития и субъекта, идеи непрерывного образования личности, а также изучению «заинтересованной, инициативной, целиком захватывающей человека деятельности» как «главного условия согласованного, гармоничного функционирования многоуровневой организации личностной системы» (Анцыферова, 1982, с. 147).

Анцыферова пишет, что системный подход имеет свои ограничения в психологии личности, что, однако, не исключает необходимости формулировки ряда важнейших исследовательских задач. Своего решения ожидают следующие вопросы: «1) становление личности

как необходимого, относительно самостоятельного и активного компонента более широких систем, в составе которых личность выполняет важные для жизнедеятельности этих систем функции; 2) характер связей и отношений между компонентами личностной системы (системообразующие, управления, регуляции, содействия, компенсации, нейтрализации, дополнения, соподчинения, коррекции и др.); 3) внутренняя упорядоченность, интегративность личностной системы, ее иерархически-уровневое строение, вертикальная и горизонтальная структура, закономерности целостного функционирования и реорганизации; 4) связи между генетическими и функциональными уровнями личностной системы; 5) личностное развитие как системное диахроническое образование» (там же, с. 140). Реализация системного принципа в психологии личности тесно соотносится автором с принципом развития и принципом субъекта, с гуманистическим взглядом на человека как открытую, развивающуюся систему, с пониманием, согласно С.Л. Рубинштейну, «качественного преобразования уровней, соответствующих более ранним стадиям» развития личности при «становлении более высоких и совершенных уровней ее организации» (там же, с. 143).

На основе ряда методологических принципов, критического анализа теоретических моделей личности, опыта анализа эмпирических данных Анцыферова предлагает свой — *динамический* подход к изучению личности, противопоставляя его структурному и процессуальному подходам (Анцыферова, 1981а, 1990; Журавлев, Харламенкова, 2019; Харламенкова, 2022, 2023).

Научный подход Анцыферовой к психологическому исследованию личности гармонично наследует идею С.Л. Рубинштейна, касающуюся психического как процесса — живого, динамичного, изменяющегося. В отношении личности эта идея представляется в качестве изучения «*реального человека*», который «взаимодействует с реальным миром» (Анцыферова, 1960б, с. 157). В этой фундаментальной идее отражается общее понимание Анцыферовой сущности личности как изменяющегося, но не изменяющего себе субъекта, во взаимодействии которого с миром он вновь и вновь порождает себя как личность. Динамический подход в понимании Анцыферовой «ориентирован на качественное изменение личности, на ее формирование и развитие — прогрессивное или регрессивное, на ее совершенствование или деформацию, на выяснение ее трансформации и стагнации» (Анцыферова, 1990, с. 8). В соответствии с авторской точкой зрения, включение человека в разные виды деятельности позволяет ему динамично проявлять и развивать свои личностные качества, меняться системно, откры-



вать в себе новое (подобным образом в школе Рубинштейна описывается мыслительный процесс).

Обобщая высказанные Анцыферовой идеи относительно сущности динамического подхода, сформулируем ключевые положения ее авторской концепции: 1) личность в психологии исследуется как реальный человек, функционирующий в реальном мире и 2) находится в процессе постоянного взаимодействия с ним, является открытой системой, автором собственных изменений и преобразований, субъектом, который непрерывно «творит свой мир повседневности»; 3) личность не изолирована от внешнего мира, но функционирует в определенном контексте, которым является деятельность, трактуемая как «динамическое многофазное развертывание личности, как особый тип последовательности личностных преобразований» (там же, с. 9); 4) личность — «целостная живая психологическая организация» (Анцыферова, 1981а, с. 14), которая развивается, формируя в своей организации новые и новые механизмы...» (Анцыферова, 1990, с. 14), что и создает ее определенную устойчивость; 5) правдоподобность динамического подхода к исследованию личности подтверждается при исследовании особенностей развития личности в повседневных обстоятельствах, а также в трудных жизненных ситуациях при условии включения в общую динамическую модель личности феномена мудрости как своеобразного системного копинга (Журавлев, Харламенкова, 2014). Более подробно основные положения динамического подхода к психологическому исследованию личности изложены в соответствующей публикации (Харламенкова, 2023, с. 471–476).

В статьях первого раздела книги проводится глубокий анализ научных воззрений Л. И. Анцыферовой на природу организации и развития личности, определяются перспективы разработки фундаментальных проблем психологии. Значительное место отводится высказанным Анцыферовой идеям, которые выступают основанием для формулировки самых смелых гипотез и изучения новых феноменов, создания оригинальных теоретических концепций. Так, в логике консолидации методологических позиций психологии анализируются принципы общения и диалогичности сознания, исследуется феномен внутренней коммуникации как средство репрезентации субъективного опыта личности; идеи Анцыферовой о неявных, латентных свойствах предметной среды, деятельности, личности находят воплощение в разработке понятия скрытого порядка в мире физических и психических явлений; положение о способности личности к саморазвитию находит продолжение в изучении структуры духовных способностей.

В этом же разделе рассматривается проблема аутентичности личности, представлена субъектная концепция диспозициональной аутентичности, понимаемая как способность человека быть верным своей индивидуальности, пространственно-временным обстоятельствам своей жизни и предназначению. В контексте сформулированных Анцыферовой методологических и теоретических положений о природе психического, о специфике личностного развития обсуждаются проблемы динамики психических состояний, поведения как процессуально-динамической характеристики личности, обобщаются результаты исследования особенностей самоорганизации личности в ситуации значимых переживаний телесной и временной модальностей.

Рассматриваемые в статьях методологические и теоретические проблемы современной общей психологии и психологии личности подтверждают единство отечественной науки и одновременно уникальность научных школ, представленных в настоящей книге исследованиями ученых из ведущих научных и образовательных учреждений России, Белоруссии, Казахстана, Узбекистана – Краснодара, Казани, Минска, Москвы, Самары, Санкт-Петербурга, Ярославля и др.

Второй раздел книги **«Историко-психологические исследования личности и индивидуальности»** традиционно объединяет исследования, подтверждающие наличие явной исторической преемственности и содержательного единства методологии, теории и принципов эмпирической проверки гипотез в психологии личности.

Особенности анализа зарубежных и отечественных теорий личности можно проследить по публикациям Л. И. Анцыферовой разных лет. Уникальная способность ученого сохранять в неизменном и неискаженном виде основное содержание той или иной концепции гармонично сочетается с умеренной критикой и с поиском возможных решений тех проблем, которые были ею эксплицированы. Так, соглашаясь с критической оценкой Гордоном Олпортом принципа гомеостаза в исследовании личности, с утверждением о непрерывном становлении личности как основной форме ее существования (Анцыферова, 1970, с. 172), Анцыферова оппонирует ученому по вопросу о роли деятельности в развитии мотивации, которой, по ее мнению, уделяется недостаточное внимание. Анализируя исследования Курта Левина в одной из своих первых работ, посвященных психологическим теориям личности, Анцыферова пишет буквально следующее: «...слабость теории К. Левина заключается именно в том, что она исходит из уже сложившегося „психологического мира“ личности, ни происхождение, ни закономерности формирования которого неизвестны» (Анцыферова, 1960б, с. 156). Сделанный ею вывод не препятствует, одна-

ко, в целом вполне позитивной оценке теории поля К. Левина, а также формулировке основных задач исследования личности в психологии: 1) изучения личности не только в терминах напряжения и его редукции, но и в категориях содержания и смысла, 2) понимания природы личности не как статичной, а как динамичной организации, 3) исследования не только переживаний личности, но и ее познавательных стратегий, 4) изучения личности как человека, активно взаимодействующего с реальным миром, преодоления принципа ее функционирования в замкнутом пространстве своей психики.

В соавторстве с М. Г. Ярошевским Анцыферовой был подготовлен и издан фундаментальный труд, посвященный анализу развития и современного состояния зарубежной психологии (Ярошевский, Анцыферова, 1974), в котором собственно «личностная проблематика» была представлена довольно широко. Наряду с этим в отдельных научных статьях, опубликованных Анцыферовой в основном в периодических изданиях «Вопросы психологии» и «Психологический журнал», подробно и последовательно анализируется научное творчество А. Валлона, П. Жане, А. Маслоу, Х. Томе, Л. Колберга, К. Юнга, Э. Эриксона, Б. Г. Ананьева и др.

Следует отметить, что особый интерес для Анцыферовой представляли исследования и в области исторической психологии, которым, однако, было уделено меньше внимания, чем вопросам истории психологии. Тем не менее, известно, что, вступая в заочный диалог со своим учителем С. Л. Рубинштейном по поводу компетентности психологии в решении проблемы исторического развития психики, Анцыферова утверждала, что своеобразие психики человека можно воссоздать по продуктам его созидательной деятельности, «по всей совокупности его творений, характерных для определенной эпохи» (Анцыферова, 1971, с. 86). В той или иной мере задачи данного направления исследования сейчас успешно реализуются в научных проектах сотрудников лаборатории истории психологии и исторической психологии Института психологии РАН и сотрудников других научных и образовательных организаций.

В статьях второго раздела дается общая характеристика системного, культурно-исторического, субъектного и других подходов, в контексте анализа которых обсуждается широкий спектр проблем истории и исторической психологии, психологии личности. Центральное внимание уделено анализу исследований Л. И. Анцыферовой и ее вкладу в развитие отечественной и мировой психологии; обсуждаются вопросы изучения ее жизненного и творческого пути, рассматривается традиционный качественный подход к подготовке научных биогра-

фий, ставится задача развития количественного (библиометрического) подхода к исследованию жизни и творчества ученого.

Авторами показана специфика российской научной традиции в работах Л. И. Анцыферовой, которая заключается в постановке антропологической проблемы; отмечается, что идеи Анцыферовой, сформулированные еще в 1960-х годах, открывают перспективы новой постановки актуальных проблем, обсуждаемых в мировом дискурсе, в области как психологии личности, так и когнитивных процессов.

Вопросы истории психологии и задачи исторической психологии взаимно пересекаются в ходе анализа биографий и научного творчества Л. И. Петражицкого, А. Е. Петровой, В. В. Зеньковского, Н. А. Ладовского, учения Нила Сорского, профессиональной деятельности Августа Крогиуса; обсуждается роль в жизни выдающихся деятелей, известных ученых яркого, талантливый учителя, под влиянием которого вектор жизненной направленности, содержание профессиональной деятельности могут существенно измениться.

Анализ понятия «личность» в дореволюционной психологии, основание ведущих психологических характеристик исторической личности, определение причин и следствий изменения ценностных ориентаций в периоды социально-политических преобразований, проблема ответственности и другие важнейшие вопросы психологии личности, истории психологии и исторической психологии рассматриваются в данном разделе книги в свете научного творчества Л. И. Анцыферовой, в широком диапазоне проанализированных ею проблем – от логики мышления через психофизиологию познания до психотренингов мудрости личности.

Третий раздел книги **«Психология развития и проблема жизненного пути личности»** основан на фундаментальных работах Л. И. Анцыферовой, посвященных динамике изменений личности в процессе жизни. Развитие личности происходит не самопроизвольно (т. е. только по своим внутренним законам), но обусловлено интеграцией личности во взаимодействие с миром, благодаря участию в разных видах деятельности. Согласно автору, «деятельность можно трактовать как динамическое многофазное развертывание личности, как особый тип последовательности личностных преобразований» (Анцыферова, 1990, с. 9). В деятельности как в социальной форме активности человека заложен общественный опыт человечества, но сама личность, включаясь в нее, как бы создает себя в этой социальной форме жизни, проявляясь и развиваясь, поэтому далеко не случайно предложение ученого назвать свою концепцию *динамической моделью развертывания личности в ходе деятельности* (там же, с. 11; Харламенкова, 2023, с. 473).

Проблема развития личности – «краеугольный камень» научного творчества Л. И. Анцыферовой, одна из центральных задач, с целью решения которой под ее научной редакцией были подготовлены и изданы коллективные монографии «Принцип развития в психологии» (1978), «Психология формирования и развития личности» (1981), опубликованы авторские статьи (Анцыферова, 1978; Анцыферова и др., 1988; и др.) и индивидуальная монография «Развитие личности и проблемы геронтопсихологии» (Анцыферова, 2004а, 2006).

Методологический принцип развития рассматривается Анцыферовой в единстве с другими фундаментальными принципами психологии – системным подходом, принципом субъекта, принципом активности и др. Только в таком интегрированном единстве методологических оснований психологии можно, согласно ее точке зрения, понять и объяснить природу психических явлений, природу личности как реального, живого человека, функционирующего в реальном мире.

Вопросы философского, методологического характера находят воплощение в обсуждении Анцыферовой конкретных теоретических проблем психологии, таких, например, как понятие психологического механизма, процесс непрерывного образования личности, психология повседневности, совладающее поведение и др. Раскрывая смысл феномена непрерывного образования, Анцыферова сосредотачивает внимание не на процессе получения знаний, совершенствовании когнитивных навыков, которые обычно привязывают к определенному жизненному этапу (детству, подростковому возрасту, юности), а на типичном для человека любого возраста стремлении к самосовершенствованию, говоря о «безграничности личностного развития человека, о развитии как основном способе существования личности» (Анцыферова, 2004а, с. 85).

В коллективной монографии 1978 г. «Принцип развития в психологии» были опубликованы статьи известных в отечественной и в мировой науке авторов, представляющих разные школы и подходы. Подобное отношение к выбору авторов было характерно для Л. И. Анцыферовой практически во всех ее начинаниях, хотя и не исключало, а, наоборот, предполагало умение и настойчивое стремление ученого высказывать свою собственную точку зрения по той или иной проблеме. Думается, что именно поэтому данная книга нашла живой отклик у нескольких поколений ученых и стала мотивирующим фактором в подготовке нового научного труда «Принцип развития в современной психологии», изданного в 2016 г. под общей редакций А. Л. Журавлева и Е. А. Сергиенко. Авторы предисловия к этой книге точно подмечают: «Учитывая вероятностный и неопределенный

характер развития индивида, понятно, что в настоящее время никакие общие модели не могут предсказать развитие индивидуальности человека. А это означает, что разработка принципа развития требует еще больших усилий и консолидации различных психологических школ, подходов в попытках „сетью и неводом“ охватить все многообразие исследований и парадигм, приблизиться к пониманию детерминант психического развития» (Журавлев, Сергиенко, 2016, с. 24). Сделанный авторами вывод открывает новые перспективы в обсуждении принципа психического развития субъекта и позволяет проследить связь между исследованиями Л. И. Анцыферовой и работами современных ученых, публикации которых представлены в том числе и в третьем разделе настоящего издания.

Рассматривая динамику изменения личности как развитие активного субъекта, Анцыферова подчеркивала значимость исследования произвольной активности и саморегуляции личности. Преемственность этих идей прослеживается в обсуждении в целом ряде статей данного раздела таких проблем, как контроль поведения, самоконтроль, эмоциональная регуляция, совладающее поведение и других вопросов, анализ которых демонстрирует понимание особенностей функционирования ребенка, подростка, молодого, зрелого и пожилого человека как способных проявлять собственную активность и уверенность. Критическими для верификации данного положения, но не опровергающими его, являются наблюдения за поведением человека, его переживаниями, когнитивной и эмоциональной регуляцией в трудных жизненных ситуациях – в условиях тяжелой болезни, переживания родительского стресса, адаптации детей разного возраста к новой социальной ситуации развития и др. Обсуждается важная для современной психологии тема поиска социальной поддержки и его особенностей в разных культурах.

Благодаря большому разнообразию раскрытых в статьях проблем достигается возможность оценки особенностей психического развития личности на разных этапах взросления. Так, в контексте общей проблемы жизненного пути человека рассматривается тема становления асертивной личности, проблема организации консультативного диалога по вопросам трудности постановки и достижения жизненных целей, решается задача выделения этапов познания психологических закономерностей жизненного пути личности в художественной литературе и др. Различия в выборе объекта (ребенок, подросток или взрослый) и предмета исследования (от изучения особенностей социального познания в младшем школьном возрасте, оценки сопряженности репрезентации пространства тела и ментальной репрезен-

тации до анализа «бытийных метаморфоз» взрослой личности, об- суждения закономерностей профессионального развития личности) не препятствуют созданию целостной картины психического разви- тия человека и выделению индивидуальных «способов осуществле- ния образа жизни» (Анцыферова, 1981б, с. 18), подтверждающих вну- треннюю и экологическую валидность исследований.

Четвертый раздел «**Социальная психология личности**» посвящен во- просам, в зависимости от изначально выбранного методологического ракурса решения которых исследователь в большей или меньшей сте- пени признает значимость собственной активности личности, считает ее исходной либо производной (Брушлинский, 2003, с. 165), при этом «собственное» соотносится с понятием субъекта. В работах Л. И. Ан- цыферовой «при сравнении понятия личности и субъекта приоритет- ное место отводится именно личности, ее ценностно-смысловой, со- держательной основе, духовности, нравственности и пр. Субъект же воспринимается как инициатор активности, контролирующий чувст- ва, разрешающий трудные ситуации. Даже в частных научных бесе- дах Анцыферова всегда была „на стороне“ личностной проблема- тики» (Харламенкова, 2023, с. 470).

Выбирая «личностную проблематику» как наиболее предпочти- тельную, Анцыферова остается на общих методологических позициях, сформулированных в школе Рубинштейна: «Фактически, эмпиричес- ки, генетически приоритет принадлежит другому „я“ как предпосыл- ке выделения моего собственного „я“» (Рубинштейн, 1997, с. 70); «че- ловек выступает как часть бытия, сущего»; «человек включен в бытие своими действиями, преобразующими наличное бытие» (там же, с. 71). Следуя этим методологическим установкам, Анцыферова утверждает: «Развитие психической организации личности происходит в процессе многообразного включения растущего человека во все более широкие социальные и природные системы» (Анцыферова, 1982, с. 140). Наряду с этим отмечается, что интеграция ребенка в систему социальных отношений происходит не принудительно, не механически, но пре- ломляется через «внутреннее», «собственное», личностное: «...каждая личность до некоторой степени сама создает ту систему, тот мир, в ко- тором живет и „логика“ которого формирует ее свойства»; «эта систе- ма меняется на протяжении всей жизни человека как под влиянием не зависящих от него обстоятельств, так и в результате его собствен- ной духовной работы по конструированию своих отношений» (там же, с. 142). В этом смысле название данного раздела в целом оказывается идентичным представлениям Анцыферовой о личности как об объ- екте общепсихологического исследования. Небольшой нюанс, од-

нако, состоит в том, что, говоря о личности с общепсихологической точки зрения, мы учитываем, принимаем, но не всегда точно определяем тот социальный контекст, в котором она находится в данный момент. С точки зрения социальной психологии личности, обозначение этого контекста, социальных условий развития, особенностей малой или большой группы, а также возможной динамики личностных характеристик в зависимости от структуры и динамики группы и, наоборот, влияния личностных (например, лидерских) качеств на групповые процессы становится обязательным условием проведения корректно спланированного исследования.

Дополнительно отметим, что специфика исследования психологических особенностей личности, включенной в те или иные условия социального взаимодействия, состоит в концентрации внимания исследователя на изучении коммуникативных навыков субъекта, стиля его взаимодействия с людьми при учете целого ряда дополнительных переменных — особенностей партнеров по общению, предмета коммуникации, степени опасности ситуации, осведомленности коммуникантов о наличии или отсутствии угроз и др. Специально исследуются проблемы одиночества, доверия/недоверия, манипуляции и его эффектов, самоопределения в семейной и профессиональной среде, переживания психологической безопасности, социализации детей и подростков, проявления агрессивности, насилия и лояльности людей по отношению друг к другу, а также такие социально-психологические феномены, как ценностно-аффективная поляризация социальной группы, структура и динамика социальных представлений, мотивация трудовой деятельности, виды и функции социальной установки и др. Многие из перечисленных нами проблем нашли отражение в публикациях настоящего раздела книги.

Новое прочтение и развитие идей, сформулированных Л. И. Анцыферовой, представлено в статьях данного раздела, посвященных проблеме непрерывного образования и разработке новых моделей обучения в современных условиях жизни детей и взрослых. Дальнейшее развитие получила проблема морально-нравственного становления личности, связанная с выделением стилевых характеристик моральных суждений. Рассматриваются различные аспекты проблемного взаимодействия личности в партнерских отношениях и в отношениях личности и группы, — например, особенности поведения в ситуации межличностного конфликта. Интересными представляются исследования структуры социальных представлений о насилии и ее взаимосвязь с качествами близких отношений: удовлетворенностью и стилем привязанности, а также особенностей понима-



ния других людей у субъектов с высоким уровнем эмоциональной зависимости.

Связь социально-психологических и индивидуально-личностных характеристик субъекта нашла отражение в разработке феномена ролевого эталона оценивания личности; определены различные планы исследования этой проблемы – онтологический и гносеологический, выделены разные способы социального познания, позволяющие решать проблему ролевого эталона оценивания с позиции формирования его человеком в одном из двух качеств субъекта познания: субъекта интерпретации или субъекта объяснения.

В целом широкий круг задач, поставленных в статьях данного раздела книги, отражает современный срез исследований, посвященных проблемам социальной психологии личности.

Пятый раздел **«Личность в новых условиях. Психология личности и среды»** содержательно связывает работы Л. И. Анцыферовой, посвященные проблеме развития личности и изменения ее социально-психологического статуса, с современными исследованиями, благодаря которым появляется возможность изучения психологических проблем и ресурсов человека, функционирующего в новых социальных, природных, когнитивных и иных средах, в условиях виртуального пространства. Анцыферова писала: «Разумеется, стадия развития взрослого человека, точно так же как стадии детства или юности, имеет общественно-историческую обусловленность. При медленных темпах социальных изменений, характерных для прошлых эпох, необходимость зрелого человека психологически меняться ощущалась гораздо слабее, чем в наш век быстрых социальных перемен» (там же, с. 142). Несмотря на то, что высказанная более сорока лет назад мысль касалась разработки концепции непрерывного образования, она не потеряла своей новизны и вполне может быть экстраполирована на другие проблемы, подтверждая важность еще одного положения, сформулированного ученым. Это положение связано с критической оценкой внеконтекстного подхода к изучению личностных особенностей как игнорирующего важность включения переживаемой человеком трудной ситуации, житейской неприятности в целостную картину жизненных событий человека и не учитывающего обстоятельства, в которых произошла конкретная ситуация, когда «событие рассматривается изолированно от ситуаций, предшествующих ему, и от состояния человека, в котором он находился незадолго до случившейся беды» (Анцыферова, 2004а, с. 97).

Исследования К. Левина, У. Лер, Х. Томе, других известных ученых, обратившихся к изучению проблемы психологического пространства

личности, психологии повседневности, жизненного контекста, жизненного пути, биографического стресса, оказали большое влияние на научное творчество Л. И. Анцыферовой, которая, в свою очередь, сумела продемонстрировать их масштабность и оценить огромный исследовательский потенциал (Анцыферова, 1993, 1995). Одна из известных современных ученых, ученица Л. И. Анцыферовой С. К. Нартова-Бочавер пишет: «Изучение повседневной жизни человека как самостоятельное направление в отечественной традиции впервые было представлено Л. И. Анцыферовой... Людмила Ивановна обладала редким свойством сочетать креативность, пронизательность и чуткость в предвидении направлений развития психологии с умением вести научный диалог с другими школами, демонстрируя верность не парадигме или клану, а Истине» (Нартова-Бочавер, 2019, с. 15). Обладая этими качествами, Анцыферова очерчивала перспективы развития той или иной проблемы, подчеркивала важность некоторых задач, тем, экспериментальных фактов, которые в тот момент находились пока еще в латентном для исследователей состоянии. Обратив внимание ученых на исследования проблем психологии повседневности, Анцыферова создала удачный прецедент интеграции «психологии среды с психологией стресса и совладания» (там же, с. 23), по-существу, подготовив почву для интенсивного развития психологии повседневности и психологии среды как одного из актуальных современных направлений формирования психологического знания, в котором хранится «ключ к пониманию человеческой личности... и ресурс ее самоизменения» (там же). Целевое обращение к проблематике психологии повседневности и среды открывает возможности для дальнейшего развития психологии индивидуально-психологических различий, а при правильной организации исследования создает условия для повышения экологической валидности научных данных.

Анализируя современные работы в этом направлении, эскизно остановимся на содержании статей, включенных в данный раздел книги. Значительное количество публикаций посвящено особенностям личности — ее переживаниям, совладанию с трудностями, ресурсам и антиресурсам, способности к регуляции и саморегуляции в различных средовых условиях жизни — в виртуальной, информационной, этически нагруженной среде, в условиях образовательной и профессиональной среды, в угрожающей жизни среде. В целом исследования строятся в соответствии с принятым в субъектном и субъектно-деятельностном подходе принципом самоорганизации личности, ее активности, пластичности и ориентации на адекватные способы решения проблемных задач, доказывая, что «свободный и легкий переход

от одного функционального уровня к другому, способность определенное время находиться на уровне, требующем меньшего психологического напряжения, и затем вновь возвращаться на более высокий уровень — признак и залог психологического здоровья личности, а возможно, и форма аутопсихотерапии» (Анцыферова, 1981, с. 15).

В соответствии с заданными Анцыферовой ориентирами актуальными являются проблемы исследования временной перспективы и суверенности психологического пространства личности у молодежи, тема нравственного и духовного развития, креативности и самоактуализации, экзистенциальной идентичности и исполненности, эмоциональной безопасности личности и эмоциональной безопасности среды. Моральное развитие личности, «правильный» и «неправильный» выборы исследуются с учетом конкретного контекста. Проблема добра и зла рассматривается с разных точек зрения — и как экзистенциальная проблема, и как конкретная задача, которая актуализируется в психологическом дискурсе. Высшие человеческие ценности — поиск смысла жизни, гуманизм, свобода и ответственность — приобретают новое содержание в соответствии с выбором разных жизненных сред, включая политическое самоопределение, одним из проявлений которого является патриотизм.

На стыке общей и социальной психологии личности, организационной психологии формулируется тема «человечности организации», которая определяет конструирование отношений на основе морали, нравственности, духовности и рассматривается как мягкая модель управления ее антихрупкостью. Показано, что индикатором такого рода организации является самореализация, создание оптимальных условий для профессионального здоровья персонала, сохранение психического здоровья организации и индивидуального психического здоровья каждого сотрудника.

В статьях данного раздела, в частности, при обсуждении темы субъективного автобиографического опыта в психотерапии, конкретизируется мысль Л. И. Анцыферовой о необходимости «учитывать в исследованиях „приватный опыт“ [личности. — *Н. Х.*], рассматривать трудные ситуации глазами самого субъекта, с точки зрения его „внутренней ситуации“» (Анцыферова, 2004а, с. 100).

Шестой раздел книги «**Личность в трудных жизненных ситуациях и совладающее поведение**» затрагивает одну из тщательно разработанных Л. И. Анцыферовой проблем, представленных в ее исследованиях целым рядом интересных публикаций (Анцыферова, 1993, 1994, 1995). Благодаря разработке этой темы ей удалось интегрировать задачи общепсихологического исследования личности со стратегиями поиска

индивидуально-психологических различий в переживании и совладании человека с житейскими трудностями и жизненными угрозами. Все интенсивнее эксплицируется представление о вариантах жизненных выборов, о том, что своевременность действий и поступков человека следует трактовать как одно из проявлений его мудрости (Журавлев, Харламенкова, 2014), кроме того, подчеркивается важность эффективной саморегуляции и социальной поддержки, необходимость обращения человека за помощью (Харламенкова, 2014, с. 12). Всё это, тем не менее, не подменяет главной мысли автора об активности и действенной позиции самого человека, о том, что «лишь сам субъект в силах изменить свою индивидуальную „теорию“, сделать ее более реалистичной, переосмыслить выпавшее на его долю несчастье как неотъемлемую часть жизни, а не как незаслуженное наказание судьбы» (Анцыферова, 1994, с. 7).

Переживание трудной и даже экстремальной ситуации воспринимается Анцыферовой так, как это было принято в школе Рубинштейна, т. е. реалистично. Отсутствие необоснованных иллюзий относительно «жизни без трудностей» позволяет и далее придерживаться сформировавшегося ранее мнения о функционировании живой, реальной личности в условиях постоянно меняющегося мира, составной и даже неотъемлемой частью которого являются повседневные трудности и экстремальные жизненные события. Переживание этих событий подтверждает наличие у личности адаптивных ресурсов, а также возможностей, благодаря которым она создает новую действительность, «творит свой мир повседневности» (Л. И. Анцыферова) и себя в этом мире.

В контексте сформулированных Л. И. Анцыферовой идей об особенностях преодоления личностью трудных жизненных ситуаций в статьях данного раздела книги обсуждается влияние индивидуально-типологических особенностей человека на его совладающее поведение в ситуации пролонгированного психотравмирующего воздействия, рассматривается структура механизмов совладания с одиночеством (жизнестойкость и автономность) на разных этапах взрослости.

Развивая взгляды Анцыферовой на возникновение новых трудных ситуаций и приемов совладания с ними в изменяющихся общественно-исторических условиях, ряд авторов описывает специфику преодоления личностью таких актуальных стрессоров, как кибербуллинг, проживание в зоне военных действий и др. Проводится анализ психологических последствий переживания оскорбления, угрожающей жизни болезни, утраты близкого. Обсуждается проблема само-

уничжительного юмора и самоиронии в рамках социальных сетей как возможного показателя совладающего поведения.

С опорой на сформулированные Анцыферовой методологические принципы анализируется феномен аутоагрессии, рассматривающийся автором как синергетический и компенсаторный механизм решения трудной ситуации.

Вслед за идеями Л. И. Анцыферовой о соотношении понятий субъекта и личности последняя трактуется авторами в качестве активно-го деятеля, который «ваяет» себя, выстраивая и создавая пространство собственной жизни, уникальный жизненный мир. Субъект ставит цели и намечает жизненные планы, избирает стратегии жизни. В работах осуществляется попытка поиска теоретико-методологической основы для изучения духовного аспекта личностной самореализации.

Придерживаясь гуманистического подхода, авторы статей отмечают, что личность находится в процессе постоянного несовпадения с собой, выхода за свои пределы. Анализируются и выявляются механизмы организации внутреннего мира человека, которые обеспечивают ему благополучие, комфортное существование или неосознанно деформируют его жизненный путь.

Комплексный учет таких понятий, как личность и ее жизненный путь, открывает возможности рассматривать их в некоем целостном фрейме синергетического и компенсаторного взаимодействия личности и ситуации. Авторы отмечают, что исследование личности без учета контекста конкретной ситуации и наоборот – ситуации без учета психологических особенностей ее восприятия индивидом, не имеет смысла.

Примечательно указать на то, что контекстуальные особенности жизненного пути личности рассматриваются преимущественно с позиции анализа ситуаций разной степени стрессогенности. В работах обосновывается актуальность и перспективность изучения проблем психологии повседневности, показывается связь современных исследований с работами Л. И. Анцыферовой, изучаются признаки повседневного стресса. В русле идей деятельностно-смыслового подхода авторы предлагают использовать новые понятия для изучения психологии человека в неповседневных, экстремальных ситуациях; существенный акцент делается на изучении стратегии избегания и на дальнейшем анализе проблемы суверенности личности. Анализируются субъективные и объективные факторы трудной жизненной ситуации, затрагивается тема неопределенности.

В русле продолжения развития идей динамического подхода к исследованию личности большинство работ, включенных в данный раз-

дел, направлено на анализ способов актуализации личностью имеющихся у нее стратегий совладания, а также на поиск механизмов, способствующих формированию новых личностных ресурсов.

Седьмой раздел книги **«Жизнеспособность и ресурсы личности, субъекта»** представляет новое направление в современной психологии, интенсивно развиваемое благодаря исследованиям, которые проводятся в разных научных школах (Махнач, 2016; Махнач, Микляева, Сараева и др., 2024; и др.); оно тесно связано с гуманистическим подходом к исследованию личности Л. И. Анцыферовой и в целом — с научными традициями школы С. Л. Рубинштейна.

Согласно Анцыферовой, человек обладает неисчерпаемыми возможностями, стремится к личностному росту и самосовершенствованию, способен предпринимать усилия, направленные на преодоление деформаций своего развития. Потребность в конструктивно-преобразующей деятельности становится наиболее очевидной при соприкосновении субъекта с жизненными трудностями, преодолимыми и непреодолимыми препятствиями. Ценность научного подхода Анцыферовой к пониманию этой проблемы состоит в признании собственных возможностей человека и одновременно в присоединении к мнению, высказываемому известными психологами и психотерапевтами, согласно которому «успешность развития личности» зависит от участия в жизни ребенка поддерживающей (прежде всего семейной) среды, от надежной привязанности к отцу и матери. В этом смысле семья рассматривается не только как «здесь-и-теперь» функционирующий социальный организм, но и как форма общества, которая сохраняет связь с предыдущими поколениями, содержит в себе историю социальных отношений, «генетический код», наследуемые способности, возможности и ресурсы. Анцыферова пишет: «Сократившись до минимума, семейная организация сохранила и развила такие уникальные отношения между своими членами, которые обеспечивают их *жизнеспособность* [курсив мой. — Н. Х.] и позволяют проявлять ее лучшим сторонам природы человека» (Анцыферова, 2004а, с. 134).

Сложно сказать, рассматривалась ли Л. И. Анцыферовой жизнеспособность человека как сугубо личностный ресурс, как способность к поступательному психическому развитию субъекта, а также как особая форма совладания и преодоления трудностей. Думается, однако, что это понятие было для нее не совсем привычным, т. е. не вполне соответствующим ее пониманию человека, постоянно расширяющего границы своего бытия, но допустимым и даже необходимым для тех случаев, когда «пределы жизни ставят границы выявления новых потенций человека, формирования новых его способностей

и развития в случае необходимости мощных компенсаторных психологических механизмов» (там же, с. 91). Допустимо и то, что в работах Анцыферовой жизнеспособность личности, хотя и в ее не всегда очевидном обозначении конкретным понятием, имеет важное значение для утверждения декларируемой ученым общей экзистенциальной ценности — даже «в самых трудных и... трагических ситуациях [делать. — Н. Х.] выбор в пользу жизни» (там же, с. 11); понятие жизнеспособности имеет значение и для обоснования изучения личности во всем многообразии жизненных обстоятельств. Полагаем, что наши предположения относительно разных представлений о феномене жизнеспособности в современной психологии могут быть проверены при проведении тщательного анализа статей, опубликованных в данном разделе книги.

На первый взгляд, в исследованиях, посвященных проблеме жизнеспособности, традиция рассматривать этот феномен в контексте анализа особенностей эмоциональных коммуникаций в семье, изучения опыта преодоления трудностей в специально созданных условиях взаимодействия ребенка со взрослым и со своими сверстниками продолжает устойчиво сохраняться. Действительно, в продолжение идей, высказанных Л. И. Анцыферовой, ресурсность личности и ее жизненный потенциал соотносятся с благоприятными условиями развития ребенка в детстве. В статьях данного раздела раскрывается прикладное значение преодоления раннего дезадаптивного опыта; впервые проводится изучение психоэмоционального статуса ребенка и подростка с проблемами физического здоровья, такими как туберкулез органов дыхания, нарушение статодинамической функции и др., и выявление особенностей их личностного потенциала.

Привычным контекстом для исследования жизнеспособности остается опыт переживания и преодоления повседневных трудностей и проблем, связанных с угрозой жизни. Новизна научных разработок состоит в расширении проблемной области исследования и в поиске решений поставленных задач, среди которых актуальными являются проблемы жизнеспособности личности как потенциального фактора превенции шуттинга, мотивационных и ценностных ресурсов преодоления алкогольной и наркотической зависимости, психологической безопасности и жизнестойкости педагога и др.

Жизнеспособность личности как проблема активно разрабатывается в психологии труда и организационной психологии. При этом под профессиональной жизнеспособностью подразумевается умение субъекта труда эффективно осуществлять и развивать свою деятельность вопреки воздействию неблагоприятных факторов. Значитель-

ная роль отводится изучению проактивного совладающего поведения (потребностей, мотивов, волевых качеств), причем как в обстоятельствах преодоления трудностей и преград, так и в условиях достижения личностью важных жизненных целей, которые так или иначе связаны с самореализацией и приращением новых ресурсов развития.

Изучение жизнеспособности в детском и подростковом возрасте, в возрасте активного участия субъекта в трудовой деятельности дополняется исследованиями продуктивного развития личности в пожилом возрасте, анализом целенаправленной субъектной активности и психологического благополучия личности.

Востребованность исследований по проблеме психологии жизнеспособности подтверждается ее практической значимостью, а также стремлением ряда авторов «поднять» изучение этой проблемы на более высокий методолого-теоретический уровень, рассмотреть ее с точки зрения разных научных подходов, представить как междисциплинарную проблему, решение которой требует приложения усилий специалистов разных областей знания.

Последний раздел книги **«Психологические проблемы позднего возраста. Геронтопсихология и психология мудрости»** объединил статьи, посвященные актуальным вопросам развития личности в пожилом и старческом возрасте.

В 1990-е годы проблема переживания личностью трудных жизненных ситуаций и вопрос о типах старения, о возможностях поступательного развития личности в поздние годы жизни исследовались Л. И. Анцыферовой практически одновременно (Анцыферова, 1994, 1996). Наиболее важными ресурсами пожилого возраста, по ее мнению, являются развитие интуитивной сферы личности, креативность, реализация духовно-нравственных отношений. Ориентируясь в большей степени на гуманистические идеи в психологии (К. Роджерс, В. Франкл, Х. Томе), Анцыферова постулирует неисчерпаемость потенций человека, отстаивает оптимистический взгляд на функционирование личности в поздние годы жизни (Харламенкова, 2014).

Следование морально-нравственным принципам, поиск смысла жизни, своего призвания, мудрость и другие важные жизненные ориентиры определяют поступательное развитие субъекта в любом возрасте, однако наибольшую ценность они приобретают именно в этот период. С мудростью, пишет Анцыферова, часто связывают наличие у человека жизненного опыта, некоторого экспертного знания, которое помогает умело решать жизненные проблемы (Анцыферова, 2004б). Однако, как пишет автор, логика, рассудительность, осведомленность, лишены сопутствующего творческого импуль-



са, могут так и остаться пустыми формами. Чтобы этого не случилось, «в функциональную систему мудрости, кроме осознанных, логически выстроенных знаний, должны входить и неосознаваемые, интуитивные, логически несвязанные „знания“ об ускользающих от внимания людей жизненных случайностях, о незаметных изменениях (предвещающих, тем не менее, глобальные перемены)» (там же, с. 23).

Мудрость человека заключается в его постоянной работе над собой, стремлении искать и находить смысл происходящего, кропотливым труде над собственной личностью. Именно поэтому позитивное развитие человека на поздних этапах взрослости основано, согласно Анцыферовой, на стремлении сохранять и позитивно развивать хорошо организованную идентичность, реализовывать свою позицию субъекта жизни (Анцыферова, 2000), поддерживать уверенность в себе и развивать способность к самоанализу и рефлексии. Неоценимый вклад в позитивные стратегии развития в этот период жизни вносит способность человека расширять свое будущее за счет постановки лично значимых целей, его предуготовленность к антиципируемым событиям, умение противостоять навязываемым социумом негативным мнениям (Харламенкова, 2014, с. 13).

Психология человека в трудных жизненных ситуациях и психология пожилого возраста имели для Л. И. Анцыферовой особое значение. Одной из причин пристального внимания ученого к данным направлениям в психологии, с нашей точки зрения, являлась верификация авторского динамического подхода к исследованию личности, правдоподобность которого была доказана подтверждением гипотезы о развитии личности и в благоприятных для нее обстоятельствах, и в условиях переживания повседневного стресса, и в периоды тяжелых жизненных испытаний. Другая причина заключалась в необходимости повышения экологической валидности психологического исследования личности, в формулировке общепсихологических закономерностей функционирования человека и одновременно в обосновании индивидуально-психологических различий в переживании трудных жизненных ситуаций, связанных в том числе и с процессом старения. Нельзя исключать и того факта, что интерес к данным темам проявился вследствие характерной для Л. И. Анцыферовой способности определять перспективные темы исследования, предугадывать вектор развития науки.

Современная геронтопсихология – одно из направлений в психологии развития, объединяющее исследования по самому широкому кругу вопросов. Анализ закономерностей позитивного старения,

психологического благополучия и здоровья продолжает оставаться актуальной темой, привлекающей внимание представителей разных научных школ. В статьях данного раздела книги рассматривается целый перечень факторов и механизмов, влияющих на благополучное старение: творческое переосмысление и структурирование прошлого опыта, предполагающее работу с автобиографической памятью, поддержание и развитие дружеских контактов, снижение субъективного возраста, самодостаточность или социотропность, развитость понятийного мышления, здоровый образ жизни, регуляцию аффекта, построение временной перспективы и др.

В продолжение исследований, проведенных Л. И. Анцыферовой, обсуждается тема индивидуальных ресурсов позитивного старения, принцип «единства приобретений и потерь», в соответствии с которым в любом, в том числе и в пожилом, возрасте наблюдаются не только регрессивные, но и прогрессивные процессы; рассматривается проблема мудрости и многие другие вопросы. Интерес вызывают статьи, в которых анализируются результаты оценки представлений молодежи о субъективной удовлетворенности/неудовлетворенности жизнью в пожилом возрасте, о типичных занятиях и переживаниях в этот период жизни. Результаты подобных исследований позволяют соотнести оценки людьми разного возраста своих сверстников и представителей других поколений, определить приписываемые им позитивные, нейтральные и негативные характеристики и тем самым избежать возрастной поляризации общества.

В качестве нового направления исследования следует отметить актуальную работу, направленную на изучение этапов и сфер подготовки к выходу человека на пенсию, а также поддержать научный проект, в котором отмечается важность представлений Л. И. Анцыферовой о сохранении и развитии субъектных качеств личности в процессе старения, о механизме компенсации социально-психологических утрат позитивными новообразованиями для организации и проведения исследования, направленного на изучение феномена экономической ресоциализации личности людей пенсионного возраста. Большую ценность представляют научные задачи, решение которых стимулирует создание программ, направленных на реализацию и развитие личностного потенциала, на поддержание высокого уровня удовлетворенности жизнью у лиц пожилого возраста.

В 2008 г. в «Психологическом журнале» вышла статья Л. И. Анцыферовой «История жизни и личность Э. Эриксона — детерминанты его теории развития». В статье сопоставлены факты биографии Эриксона и основные положения его теории. Символично, что сделанный

в конце статьи вывод об отражении в оригинальной теории личности Эриксона событий его собственной жизни можно перенести и на профессиональное творчество и биографию Л. И. Анцыферовой. Цитируя Э. Эриксона, она пишет, что интеграция как положительная характеристика пожилого человека означает его творческое бессмертие. Анализ работ Л. И. Анцыферовой разных лет убедительно показывает, что творчество ученого постоянно опережало свое время и было поистине неисчерпаемым, потому что неизменными оставались интерес к профессии, любовь к людям и непрекращающееся «самосозидание в единстве с созиданием других людей» (там же, с. 97; Харламенкова, 2014, с. 14).

В заключение считаю необходимым вернуться к названию предисловия и отметить, что строчка из стихотворения Бориса Пастернака «Единственные дни» «И дольше века длится день...», точно и в то же время многозначно символизирует творчество Л. И. Анцыферовой как целую череду дней, в глубине которых для талантливой и увлеченной идеей человека время как бы замирает, останавливается и в этом своем вневременном творческом импульсе — продлевается до бесконечности, на века, одаривая тех, кто погружается в живое, вдохновенное, диалогичное повествование, радостью познания Истины.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Роль анализа в познании причинно-следственных отношений // Процесс мышления и закономерности анализа, синтеза и обобщения / Под ред. С.Л. Рубинштейна. М.: Изд-во АН СССР, 1960а. С. 102–120.
- Анцыферова Л. И.* О теории личности в работах Курта Левина // Вопросы психологии. 1960б. № 6. С. 149–158.
- Анцыферова Л. И.* Интроспективный эксперимент и исследование мышления в Вюрцбургской школе // Основные направления исследования психологии мышления в капиталистических странах / Под ред. Е. В. Шороховой. М: Наука, 1966. С. 59–81.
- Анцыферова Л. И.* Исследование научного творчества Анри Валлона // Вопросы психологии. 1967. № 3. С. 168–171.
- Анцыферова Л. И.* Психологическая концепция Пьера Жане // Вопросы психологии. 1969. № 5. С. 172–184.
- Анцыферова Л. И.* Психология личности как «открытой системы» // Вопросы психологии. 1970. № 5. С. 168–177.
- Анцыферова Л. И.* К проблеме изучения исторического развития психики // История и психология / Под ред. Б. Ф. Поршнева, Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1971. С. 63–89.

- Анцыферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Анцыферова Л. И.* Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования // Психологический журнал. 1980. Т. 1. № 2. С. 52–60.
- Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981а. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Анцыферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1981б. С. 3–19.
- Анцыферова Л. И.* Системный подход к изучению формирования и развития личности // Проблемы психологии личности: Советско-финский симпозиум / Отв. ред. Е. В. Шорохова, О. И. Зотова, А. В. Рыжов. М.: Наука, 1982. С. 140–147.
- Анцыферова Л. И.* Личность с позиции динамического подхода // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь / Отв. ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская. М.: Наука, 1990. С. 7–17.
- Анцыферова Л. И.* Желаю молодым большой научной честности (интервью с Л. И. Анцыферовой провел В. И. Артамонов) // Психологический журнал. 1992. Т. 13. № 4. С. 123–138.
- Анцыферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–17.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анцыферова Л. И.* Жизненный путь ученого (к 80-летию Х. Томе) // Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 3. С. 158–164.
- Анцыферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 6. С. 60–71.
- Анцыферова Л. И.* Психологическое содержание феномена субъект и границы субъектно-деятельностного подхода // Проблема субъекта в психологической науке / Под ред. А. В. Брушлинского, М. И. Воловиковой, В. Н. Дружинина. М.: Академический проект, 2000. С. 27–42.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004а.
- Анцыферова Л. И.* Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека // Психологический журнал. 2004б. Т. 25. № 3. С. 17–24.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

- Анцыферова Л. И.* История жизни и личность Э. Эриксона – детерминанты его теории развития // Психологический журнал. 2008. Т. 29. № 1. С. 90–99.
- Анцыферова Л. И., Завалишина Д. Н., Рыбалко Е. Ф.* Категория развития в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1988. С. 22–55.
- Анцыферова Л. И., Ярошевский М. Г.* Развитие и современное состояние зарубежной психологии. М.: Наука, 1974.
- Брушлинский А. В.* Психология субъекта / Отв. ред. В. В. Знаков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН»; СПб.: Алетейя, 2003.
- Журавлев А. Л., Сергиенко Е. А.* Генезис принципа развития в современной психологии (вместо предисловия) // Принцип развития в современной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 5–27.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Психология личности как открытой и развивающейся системы (к юбилею Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 6. С. 30–39.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Мудрость личности (К 90-летию со дня рождения Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 5. С. 99–101
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Вместо предисловия. Междисциплинарный, системный, динамический подход Л. И. Анцыферовой: история, состояние, перспективы // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 11–20.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека и семьи. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Махнач А. В., Микляева А. В., Сараева Н. М., Горьковая И. А., Лактионова А. И., Постылякова Ю. В., Суханов А. А.* Жизнеспособность российской молодежи: социально-экологическая парадигма психологического исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024.
- Нартова-Бочавер С. К.* Жизненная среда как источник стресса и ресурс его преодоления: возвращаясь к психологии повседневности / Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 15–26.
- Принцип развития в психологии / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1978.
- Принцип развития в современной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Психология формирования и развития личности / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1981.
- Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. М.: Наука, 1997.

- Харламенкова Н. Е.* Жизнь ученого — поиск и открытие неявного знания в явном (к юбилею Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 5–17.
- Харламенкова Н. Е.* Глава IV. Л. И. Анцыферова о проблеме личности в психологии: от истоков до теоретических построений // Онто- и субъекто-генез психического развития человека / Под ред. Н. Е. Харламенковой, В. В. Знакова, Е. А. Сергиенко, Н. Н. Казымовой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. С. 108–132.
- Харламенкова Н. Е.* Динамический подход к психологическому исследованию личности Л. И. Анцыферовой: новые грани проблемы // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 461–477.
- Ярошевский М. Г., Анцыферова Л. И.* Развитие и современное состояние зарубежной психологии. М.: Педагогика, 1974.

# РАЗДЕЛ 1

## МЕТОДОЛОГИЯ, ТЕОРИЯ И ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

### **Внутренняя коммуникация личности в процессуально-динамической концепции Л. И. Анцыферовой**

*Г. В. Акопов*

Самарский филиал Московского городского педагогического  
университета, Самара

Актуализируются принципы общения и диалогичности сознания, оформленные Л. И. Анцыферовой в логике консолидации методологических позиций психологии. Констатируется органическая связь одной из форм общения, выделенных Л. И. Анцыферовой, с явлением внутренней коммуникации. Внутренняя коммуникация выступает средством репрезентации субъективного опыта личности. Инструментальное оформление и применение позволяет изучать особенности эго-восприятия и самооценки личности в разнообразных контекстах внутренней коммуникации. Приводятся данные эмпирического исследования. Выявлено частотное соотношение вариативных образов Я в студенческой выборке. Определена перспектива структурно-уровневого анализа актуального—потенциального единства множественных эго-проявлений в динамике сознания личности.

*Ключевые слова:* личность, общение, самосознание, внутренняя коммуникация, образы Я, единство.

Личность как предмет психологических исследований, а также главный объект психологической практики является наряду с сознанием одним из самых сложных психических явлений. Множественность проявлений личностной организации человека как во внешнем, так

и во внутреннем плане определили (включая иммерсивность темы с позиций так называемого «личностного знания») высокую сложность научных объяснений, а также породили множество подходов, концепций и теорий личности. В этом контексте весьма актуальна и высока значимость исследований Людмилы Ивановны Анцыферовой для отечественной науки не только в ее историческом, но и в современном развитии.

Обозначенный в работах Анцыферовой переход от «структурно-статичных» к субъектным процессуально-динамическим характеристикам личности носил консолидирующий для советской психологии характер, так как, с одной стороны, обосновывался общими для отечественных психологов различных школ методологическими положениями, в частности, принципом развития, с другой — альтернативной бихевиоризму позицией: «сознающий и действующий человек», с третьей — системно-субъектной логикой динамики процессов не только деятельности, но и общения.

Еще одна линия консолидации, осуществленной Анцыферовой в логике «мотивационных зон» и «мотивационных стратегий» (Анцыферова, 2006, с. 27–28), связана с единством общепсихологической и социально-психологической интерпретации диспозиционной/ситуационной доминант сознания и поведения личности. При этом был введен либо актуализирован автором соответствующий спектр понятий и релевантных положений: «непрерывный поток жизненных задач», «микро- и макро-развитие личности», «безграничность развития», «многомерное пространство жизни», «целостный многомерный способ бытия человека в мире» (о деятельности и общении), «зоны мотивации», «актуальные и потенциальные формы мотивации», «мотивационные стратегии поведения», «ситуативные стратегии» и т. д. Они определили своеобразный каркас концептуального замысла Анцыферовой, охватывающего не только обозначенные положения, но и целый ряд позитивно осмысленных положений зарубежных теорий личности.

В научном наследии Анцыферовой нас особо привлекли сформулированные автором принцип общения и принцип диалогичности сознания. Общение, согласно принципу, реализуется в двух формах: как средство организации деятельности и как «средство удовлетворения духовной потребности в другом человеке... оно выступает как психологическая основа диалогичности природы личности, внутренний мир которой функционирует как скрытый диалог» (Анцыферова, 2006, с. 23), при этом человек «занимает различные позиции: утвердить, оправдать, возвысить себя; убедить другого; опре-



делить место собственного отношения к миру» (там же, с. 32–33). Развивая мысль о «диалогичности природы личности», автор отмечает «стремление (человека) воссоздать себя в смысловых системах других людей, занять особое место в их личностном пространстве, воссоздать в формах своего «Я» ценностно-смысловые позиции круга своих собеседников и в то же время оттолкнуть чужое и чуждое, отторгнуть в себе то, что стихийно вошло во внутренний мир, но не принимается человеком как субъектом своего внутреннего мира» (там же, с. 33).

Приведенная выше объемная цитата поразительным образом вместила в себя в обобщенных формулировках большое число конкретных, сопоставимых высказываний участников нашего исследования по теме «Внутренняя коммуникация личности» (далее – ВКЛ) в 2018–2023 гг. (Акопов, Белоус, 2019; Акопов и др., 2023, 2024). Концепт ВКЛ является содержательным обобщением понятий внутренней речи, общения с собой, внутреннего диалога и др. В отечественной и особенно зарубежной психологии последних десятилетий многоаспектно исследуется феномен внутренней речи в более широком содержательном объеме (Завершнева, 2019; Ушакова, 1985; Alderson-Day, Fernyhough, 2015; и др.).

Общение с собой рассматривается Л. П. Гримаком как внутренний диалог, непосредственно связанный с внутренней речью (Гримак, 1991). Мы используем понятие ВКЛ как обозначение более широкого круга явлений, включающего внутреннюю речь и внутренний диалог в качестве составных частей в тех случаях, когда отчетливо представлены два или более индивида, включая самого субъекта общения. Во внутреннем общении в качестве партнера может выступать образ реального либо воображаемого собеседника, вовлекаемого в смысловое поле личности.

Исследование механизмов ВКЛ как особого способа самоконтроля и самоопределения, а также самовосприятия и понимания себя в процессе общения с самим собой, на наш взгляд, является приоритетным психологическим аспектом многочисленных проблем современности, связанных с существенным изменением средств, форм и содержания внешней коммуникации человека. ВКЛ не сводится исключительно к внутреннему диалогу, который традиционно исследуется как механизм функционирования самосознания в работах А. В. Визгиной, В. Л. Измагуровой, Г. М. Кучинского, А. В. Россохина, И. Н. Семенова, В. В. Столина и др. обстоятельный обзор как самого понятия, так и специфики его содержания в сопоставлении со смежными обозначениями приведен в диссертации Н. А. Евченко.

Пусковыми механизмами ВКЛ являются, как правило, неопределенность, связанная с содержанием и способами удовлетворения тех или иных потребностей, необходимость преодоления сложных ситуаций и др. (Акопов и др., 2023).

Изучение ВКЛ предполагает обращение к широкому кругу взаимосвязанных феноменов, таких как сознание личности и ее смысловая сфера, самосознание, рефлексия, традиционные и современные способы общения в исходной и ментально иной культурной или социально-сетевой среде. Бесспорно, что ВКЛ является существенной частью самосознания личности и, таким образом, выступает «условием развития личности как субъекта жизни» (Анцыферова, 2006, с. 60), обеспечивая «мотивационный потенциал самосознания... снимающая барьеры между актуальным и потенциальным в... психологической организации» личности (там же).

Развиваемое нами социально-коммуникативное направление исследований сознания позволяет осуществлять эмпирическую верификацию выдвигаемых положений, в частности, в логике концепта различных «языков сознания» — не только словесного, но и визуально-образного, интонационно-звукового, телесно-кинестетического (Акопов, 2021).

Одним из инструментальных средств изучения ВКЛ является сконструированный нами опросник, позволяющий определять наличие либо отсутствие самого факта внутренней коммуникации в повседневной жизни респондента, различные типы, формы, средства и функции ВКЛ, включая самовосприятие субъектом различных вариаций и инверсий своего Я. В результате исследования раскрываются особенности личности, связанные с «местом» ВКЛ во внутреннем мире субъекта; наиболее представленные виды и формы активности, актуализируемые в процессах внутренней коммуникации; ее продолжительность; доминирующие психические процессы (память, мышление, воображение и др.) и состояния; авторские позиции субъектов внутреннего диалога и т. д. Собранный эмпирический материал подтвердил эквивалентность структуры средств, используемых человеком во внутренней речи, описанной еще Л. С. Выготским, и внутренней коммуникации в нашей версии. Состав этих средств расширен нами на выборке представителей старшей возрастной группы (Акопов, Белоус, 2019; Акопов и др., 2024).

ВКЛ, согласно полученным нами данным, осуществляется с помощью следующих средств: целые или сокращенные предложения; обрывки фраз, сокращенные слова, восклицания; образы разной модальности, живые представления, звуковое интонирование; микрод-

вижения лица, тела, напряжения и расслабления мышц. Воображаемым субъектом часто выступает другой образ себя, образы реальных людей, а также вымышленные собеседники. Можно предположить, что с помощью «воображаемого другого» (второе Я, референтный субъект и т. д.) или «близкого реального человека» личность осуществляет апробацию желаемого отклика, ответа, действия и т. д. в контексте текущей ситуации, «оправдания» прошедшей ситуации либо зондирования будущей. Личность в индуцируемом посредством ВКЛ образе деятельности и поведении способна реализовать один из многих вариантов целого спектра актуально проявляемых в ее внутренней коммуникации форм знаний, переживаний, мыслей и проектируемых поступков (Акопов и др., 2023).

В исследованиях 2019–2021 гг. большая часть (от 90% до 100%) участников опросов была согласна с утверждением, что у всех людей в определенных ситуациях имеет место внутренняя коммуникация; значительная часть (98%) отметили, что нередко пребывают в состоянии внутриличностного диалога, при этом у половины участников опроса данное явление актуализируется постоянно («всегда»).

По продолжительности ВКЛ оценивается участниками в зависимости от ситуаций и может измеряться секундами (2%), минутами (46%), часами (34%), днями (17%). Интересно отметить, что, фиксируя партнеров по общению во внутреннем диалоге, участники чаще всего отмечают общение с самим собой (47%), с каким-либо реальным лицом (35%), со своим другим Я (9%), с неопределенным лицом (12%), с вымышленным лицом (10%) (превышение 100% связано с возможностью выбора нескольких вариантов ответов).

Ранжируя по частоте присутствия в процессах внутренней коммуникации различных образов Я, участники отмечают чаще всего присутствие «реального Я» (89%), затем «истинного Я» и «Я для себя» (по 82%), «Я для других» (72%), «идеального Я» (70%), «противоположного Я» (43%), «Я в прошлом» (41%) и «Я в будущем» (35%). Как видим, прошлое и будущее в сознании выборки студентов актуально представлено менее чем у половины участников исследования.

Интересно отметить, что образ идеального Я имеет место в процессах ВКЛ реже, чем образы реального и истинного Я. Также отличаются ранги (частотность) образов Я для других и для себя, как и образ себя в будущем, менее представленный, чем образ себя в прошлом. Обратим также внимание на значительно меньшую частоту противоположного образа себя, что соответствует состоянию согласованности Я-образов, их единства в сознании большинства участников обследованной выборки. Однако уровень или тип единства (Акопов, 2023),

возможно, связан с той или иной структурой, оформляемой субъектом в динамике взаимосвязей актуальных и потенциальных образов Я, что, как нам представляется, обусловлено той или иной «зоной мотивации» (Анцыферова, 2006, с. 27–28).

Таким образом, исследуя в эмпирическом плане процессы внутренней коммуникации даже в немногочисленной выборке, мы находим подтверждение теоретически оформленных положений Л. И. Анцыферовой о внутреннем мире личности с его сложной субъективной («от первого лица») конфигурацией и в неотрывной взаимосвязи и взаимообусловленности с другими Я. Структурно-уровневая концепция единства сознания (Акопов, 2023) позволяет ставить и решать перспективные задачи определения как актуального, так и потенциального единства (целостности) множественных Эго-проявлений в динамике развития личности.

### Литература

- Акопов Г. В.* Неречевые языки сознания: постановка проблемы и возможности ее решения // Ученые записки Института психологии РАН. 2021. Т. 1. № 1 (1). С. 23–29.
- Акопов Г. В.* Единство сознания: вариативность структурно-динамических оформлений // Актуальные проблемы психологического знания. 2023. № 3. С. 3–8. doi: 10.51944/20738544\_2023\_3\_8
- Акопов Г. В., Акопян Л. С., Белоус А. В.* Внутренняя коммуникация личности в предметном поле социальной психологии // Актуальные проблемы современной социальной психологии и ее отраслей / Отв. ред. Т. В. Дробышева, Т. П. Емельянова, Т. А. Нестик, Н. Н. Хашенко, А. Е. Воробьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 386–392.
- Акопов Г. В., Акопян Л. С., Белоус А. В.* Внутренняя коммуникация личности: понятие, методы исследования, фактология, теории // Инновационные социально-психологические технологии: от теории к практике: Материалы II Междунар. науч.-практ. фестиваля. Минск: БГУ, 2024.
- Акопов Г. В., Белоус А. В.* Внутренний диалог с позиций двухфакторной модели сознания // Психология диалога и мир человека: Сб. науч. трудов / Под ред. Л. Г. Дмитриевой. Уфа: Башкирский государственный университет. 2019. С. 22–25.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Гримак Л. П.* Общение с собой: начала психологии активности. М.: КД «Либроком», 2009.

- Завершнева Е. Ю., Ван Дер Веер Р.* Об экспериментальных исследованиях эгоцентрической и внутренней речи, проведенных научной группой Л. С. Выготского // Вопросы психологии. 2019. № 23. С. 130–144.
- Ушакова Т. Н.* Проблема внутренней речи // Вопросы психологии. 1985. № 2. С. 39–51.
- Alderson-Day B., Fernyhough Ch.* Inner speech: Development, cognitive functions, phenomenology and neurobiology // Psychological Bulletin. 2015. V. 141 (5). P. 931–965.

## **Взаимосвязь уровня моральных суждений с эмпатией и эмоциональным интеллектом личности**

*А. И. Денисова*

Психиатрическая клиническая больница № 4 им. П. Б. Ганнушкина  
Департамента здравоохранения города Москвы

Задачей исследования является выявление взаимосвязей между эмоциональной регуляцией и уровнями автономной морали. Цель исследования: выявление взаимосвязи эмпатии и эмоционального интеллекта (ЭИ) с уровнями нравственного самосознания личности. Выяснилось, что у респондентов (N = 202) высокий показатель аффективной эмпатии связан с ориентацией на рефлексивно-эмпатическую сторону моральных суждений. Высокий показатель по шкале когнитивной эмпатии соответствует уровню постконвенциональной стадии нравственного развития. Межличностный эмоциональный интеллект и понимание чужих эмоций связаны с постконвенциональным уровнем развития моральных суждений. Тенденция к самопожертвованию выявлена у участников с высоким баллом по межличностному эмоциональному интеллекту и по управлению чужими эмоциями.

*Ключевые слова:* моральное развитие, нравственное самосознание, эмпатия, эмоциональный интеллект, эмоциональная регуляция.

Нравственное самосознание личности включает в себя ценности, идеалы, нормы человека, являющиеся отражением его жизненного, практического и исторического опыта. В психологических работах структура нравственного самосознания часто исследуется посредством анализа структур личностных ценностей и принципов нормативности, а детерминантами морального сознания выступают личностные, когнитивные особенности и эмоциональные факторы. Психологический

акцент делается на вопросе развития нравственного самосознания личности как основной регулятивной системы моральных выборов и действий, что рассматривается во многих подходах. Так, когнитивно-эволюционный подход постулирует врожденный характер морали человека, ее рассматривают как инстинкт, позволяющий любому человеку интуитивно и оперативно принимать решения и оценивать поступок в категориях добра и зла (Хаузер, 2008). В когнитивном подходе ведущая роль в развитии морального сознания личности отводится усвоению человеком общественных правил и норм (Colby, Kohlberg, 1987) и опыту рационального анализа моральных проблем с различных позиций (Kahneman, 2003). В психосоциальном подходе выявляется связь личностных и социально-психологических представлений о нравственном идеале с разными (историческими, культурными, национальными и др.) влияниями нравственных ценностей и традиций (Альбуханова, 2002). В бихевиористских исследованиях обсуждалось формирование стремления к моральным поступкам через научение с подкреплением, а в психофизиологических направлениях было выявлено, что у испытуемых при выборе в дилемме, лично их затрагивающей, активизировались области мозга, отвечающие за эмоции, а при выборе в «неперсональных» дилеммах — «когнитивные» сферы головного мозга.

Обширен вклад Л. И. Анцыферовой в понимание развития нравственного сознания личности. Она занималась не только проблемами мышления, но и вопросами психологии личности и в целом методологическими основаниями психологической науки. Она обосновала, что теория Колберга не противоречит отечественным взглядам на личность и нравственное сознание, а соответствует концепции о сложном динамическом единстве интеллектуального и аффективного, где аффективные процессы всегда опосредствуются или структурируются определенными когнитивными процессами и могут влиять на характер восприятия объектов внешнего мира (Анцыферова, 1999). По мнению Л. И. Анцыферовой, сама ситуация морального выбора предполагает конфликт личных интересов с условиями общественных требований либо конфликт субъективных желаний и потребности в их удовлетворения с другими, более высокими смыслами, ценностями, отвечающими за назначение человека. В этом процессе может наблюдаться расхождение между природным импульсом, эмоциональным выбором, непосредственным решением и выбором, который совершен с подключением анализа, когнитивной оценки ситуации. Моральные ситуации имеют форму моральных дилемм, которые могут быть использованы для исследования морального со-

знания. Л. Колберг полагал, что основу морального сознания составляют не запреты, а нормы справедливости — равенство и взаимность, в соответствии с которыми происходит распределение прав и обязанностей и, как итог, разрешение моральных конфликтов или дилемм, возникающих при столкновении интересов разных людей. Он выделил три основных уровня развития морального сознания личности: преконвенциональный (где подчинение нормам, основанное на подчинении власти авторитетов и желании избежать наказания, сменяет стадия инструментального индивидуализма и равноценного обмена), конвенциональный (основанный на договоре: от конвенции межличностного типа, реализуемой на стадии взаимных ожиданий и межличностной конформности, к конвенции социального типа с ориентацией на общепринятые нормы) и постконвенциональный (предполагает систему равноправных отношений «личность—общество» и переход к стадии универсальных этических принципов).

Эмпатийный подход К. Гиллиган основан на принципе заботы, сочувствия и сопереживания другому человеку. В этом подходе эмпатия как способность эмоционального сопереживания другому рассматривается как основной регулятор моральных суждений и поведения человека. В данном подходе предложена трехуровневая модель морального развития, в основе которой заложен принцип заботы. Автор выделила следующие три стадии развития морали: самоозабоченности (эгоцентрическая ориентация сменяется стадией ориентации на интересы других людей и на их хорошее мнение), самопожертвования (стадия рефлексивной эмпатической ориентации сменяется защитой прав других людей) и самоуважения (стадия сознательного учета интериоризированных ценностей).

Ситуация морального выбора возникает в случае противоречия между личными интересами и теми условиями общественной жизни, которые оказываются несовместимыми с личными, эгоцентрическими интересами. В этом смысле человек отказывается от своих природных импульсов, чтобы сформировать более высокий, новый уровень бытия. При этом могут возникать конфликты мотивов, например, между мотивами самоудовлетворения, карьерного роста, повышения престижа и статуса и потребностью, обусловленной нравственным мотивом (Анцыферова, 1999).

Сравнительный анализ особенностей ценностно-моральной сферы (моральных суждений) подростков России, США и Казахстана показал различия в предпочтении культурными группами принципа справедливости и принципа заботы. Стратегии решения моральных дилемм обнаружили зависимость от культурного контекста

социальной ситуации развития. Подростки из США чаще предпочитали стратегию справедливости, а российские и казахские – стратегию заботы; для подростков России и Казахстана характерны ориентации в большей степени на принцип заботы, а для американских подростков – на принцип справедливости. Российские подростки проявляют также большую ориентацию на собственные интересы (Молчанов, 2007).

Несмотря на многочисленные исследования уровней нравственного сознания, соотношение когнитивных и эмоциональных компонентов остается недостаточно изученным. Исследовательской задачей является изучение роли эмоциональных компонентов, таких как эмпатия и эмоциональный интеллект (далее – ЭИ), и их включенность в сферу нравственного сознания личности. Эмоциональный фактор связан с контекстом отношений при ориентировке в ситуации морального выбора, при этом выбор воспринимается как принятие решения при условии понимания и учитывания позиции и чувств другого человека.

Целью исследования стало выявление взаимосвязей эмоциональной регуляции, эмпатии и ЭИ и уровня нравственного самосознания личности. Были выдвинуты следующие гипотезы:

1. Высокий показатель эмпатии связан с высоким уровнем морального развития.
2. Высокие показатели ЭИ будут связаны с высоким уровнем развития моральных суждений.

Для определения выраженности различных когнитивных и аффективных компонентов эмпатии использовался опросник когнитивной и аффективной эмпатии (Questionnaire of Cognitive and Affective Empathy, QCAE) в русскоязычной адаптации (Белюсова, Гейвандова, 2021). Для диагностики стадий морального развития личности применялся опросник «Справедливость–Забота» С. В. Молчанова. Для оценки способности к пониманию своих и чужих эмоций и возможности управления ими применялся «Тест эмоционального интеллекта» (Люсин, 2009).

Для обработки результатов и их статистического анализа использовались статистический пакет SPSS for Windows v. 19 и M. S. Excel, корреляционный анализ с применением коэффициента корреляции  $\rho$  Спирмена.

Выборка составила 202 человека, из них 37 мужчин и 165 женщин ( $M = 21$ ,  $SD = 5,6$ ,  $Med = 21,5$ ). Респонденты для исследования были набраны на базе факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова.



Кратко изложим результаты. Показатели аффективной эмпатии ( $\rho=0,281$ ,  $r<0,01$ ), а также ее подшкалы «Эмоциональная заразительность» ( $\rho=0,277$ ,  $r<0,01$ ), «Периферическая чувствительность» ( $\rho=0,190$ ,  $r<0,01$ ), «Проксимальная чувствительность» ( $\rho=0,164$ ,  $r<0,05$ ) показали положительные связи со шкалой «Самопожертвование», которая предполагает рефлексивную эмпатическую ориентацию, умение полагаться на интериоризированные ценности и защиту прав других.

Показатель «Когнитивная эмпатия», а также его подшкала «Подстройка» обнаружили положительную связь с показателем «Постконвенциональный уровень морального развития» ( $\rho=0,143$ ,  $r<0,05$ ). Таким образом, выяснилось, что испытуемые, имеющие хорошо сформированные навыки представления и понимания чувств другого человека (описываются в теории «модель психического состояния другого»), показывают более высокий уровень морального развития.

Высокий балл по показателю «Самоозабоченность», отражающему ориентацию на себя, свои интересы и формирование хорошего мнения о себе в глазах других людей, связан с доконвенциональным ( $\rho=0,323$ ,  $r<0,01$ ) и конвенциональным ( $\rho=0,234$ ,  $r<0,01$ ) уровнями морального развития.

Высокий балл по шкале «Самоуважение», предполагающий сознательный учет интериоризированных ценностей, связан с конвенциональным ( $\rho=0,275$ ,  $r<0,05$ ) и постконвенциональным ( $\rho=0,296$ ,  $r<0,05$ ) уровнями морального развития.

У участников с высокими показателями по фактору «Межличностный ЭИ» ( $\rho=0,199$ ,  $r<0,05$ ) и по шкале «Понимание чужих эмоций» ( $\rho=0,23$ ,  $r<0,05$ ) выявлен постконвенциональный уровень развития моральных суждений. Таким образом, выяснилось, что способность к пониманию эмоционального состояния других людей, чуткость к их переживаниям приводит к формированию высокого уровня моральных суждений.

Тенденция к самопожертвованию была выявлена у участников с высоким баллом по параметрам «Межличностный ЭИ» ( $\rho=0,16$ ,  $r<0,05$ ) и «Управление чужими эмоциями» ( $\rho=0,164$ ,  $r<0,05$ ). Из этого можно заключить, что способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций связана с более рефлексивной, эмпатической ориентацией моральных суждений.

Ранее уже были обнаружены связи личностных ценностей, черт личности, ЭИ и нравственного развития. Личностные ценности по отношению к себе и другим сказываются на эмпатическом отношении и отражаются в показателях морального развития. В каждой конкрет-

ной ситуации человек решает, какие ценности становятся ведущими в контексте принятия решения, что сопоставляется с концепцией динамических регулятивных систем (Kornilova, Chigrinova, 2014).

Нами было выявлено, что высокий показатель аффективной эмпатии и ее подшкал связан с более выраженной ориентацией на рефлексивно-эмпатическую сторону моральных суждений, а высокий показатель по шкале когнитивной эмпатии соответствует уровню постконвенциональной стадии нравственного развития. При этом аффективную эмпатию нужно рассматривать как показатель эмоционального процесса, опосредующего эмпатию как результат, в то время как другие процессы демонстрируют включенность когнитивной сферы (Корнилова, 2022). Показатель ЭИ также включен в процесс развития моральных суждений, при этом направленность на понимание другого человека и развитие межличностного компонента ЭИ приводят к высокому уровню моральных суждений, а стремление управлять эмоциями других людей определяет эмпатийную ориентацию моральных суждений.

Таким образом, можно сформулировать следующие выводы:

1. Высокий показатель аффективной эмпатии и ее подшкал связан с более выраженной ориентацией на рефлексивно-эмпатическую сторону моральных суждений (самопожертвование).
2. Высокий показатель по шкале когнитивной эмпатии соответствует уровню постконвенциональной стадии нравственного развития.
3. Высокие показатели по шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» и «Понимание чужих эмоций» связаны с постконвенциональным уровнем развития моральных суждений.
4. Тенденция к самопожертвованию выявлена у участников с высоким баллом по шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» и «Управление чужими эмоциями».

### Литература

- Абульханова К. А.* Социальные представления личности // Современная психология: состояние и перспективы исследования. Ч. 3. Социальные представления и мышление личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. С. 92–93.
- Анциферова Л. И.* Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 3. С. 5–17.
- Белоусова А. И., Гейвандова М. Я.* Когнитивная и аффективная эмпатия: апробация опросника на российской выборке // Вестник Московско-

- го государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2021. Т. 31 (2). С. 6–20. doi: 10.18384/2310-7235-2021-2-6-20
- Корнилова Т. В.* Эмпатия в структурах интеллектуально-личностного потенциала: единство интеллекта и аффекта // Психологический журнал 2022. Т. 43. № 3 С. 57–68. doi: 10.31857/S020595920020496-1
- Люсин Д. В.* Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // Социальный и эмоциональный интеллект / Под. ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М., 2009. С. 264–278.
- Молчанов С. В.* Морально-ценностные ориентации как функция социальной ситуации развития // Культурно-историческая психология. 2007. Т. 3. № 1. С. 73–79.
- Хаузер М. Д.* Мораль и разум: как природа создавала наше универсальное чувство добра и зла. М.: Дрофа, 2008.
- Colby A., Kohlberg L.* The Measurement of Moral Judgment: V. 1. Theoretical foundations and research validation. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1987.
- Kahneman D.* A perspective on judgment and choice: Mapping bounded rationality // American Psychologist. 2003. V. 58 (9). P. 697–720. doi: 10.1037/0003-066X.58.9.697
- Kornilova T. V., Chigrinova I. A.* Personal values, moral development, and emotional intelligence in the regulation of choice in situations that involve interpersonal interactions // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. V. 11 (4). P. 56–74.

**Д. Бом, С. Л. Рубинштейн и Л. И. Анцыферова  
о скрытом порядке в мире человека и психике\***

*В. В. Знаков*

Институт психологии РАН, Москва

Статья посвящена анализу понятия скрытого порядка. Показано, что великие мыслители XX в. сначала применительно к физическому миру, а затем и к психике рассуждали о скрытых в настоящее время свойствах предметного мира, которые могут влиять на сущность изучаемых явлений. Подробно анализируется точка зрения Д. Бома, который был пио-

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

нером в научном исследовании скрытого порядка. У истоков представлений психологов о скрытом порядке стоял С. Л. Рубинштейн. Его ученица Л. И. Анцыферова глубоко и содержательно анализировала скрытый порядок в публикациях, посвященных проблемам развития психики, ее детерминации, психологии субъекта, личности и мышления. Все исследования Л. И. Анцыферовой пронизывает оппозиция «явное—скрытое», за видимой действительностью психического она всегда искала невидимое.

*Ключевые слова:* скрытый порядок, явное, скрытое, Д. Бом, С. Л. Рубинштейн, Л. И. Анцыферова.

В работах крупнейших мыслителей XX в. есть интересные мысли о поле скрытых от человека возможностей, связанных с невидимыми причинами. Д. Бом называет такое поле скрытым, подразумеваемым порядком, он написал на эту тему книгу, названную «Целостность и подразумеваемый порядок» (Bohm, 1980). Ссылаясь, в частности, на понятие М. Полани о невысказанном, неявном знании, Бом полагает, что скрытый порядок природы невозможно определить никаким явным способом, как нельзя вербально описать механизмы удержания равновесия при езде на велосипеде. Согласно точке зрения Д. Бома, разум и материя возникают из некой общей почвы и, возможно, не сильно отличаются друг от друга. Вероятно, они диалектически сплетаются воедино. А поскольку между собой разум и материя имеют общий скрытый порядок, то между ними можно установить рационально постижимые отношения. На основе кардинального заключения о том, что ментальное и материальное составляют две стороны одной реальности, он пишет: «Здесь мы скажем, что как разум, так и материя обладают реальностью, или, возможно, что они оба возникают из некой более великой общей почвы, или же, возможно, что они, на самом деле, не сильно друг от друга отличаются. Возможно, они сплетаются воедино. Основная мысль, однако, вот в чем: поскольку между собой они имеют общий скрытый порядок, то между ними можно установить рационально постижимые отношения» (Бом, 1992).

Для психологов очень значимы суждения Д. Бома о неразрывной взаимосвязи материи и разума: «Мы видим, таким образом, что каждый момент сознания имеет определенное явное содержание, которое является передним планом, и имплицитное содержание, которое является соответствующим фоном. Теперь мы предполагаем, что не только непосредственный опыт лучше всего понимать в терминах имплицитного порядка, но и мысль, по сути, должна пониматься в этом же порядке. Здесь мы имеем в виду не только содержание мысли, для которого мы уже начали использовать имплицитный

порядок. Скорее, мы также имеем в виду, что действительная структура, функция и активность мысли находятся в имплицитивном порядке. Таким образом, различие между имплицитным и эксплицитным в мышлении рассматривается здесь как по существу эквивалентное различию между имплицитным и эксплицитным в материи вообще» (Bohm, 1980, p. 259). И наконец, итоговый обобщающий вывод: «Таким образом, мы вынуждены предположить далее, что более всеобъемлющая, глубокая и более внутренняя реальность — это не разум и не тело, а, скорее, реальность еще более высокого измерения, которая является их общей основой и которая имеет природу, превосходящую их обоих. В таком случае каждое из них представляет собой лишь относительно независимую субтотальность, и подразумевается, что эта относительная независимость проистекает из основы более высокого измерения, в которой разум и тело в конечном итоге являются единичными (скорее, мы обнаруживаем, что относительная независимость проявленного порядка вытекает из основания имплицитивного порядка)» (ibid., p. 265).

Рассуждения Д. Бома оригинальны, но не уникальны, подобные можно найти и в работах других выдающихся ученых. У Джеймса и Б. Рассела полагали, что физика и психология не различаются по материалу, из которого состоит их предмет изучения. В. Гейзенберг считал, что понимание природы означает обнаружение скрытой в ней целесообразности, дополняющей каузальную детерминацию. По его мнению, в мире существуют нематериальные структуры, с которыми во время понимания соотносятся структуры человеческого разума. При понимании физических явлений «перед нашим умственным взором вырисовывается структура, которая и без нас всегда уже существовала и которая совершенно явно не человеческих рук дело» (Гейзенберг, 1989, с. 223). С идеей существования упорядочивающего начала мира, в котором каузальное и финалистское описания природы находятся в отношении дополнительности друг к другу, соглашался и Н. Бор.

Для психолога принципиально важной является позиция С. Л. Рубинштейна, высказывавшего суждение о скрытости многих психических явлений, аналогичное точкам зрения выдающихся ученых, приведенным выше. Анализируя проблемы отражения и детерминации психики, он вводит понятие «внутренней природы вещей и явлений», взаимодействующей с внешними воздействиями: «„Отражение“, взаимодействие, при котором одни явления обоими воздействиями представлены или отражены в других, — это некоторый аналог психического отражения. Это не означает, само собой разумеется, что в са-

мом фундаменте материи имеется сознание, психика, но это означает, что в материальном мире имеются черты, по крайней мере формально сходные с ними, некоторые исходные предпосылки для их развития. Сознание как отражение не вовсе чужеродно и „одиоко“ в мире; оно не привнесено извне; в самом фундаменте материи есть свойства, аналогичные ему, предпосылки для его естественного и закономерного развития» (Рубинштейн, 1959, с. 12). Изучая мышление, С. Л. Рубинштейн всегда был нацелен на анализ не только видимого, очевидного, но и неявного, скрытого в психике. В частности, проблемная ситуация, по Рубинштейну, имплицитно содержит звенья или элементы, которые в ней не определены и потому предполагают что-то нераскрытое. Сегодня скрытое является предметом исследования для ученых самых разных специальностей — педагогики, лингвистики, психологии и др.

В психологии ученые все время имеют дело не только с явным действительным в психологии человека, но и с неявным возможным, невыразимым, латентным и т. п. Ю. В. Быховец исследует невидимую угрозу при травматическом стрессе, А. Н. Кимберг и Е. В. Улько — неявные опасности как компоненты больших систем, В. Ф. Петренко — латентные психосемантические факторы многомерного сознания, В. А. Толочек — латентные социальные группы, В. В. Знаков — невыразимый опыт как психологическое основание понимания невозможно, непостижимого и немыслимого. По моему мнению, все эти проблемы объединяет то, что при исследовании психологи вынуждены иметь дело не столько с действительным, сколько с потенциальным, возможным. Неудивительно, что лежащим в их основании психологическим механизмом являются два основных вида возможностного мышления — обращенного в прошлое ретроспективного контрфактического и направленного в будущее проспективного прогностического. Применение возможностного мышления к анализу описанных выше феноменов мне представляется очень важным и перспективным.

В психологии понятия «скрытое» и «имплицитное» играют существенную роль. Неудивительно, что ученица С. Л. Рубинштейна Л. И. Анцыферова придавала этим проблемам большое значение. Несмотря на гуманитарную направленность своих интересов, она понимала мир так же, как выдающиеся физики и химики (Н. Бор, Э. Шредингер, И. Пригожин и др.): по ее мнению, в мире человека наряду с явным и закономерным неизбежно проявляется непредвиденное, неожиданное, невероятное, нередко таинственное. Все исследования Л. И. Анцыферовой пронизывает оппозиция «явное—скрытое», за видимой действительностью психического она всегда искала невидимое: «За видимым и привычным миром, за миром „здрав-

го смысла“ индивиду открывається мир скрытых отношений вещей. Человек выходит далеко за узкие границы своего индивидуально-го существования, психологически и социальнo он начинает становиться универсальным существом. Важно, что новая позиция образует основу формирования особых многообразных психологических свойств человека: устремленность к поиску закономерностей, скрытых за видимостью вещей, индивидуальный стиль учебной деятельности, способность быстро и многократно на протяжении всего нескольких часов переключаться с одной системы знаний на другую, позицию глубокого уважения к авторитетам особого рода — к творцам непреходящих духовных и материальных ценностей человечества» (Анцыферова, 2006, с. 328).

Понятие «становления человека универсальным существом» основано на интеграции бытия и сознания, формировании таких психологических структур, которые не только укоренены в материальном мире, но и сами преобразуют его. Здесь Л. И. Анцыферова исходит из идей своего учителя: «Эта концепция принадлежит С. Л. Рубинштейну. По его мнению, с появлением человека на новый уровень развития поднимаются все нижележащие уровни бытия. В их структуре начинают проявляться совершенно новые свойства, которые потенциально содержались в природных объектах, но проявились лишь с пришествием человека. Таковы красота гор и водопадов, грациозность определенных животных и т. д. Эта концепция развивает идеи, высказываемые в первой трети нашего века некоторыми философами и психологами. Так, Дж. Мид, касаясь связи животного и растительного мира, показал, что с появлением животных в растениях выявились совершенно новые качества: съедобность, ядовитость, целебность и т. д. Эти идеи были развиты и обобщены С. Л. Рубинштейном в его положении о том, что с появлением каждого нового уровня бытия в новом качестве выступают свойства всех предшествующих уровней. Заключение С. Л. Рубинштейна о такой связи человека и природы, о наличии природного начала в человеке не преуменьшает, но, наоборот, подчеркивает ответственность человека за такое выстраивание своей жизни, которое бы наиболее полно и глубоко выявляло новые свойства не только предшествующих уровней, но и качества, потенциально присущие своему уровню бытия, нравственность, духовность взаимоотношений людей, их постоянное развитие» (там же, с. 253).

Мысль о становлении человека универсальным существом как процессе и результате формирования у него психологических структур, связывающих его с миром, глубоко и содержательно развивается практически во всех работах ученого, последовательно раскрыва-

ется в публикациях, посвященных проблемам развития психики, ее детерминации, психологии субъекта, личности и мышления.

### **Литература**

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бом Д.* Развертывающееся значение. Три дня диалогов с Дэвидом Бомом. М., 1992. URL: [https://vladivostok.com/speaking\\_in\\_tongues/bohm/bohm.htm](https://vladivostok.com/speaking_in_tongues/bohm/bohm.htm) (дата обращения: 02.08.2024).
- Гейзенберг В.* Физика и философия. Часть и целое. М.: Наука, 1989.
- Рубинштейн С. Л.* О месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира // С. Л. Рубинштейн. Принципы и пути развития психологии. М.: Изд-во АПН СССР, 1959. С. 7–22.
- Bohm D.* Wholeness and the Implicate Order. London: Routledge, 1980.

## **Воля как высший психический процесс**

*Ж. И. Казачёнок*

Военная академия Республики Беларусь, Минск, Белоруссия

В статье подчеркивается актуальность исследований воли на современном этапе. Показаны некоторые выводы по изучению представленности проблематики воли в учебных пособиях для студентов университетов. Освещены исторические этапы понимания воли в философском и психологическом аспектах. Подчеркивается методологическая целесообразность рассмотрения отечественного ракурса определения воли как высшего психического процесса. В публикации поднимается проблема методического обеспечения дальнейших исследований воли в психологической науке. Аргументируется уместность в качестве педагогического результата воспитания и образования личности «волевого индекса» молодежи.

*Ключевые слова:* воля, волевое действие, волевое усилие, «волевой индекс» личности, методология изучения воли.

Отечественная психологическая наука характеризуется различными периодами популярности тех или иных теоретических закономерностей. Тем не менее, обеспечивая принцип комплексности, применение широкого спектра методологических подходов к предмету исследования позволяет расширить диапазон знаний о развитии психики с учетом различных школ и теорий. Для решения психологически обуслов-



ленных проблемных аспектов разнообразных сфер жизнедеятельности человека научное сообщество ратует за объективность выявленных эмпирически тенденций и фундаментальность установок исследований. При этом ученые старались быть объективными вне политики и гражданской принадлежности. Однако современная политическая, социально-экономическая ситуация способствуют рефлексивному осознанию «доминантных» научных течений в психологии и более уважительному отношению к отечественному наследию, к которому зарубежные мэтры иногда внимательнее, чем молодое поколение последователей на постсоветском пространстве.

В психологической науке хотелось бы уйти от цивилизационных установок и политических акцентов, но, так или иначе, ракурс рассмотрения психики, интерпретация эмпирических закономерностей, использованные «игнорирование», «номинализация», «генерализация» зависят от культурных приоритетов и фабул того или иного философского течения, идеологических аспектов общества, к которым принадлежит исследователь. Так, государственная американская награда за выдающийся вклад в области общественных и поведенческих наук была вручена выдающемуся бихевиористу Берресу Фредерику Скиннеру, теория которого по сей день используется в маркетинге и бизнесе. Первый же лауреат Сталинской премии в категории «Философские науки» С.Л. Рубинштейн был удостоен высокой награды за принцип единства сознания и деятельности — центральный в теории деятельностного подхода. Теории бихевиоризма и деятельностного подхода не противоречат друг другу, однако акценты расставлены по-разному. У Б. Скиннера психика представляется в форме «черного ящика» и системообразующим элементом в побуждении к деятельности человека выступает стимул. С.Л. Рубинштейн, не отрицая важности деятельности для проявления психического, центральным элементом представляет сознание человека и его важность в побуждении к активности.

Теории Б. Ф. Скиннера и С.Л. Рубинштейна дополняют друг друга, при этом акценты расставлены исходя из их философской, гражданской позиции. Психология как область социально-гуманитарных знаний не только обеспечивает объективность интерпретаций закономерностей, но и создает теоретические предпосылки для сохранения жизни людей, общества, нации, граждан государства, жителей планеты Земля.

Ученые Белоруссии помнят последствия войны на своей территории, и, учитывая современные события, ощущают «дыхание горячих очагов» на внешнем контуре. Касаются ли эти события психологичес-

кого сообщества? Какие темы научных исследований сейчас актуальны? Какая методология психологической науки является «правильной» как с профессиональной, так и с гражданской позиции?

Для обозначения актуальной для «горячей» поры темы научного поиска автор ссылается на приведенный Е. П. Ильиным пример. В эпоху Бородинского сражения на укор французского генерала своим подчиненным о недостаточной энергичности кавалеристов один из них ответил: «Во всем виноваты лошади — они недостаточно патриотичны. Наши солдаты воюют блестяще, даже если у них нет хлеба, а лошади без сена не трогаются с места» (Ильин, 2002, с. 5). Сегодня проявление патриотизма — это не только чувство и мотивация, побуждающие к действию. Даже самая сильная мотивация у человека — это всего лишь побуждение к деятельности, которое, учитывая закон Йеркса–Додсона, со временем теряет свою силу. Личность, которая встречает на своем пути препятствие, особенно препятствие, связанное с угрозой для жизни, часто теряет силу мотивации.

Сегодня не только в профессорско-преподавательской среде аргументированно говорится о недостаточном развитии воли у молодежи. Как часто этот объект исследования является предметом научного поиска? Как на востоке, так и на западе любое государство заинтересовано в достаточном уровне развития волевых качеств у граждан своей страны, актуален запрос на исследования психолого-педагогического характера для создания теоретического фундамента воспитания и образования. Что же на этот запрос может ответить психологическая наука?

В рамках поиска ответов на поставленные вопросы, с целью изучения представленности теории воли в учебно-методических источниках, автором были проанализированы наиболее популярные учебные пособия для студентов университетов. Так, в знаменитом прекрасном учебном пособии (в течение пятидесяти последних лет его переиздали тринадцать раз) «Введение в психологию» (под руководством авторского коллектива Р.Л. Аткинсона) о воле как о высшем психическом процессе не упоминается вообще, даже в контексте саморегуляции стресса, наркотической зависимости (Аткинсон и др., 2007).

В учебном пособии «Психология» Л. В. Маришук, рассматривая генезис теории воли, выделяет четыре этапа ее формирования (Маришук, 2011):

1. *Воля как произвольная мотивация.* Подчеркивается механизм побуждения к действиям на основе разума вопреки желаниям. Впервые Аристотель определил такой механизм как произвольный.

2. *Воля как волюнтаризм.* Такая трактовка понятия введена в 1883 г. немецким ученым Ф. Теннисом. Основываясь на идеалистической философии, волю он считал первоосновой всего сущего. Сами волевые акты ничем не определяются, имеют глубинный генезис, управляют ходом психических процессов и поведением, являются более приоритетными, чем интеллект. Такое понимание воли поддерживали В. Вунд и Х. Мюнстенберг.
3. *Воля как свободный выбор.* В. Спиноза трактовал волю как собственное свободное добровольное решение, как внутреннюю свободу, особенно проявляющуюся в борьбе мотивов. Впоследствии Л. С. Выготский, Х. Хекхаузен, В. Франкл выделяли волю как осознанную свободную субъективную позицию в несвободных условиях. Д. Н. Узнадзе представлял волю как осознанное долженствование.
4. *Воля как механизм преодоления внешних и внутренних препятствий.* Ученые разделились в рамках этого направления на два течения. Первые подменяли волю силой мотива, т. е. воля для них выступала как сознательный мотивационный способ регуляции поведения и деятельности, и здесь особое значение имеет теория смысла А. Н. Леонтьева. Вторые исключали мотивацию и определяли волю как волевое усилие личности. Эти два течения не противоречили друг другу, а дополняли друг друга, связывая в единую систему сознательную целеустремленность и силу преодоления трудностей.

В отечественной психологии теория воли ярко представлена в исследованиях В. А. Иванникова. Воля представляется им как высший психический процесс, обеспечивающий регуляцию личности, и является инструментом реализации ею своих ценностей в деятельности. Это системный феномен, взаимосвязанный с мышлением и осознанием потребностей с точки зрения смысла к последующему осознанному движению к цели (Иванников, 2010). Н. А. Берштейн, П. К. Анохин и др. придерживаются точки зрения, что человек уже наделен активностью и способностью сознательно выбирать ее формы, что обеспечивается именно феноменом воли, т. е. если человек активен в достижении цели, то у него и проявляется воля.

По мнению автора, актуальным для современности является определение воли И. М. Сеченовым как «деятельной стороны разума и морального чувства, управляющей движением во имя того либо другого и часто наперекор даже чувству самосохранения... Способность человека контролировать свою деятельность и активно управлять ею. Это

сознательное управление человеком своими действиями, поведением, мыслями и даже переживаниями» (Сеченов, 1947, с. 155). Такая трактовка обсуждаемого феномена предполагает сознательную рефлексию личностью своих целей, способов их достижения, режима и направленности активности, возможности преобразования способа деятельности. Воле в таком случае отдается сознательная функция побуждения и торможения, где особая роль отводится проявлению волевого усилия. Только при наличии сознательного выбора в противоречивых условиях, трудностей, напряжения, направленности личности, установки на результат в деятельности проявляется волевое усилие — ключевой компонент волевого действия как высшего психического свойства.

С.Л. Рубинштейн отмечал, «что в простом волевом акте непосредственное побуждение к действию, направленное на более или менее осознаваемую цель, почти непосредственно переходит в действие, не предваряемое сколь-нибудь сложным и длительным сознательным процессом; сама цель не выходит за пределы непосредственной ситуации, ее достижение осуществляется путем посредством привычных действий, которые производятся почти автоматически, как только дан импульс» (Рубинштейн, 1999, с. 594). Это характерно для простого волевого действия. Для сложного волевого действия характерно то, «что ему предшествуют учет его последствий и осознание мотивов, принятие решения, возникновение намерения его осуществить, составление плана для его осуществления» (Маришук и др., 1998, с. 194).

Сегодня как никогда актуальна проблематика исследования воли. Научное сообщество осознает значимость этого психологического феномена, но к единому мнению о его сущности пока не пришло. Отечественный ракурс трактовки воли и его механизмов крайне актуален на современном этапе. Наиболее проблемным вопросом является выработка психодиагностического инструментария, где опросные методы должны подкрепляться экспериментальными лонгитюдными исследованиями. Именно сейчас, когда многие люди однозначно проявляют высокий уровень развития воли как высшего психического процесса для сохранения в том числе национальных интересов, насущны исследования такого важного феномена. Сегодня стоит вспомнить структуру «волевого индекса» личности как интегративного показателя, в который входят целеустремленность, настойчивость и упорство, инициативность и самостоятельность, решительность и смелость, самообладание и выдержка (Гайдук, 2007). Можем предположить целесообразность дополнения компетентностного подхода в образовании значимостью формирования «волевого индекса»,

что обеспечит не только стойкость гражданской позиции личности, снизит ее информационную зависимость, но и повлияет на эффективность достижений целей по преобразованию себя и мира в целом.

### **Литература**

- Аткинсон Р. Л., Аткинсон Р. С., Смит Э. Е.* Введение в психологию. М.: АСТ, 2007.
- Гайдук С. А., Марищук Л. В.* Технология формирования волевых качеств в процессе профессионально-прикладной физической подготовки. Мн.: МГВРК, 2007.
- Иванников В. А.* Воля // Национальный психологический журнал. 2010. № 1 (3). С 97–102.
- Ильин Е. П.* Психология воли. СПб.: Питер, 2002.
- Марищук В. Л., Марищук Л. В.* Психологические познавательные процессы в воинской деятельности и в спорте. СПб.: ВИФК, 1998.
- Марищук Л. В.* Психология. Мн.: Тесей, 2011.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999.
- Сеченов И. М.* Учение о не-свободе воли с практической стороны // Избранные философские и психологические произведения. М.: Изд-во АН СССР, 1947.

### **Аутентичность личности: личность между самобытием и инобытием**

*М. Ш. Магомед-Эминов*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В статье обсуждается фундаментальная экзистенциально-личностная задача, поставленная в русле динамического подхода к личности: диалектика устойчивости и изменчивости личности в оптике деятельностно-смыслового подхода. Выдвигается идея об опосредствовании взаимодействия устойчивости и изменчивости личности работой личности над собой. Конструирование личности в работе над собой раскрывается как основание психических процессов регуляции устойчивости и изменчивости в преодолении травматического опыта. Рассмотрены психологические последствия травматического опыта в многообразии траекторий жизненной судьбы личности в триаде «расстройство—стойкость—рост». Аутентичность личности изучается не столько униполярно в самозамыкании личности, направленной на заботу о себе и осуществление пол-

ноты и подлинности своей жизни, но эквивокально — в соотношении с заботой о другом, в содействии полноты и подлинности бытия другого.

*Ключевые слова:* динамический подход к личности, деятельностно-смысловой подход, рекурсивная смысловая работа личности, личность, субъект, самоидентичность, изменчивость, устойчивость, рост личности, резильентность, флексибельность.

В настоящей работе аутентичность личности определяется в горизонте диалектики самобытия и инобытия, осуществляющейся в работе личности над собой как над другим. В диалектике работы над собой личность выходит за пределы заботы о себе в пространство заботы о другом (Магомед-Эминов, 1998).

Действительно, если следовать динамическому подходу к личности, в котором реальный индивид вводится в центр системы оснований психического (Анцыферова, 2006), то перед личностью, «существующей в процессе постоянного несовпадения с собой, в процессе выхода за свои пределы» (Анцыферова, 1981, с. 8), встает фундаментальная экзистенциально-личностная задача. Мы проблематизируем эту задачу в диалектическом противоречии. Личность, активный субъект деятельности, осуществляя свою жизнь в меняющемся мире, должна разрешить экзистенциальную дихотомию: 1) продолжать быть собой, т. е. «сохранять устойчивость в определенных своих параметрах, особо важных для ее существования именно как для личности — жизненных целей, ценностей, принципов, морально-нравственных качеств» (там же); и, 2) становясь иной, «она должна в условиях быстро и многообразно меняющейся социальной действительности менять свои различные психологические качества» (там же).

Обсуждая проблему оснований личности, А. Н. Леонтьев, по сути, задается тем же вопросом: «Главная задача состоит в том, чтобы выявить действительные „образующие“ личности — этого высшего единства человека, изменчивого, как сама его жизнь, и вместе с тем сохраняющего свое постоянство, свою аутоидентичность» (Леонтьев, 1975, с. 182). Подхватив идею образующих, отметим, что в связи с многомерностью личности, ее изменчивостью и множественностью ее интерпретаций разными авторами в настоящее время сложилось своеобразное «вавилонское столпотворение» подходов.

Однако, вопреки существующим разногласиям в понимании основополагающих категорий, в психологии существует определенное согласие относительно двух идей: 1) целостности, единства личности (субъекта, Я, самости, аутоидентичности); 2) личности как хозяина функций, определителя поведения, деятельности, поступков, и далее —

интегратора специфического, характерного паттерна особенностей, черт, диспозиций, и дальше — основы кросстемпоральной и кросситуационной устойчивости как идентичности личности. В этом пункте и зарождается проблема: синтез, целостность центральной ядерной структуры личности (субъекта, Я, самости, самоидентичности), которая определяет, интегрирует свои особенности, постулируется, а не объясняется, на что указывали в свое время Л. С. Выготский, П. Жане, Г. Оллпорт и др. Существует множество понятий и категорий, которые используются для постулирования устойчивости, связности личности: субъект как *causa sui*, самоидентичность, аутентичность, самость, активность субъекта, деятельность субъекта, автономия, самодетерминированность личности, личность как самопроект и т. д.

Между тем превращение постулата целостности, требующей объяснения, проблематизируется в парадигмальной трансформации современной научной рациональности, в которой имеется эпистемологический, философско-методологический разрыв между модернистской и постмодернистской трактовками субъекта. Еще раз повторим, что в этой диалектической задаче, которую мы сформулировали выше, действительный индивид должен осуществлять синтетическую работу личности, связывая устойчивость, самоидентичность и изменчивость личности и ее множественность.

Особый поворот в проблеме диалектики «устойчивость—изменчивость» возникает в экстраординарных, экстремальных ситуациях существования личности. Травматический опыт фрагментирует целостность личности, создавая ее смысловую дубликацию (L- и D-смысловые структуризации). Нужно учитывать, что проблема синтетической работы личности над собой является основой психической регуляции деятельности, процессов адаптации, совладания, резильентности. Поэтому проблемы устойчивости, эффективного совладания, адаптации, даже посттравматического роста необходимо раскрыть из оптики трансформации личности и рекурсивной работы личности.

Экстремальные, предельные трансформации человеческого бытия (индивидуального и общественного) позволяют явно и четко эксплицитировать в нем две формы реальности: повседневную и неповседневную. Они различаются по своей смысловой структуре, но соотносятся друг с другом в гетерогенной диалектике — взаимопереходят друг в друга, но удерживая различия. Традиционно на феномены неповседневности смотрели негативно как на переживания дистресса, травмы, неопределенности, тревоги, страха, горя и др., которые при определенных условиях могут перерасти в такие формы расстройств, как тревожные расстройства, расстройства страха и тревоги — ПТСР, ком-

плексное ПТСР, расстройство адаптации, а также пролонгированное горе и другие проблемы. Более широкий, личностно-ориентированный, человекомерный взгляд на экстремальные феномены показывает, что за их негативным ликом открывается обратная сторона в качестве испытания, стойкости, мужества, поступка, героизма, подвига, развития и роста личности, духовного преображения и трансгрессивных трансформаций. Вот эта дифференциация позволяет нам представить психологические феномены экстремальной ситуации в триадической структуре: расстройство—страдание; стойкость—мужество; духовный рост—трансгрессия (Магомед-Эминов, 2008). Стоит обратить внимание, что эта таксономия хорошо согласуется с классификацией Н. Талеба. Однако имеется существенное различие. В нашей модели и хрупкость, и антихрупкость, и стойкость, и резилиенс не являются чертами, индивидуальными различиями, состояниями, свойствами личности. Все они трактуются в горизонте рекурсивной работы личности над собой, в процессах которой они создаются, трансформируются и преобразуются в ходе решения жизненных задач.

Для иллюстрации значения работы личности обратимся к проблеме, на которую указал Дж. Бонанно. Психологические феномены, обозначенные резилиенсом, слабо предсказывают реальную резильентность человека в преодолении травмы, несчастья (Bonanno, 2021). В последнее время в качестве предикторов осложненного горя, травмы используют динамичные факторы, такие как резильентность (resilience), хардинесс (hardiness), самоэффективность (self-efficacy) и др. В связи с этим Бонанно пытается разработать процессуальную модель, трактуя резильентность со стороны гибкости, гибкой регуляции. Но за психическими процессами, состояниями и свойствами раскрывается психологическая работа личности. Поэтому более продуктивно понимание гибкости как аутопозитивной работы. Оно охватывает феномен гибкости, готовности к реагированию, преадаптивности, вариабельности, динамичности и др. В этой работе личности в циркулярных актах порождается диалектика континуального и дискретного, стабильного и гибкого, идентичности и различий. В соответствии с триадической моделью (если учитывать гибкость, то три аспекта можно обозначить как «расстройство—гибкость—рост») конкретная человеческая индивидуальность в ситуации горя, утраты, травмы, природных, техногенных катастроф и др., а также глобальных вызовов неопределенности, нестабильности, прекариата, военной травмы, решает самые разнообразные жизненные задачи — адаптации, ресоциализации, протективные и превентивные задачи, задачи развития личности, за-



дачи духовного роста. Становится ясным, что феномен травмы эквивокален, диалогичен. Он выражается не только в травматических синдромах, но и в феномене посттравматического роста, т. е. становится источником, пробуждающим духовные силы, волю к жизни.

В завершении подчеркнем, что в работе флексибельности и других феноменах основополагающее значение имеет смысловая работа личности, в рекурсивных циклах которой кристаллизуются, складываются гибкие инструменты, культурные средства, смысловые опоры для осуществления эффективного аутентичного способа бытия в условиях угрозы небытия, смерти, утраты и онтологической угрозы.

Вывод: за всеми феноменами совладания, резильентности, посттравматического роста находится рекурсивная психическая работа личности. Сама эта психическая работа указывает на значение процессов личности, что требует перехода от натуралистических подходов к трактовке травмы к личностно-экзистенциальному. Почему? Потому что, если мы рассмотрим травматический дистресс, то проблема устойчивости, совладания, гибкости, становится под вопросом: работа всех этих систем нарушается. И здесь встает диалектический вопрос: каким образом личности продолжать быть в ситуации Протее, когда он открывается то одним ликом, то другим? Возникает вопрос синтетической функции – связывания многообразия в единство. В этом плане мы и предложили триаду, поскольку за процессами, состояниями, свойствами, чертами психической деятельности, а также особенностями личности, индивидуальными различиями, механизмами, способами гибкой регуляции и саморегуляции разворачивается работа личности над собой. За проблемой регуляции, конституирующей устойчивость, стойкость, резильентность, осуществляется работа личности, создающая ее устойчивость, трансформацию самоидентичности, конституирование аутоидентичности. Аутентичность личности создается, творится в работе, практике над собой как над другим в процессе решения смысловых задач утверждения полноты осуществления возможного собственного бытия в со-бытии с другим. Эта работа осуществляется из экзистенциальных смысловых горизонтов.

Возвращаясь к динамической концепции личности, мы можем сделать следующий вывод: важная диалектика, проглядывающая в этой концепции, требующей дальнейшей разработки, может быть развернута и развита на основании концепции работы личности над собой. Деятельностно-смысловой подход к личности, который является динамической парадигмой культурно-исторической психологии, может быть рассмотрен синергично к динамическому подходу к личности – в соучастии и со-работе.

## Литература

- Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности. Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Леонтьев А. Н.* Деятельность, сознание, личность. М.: Политиздат, 1975.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Трансформация личности. М.: Психоаналитическая ассоциация РФ, 1998.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Феномен экстремальности. М.: ПАРФ, 2008.
- Wopanno G. A.* The end of trauma: how the new science of resilience is changing how we think about PTSD. N. Y.: Basic Books, 2021.

## Проблема интеграции и методология психологии\*

*В. А. Мазилев*

Ярославский государственный педагогический университет  
им. К. Д. Ушинского, Ярославль

С. Л. Рубинштейн считал процесс становления психологии как самостоятельной науки незавершенным, выдающимся ученым была намечена программа реализации окончательного оформления психологии как науки, предполагающая создание системы психологии на новой методологической основе. Л. И. Анцыферова была последовательницей С. Л. Рубинштейна, в своих методологических и историко-психологических исследованиях выступала сторонницей идеи единства психологической науки. Выполнить программу полностью С. Л. Рубинштейн не успел. В постсоветские времена идея единства психологической науки была поставлена под сомнение, были предложены многочисленные варианты развития психологии, предполагающие в той или иной форме отказ от единства. Формулируется тезис о необходимости развития психологии как фундаментальной науки, построенной по предметному принципу. В статье обоснована необходимость создания содержательной философии психологии как средства обсуждения и решения методологических проблем психологической науки.

*Ключевые слова:* психология, интеграция, дезинтеграция, стратегии преодоления дезинтеграции, единство психологии, философия психологии.

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00599. URL: <https://rscf.ru/project/24-2828-00599>.

Л. И. Анцыферова (1924–2013), выдающийся отечественный психолог, ученица и последовательница С. Л. Рубинштейна, внесла значительный вклад в разработку многих проблем психологической науки (Журавлев, Харламенкова, 2014; Методология..., 2019). Как уже приходилось отмечать, особенно велики ее заслуги в области разработки истории психологии, методологических и теоретических проблем психологической науки (Мазилов, 2019). Для темы статьи важно подчеркнуть, что в своих многочисленных методологических и историко-психологических работах исследователь, вслед за С. Л. Рубинштейном, выражала позицию единства психологической науки. Напомним, что С. Л. Рубинштейн еще в 1940 г. утверждал: становление психологии самостоятельной наукой не завершено, для этого необходимо решение трех задач: представление системы психологии, создание новой методологии и адекватных методик психологического исследования. Подчеркнем, что создание системы рассматривалось в контексте мировой психологии на основе разработанной автором новой методологии (Мазилов, 2020). Сам С. Л. Рубинштейн на протяжении своей жизни пытался решить эти задачи, и первой попыткой стали его «Основы общей психологии» на основе методологии, базирующейся на принципе единства сознания и деятельности. В конце 1940-х годов программа оказалась невыполнимой по идеологическим соображениям. Но в конце 1950-х годов, как можно полагать, С. Л. Рубинштейн не отказался от этой идеи, поскольку «Современную психологическую науку в капиталистических странах» (Современная..., 1963) Рубинштейн мыслил как подготовку к новому синтезу, соответствующему реалиям времени, дополняющим картину «Психологической науки в СССР». Новые идеи в методологии, разработанные С. Л. Рубинштейном в конце 1950-х годов, развернутый цикл экспериментальных исследований и создание новых методик изучения мышления составили фундамент для новой попытки создания системы, относящейся к психологии мышления. Осуществить это, как известно, ученый не успел, материал для синтеза был издан его учениками уже после его ухода из жизни («Исследования мышления в советской психологии» (1966) и «Основные направления исследований психологии мышления в капиталистических странах» (1966)).

Для советского времени было характерно представление о единой психологии, имеющей определенную структуру, ядром которой является общая психология, строящаяся на методологии (А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов и др.). Однако в постсоветские времена ситуация в психологической науке существенно изменилась. В первую очередь была подвергнута сомнению методология психологии, ее основопо-

лагающие принципы. Вместе с широким распространением идей методологического плюрализма стали высказываться идеи, отрицающие единство психологической науки. Затруднения в определении единого предмета психологии, в решении методологических проблем привели к заключению, что психология не является единой наукой.

В настоящей статье хотелось бы остановиться более подробно именно на вопросе единства психологии. Во избежание возможных недоразумений подчеркнем, что отечественная психология в последние десятилетия интенсивно развивается, причем это в полной мере относится как к академической науке, так и к психологии практико-ориентированной. Вместе с тем, несмотря на то что интеграция психологического знания провозглашается как несомненная ценность, реальные ее успехи стоит счесть достаточно скромными. Психология традиционно характеризуется множественностью подходов, теорий, концепций, гипотез и т. д. В этом нет ничего удивительного, поскольку общеизвестно, что объект и предмет психологии сложны, многомерны, многоаспектны, поэтому обилие различных подходов и теорий вполне оправдано. Печально то, что различные подходы остаются плохо соотнесенными между собой, что, безусловно, отрицательно влияет на «образ психологии». Важно, что нарастающей дезинтеграции пока не удается противопоставить эффективной интеграционной стратегии.

Нельзя не учитывать, что отмеченные проблемы (не будем здесь касаться других актуальных для современной психологии методологических проблем) оказывают негативное воздействие (особенно на начинающих психологов) и не способствуют росту ее престижа в общественном сознании.

Принципиально важным является вопрос о том, как профессиональное психологическое сообщество относится к проблеме дезинтеграции. Большинство, как представляется, относится к ней спокойно, если не сказать безразлично. Часть психологов пытается найти выход из сложившейся ситуации и разрабатывает подходы к решению проблемы интеграции, предлагая те или иные варианты.

Если говорить принципиально, то возможны следующие основные типы реакций: а) пытаться совладать с негативными тенденциями; б) пытаться объяснить себе и окружающим, что все правильно, ничего худого в этом нет; в) пытаться объяснить, что это и есть нормальный магистральный путь развития психологии. Самое удивительное в этой ситуации, что представителей стратегий б) и в) очень много. Вряд ли стоит в рамках настоящего текста рассматривать их по-

дробно, достаточно остановиться на одном, наиболее радикальном, сформулированном американским исследователем Зигмундом Кохом (Koch, 1993). Согласно его известному заключению, психология наукой не является, можно говорить только о «психологических исследованиях». Как легко понять, если не существует науки психологии, то нет и проблемы предмета, нет вообще никаких методологических проблем.

Можно было считать это частным мнением экстравагантно мыслящего исследователя, если бы не было «возрождения» подобной позиции в отечественной психологии в самое недавнее время. В качестве иллюстрации обратимся к недавней публикации известного психолога А. А. Фёдорова (Федоров, 2021). Автор следует мысли З. Коха, согласно которой современная психология представляет собой не науку, а совокупность психологических исследований. В своей статье российский ученый представляет свое видение перспектив психологии: «По мере развития часть психологии, которая ассоциируется с hard science, будет все больше интегрироваться с физиологией и нейронауками, пока окончательно с ними не сольется. Обособится и другая ее часть, изучающая то, что можно назвать „поведением“, сформировав отдельную квантитативную науку (бихевиорологию?), которая также будет входить в биологические науки в широком смысле. Наконец, третья часть психологии (по сути, психология per se) будет все больше отдаляться от hard science, превращаясь в мозаичную soft-психологию. Это не значит, что третья часть не будет продуцировать знание, но это знание не будет научным. Не означает это и того, что это знание будет полностью оторвано от эмпирического изучения действительности. С моей точки зрения, здесь вместо термина „наука“ вполне можно использовать термин „психологические исследования“ (psychological studies), предложенный З. Кохом. Как он писал, психология „является не единой дисциплиной, а собранием исследований различного рода, часть которых можно квалифицировать как науку, в то время как большинство — нельзя. В этом выделении двух классов исследований я не подразумеваю ничего оскорбительного. Давным-давно я рекомендовал заменить термин „психология“ термином „психологические исследования“, но едва ли я ожидал достичь цели“ (Koch, 1993, p. 902). В каком-то смысле то, что в психологии является научным, не является психологическим, а то, что является психологическим, не является научным. Научное и психологическое держит вместе история их развития, но рано или поздно исторические связи ослабнут настолько, что произойдет естественный и — к тому времени — безболезненный распад» (Федоров, 2021, с. 23).

Есть и более мягкие варианты, но суть от этого не меняется. Не станем здесь эти варианты рассматривать.

Как полагаем, психология была, есть и должна оставаться фундаментальной наукой.

Поскольку дезинтеграция психологического знания является, на наш взгляд, одной из самых актуальных и значимых методологических проблем современной психологии, важным представляется поиск путей, позволяющих этой растущей дезинтеграции противостоять. Проблема касается всего психологического сообщества, поэтому важна демонстрация примеров позитивной интеграции. Радикальное решение проблемы интеграции в сколько-нибудь краткой перспективе представляется маловероятным, но, несомненно, исследования в области видов и форм, путей и механизмов интеграции знания, разработки новых подходов к ее исследованию и реализации должны продолжаться.

В качестве одного из направлений работы на перспективу может быть создание и оформление философии психологии как специальной области психологической науки (Мазилев, 2023).

Необходимо создание философии психологии именно как психологической дисциплины. Подчеркнем, что эта необходимость связана с сохранением психологии как фундаментальной науки. Конечно, сегодня речь не идет о построении общей универсальной теории психологии или общей универсальной методологии. Речь лишь о том, чтобы различные подходы, концепции и пр. сделать хотя бы в какой-то степени (пусть минимальной) соотносимыми. Для этого и нужна данная психологическая дисциплина, которая, помимо всего прочего, должна создавать площадку для обсуждения наиболее актуальных методологических проблем и вопросов.

Философия психологии должна, на наш взгляд, конструировать предметное пространство психологии, ориентировать в современной постановке и решении основных проблем психологии: психофизической, психофизиологической, психосоциальной, психохимической, психогенетической и др. Она, как полагаем, должна обеспечивать «вписывание» психического в научную картину мира, обеспечивать единство психологии, объединяя в одно пространство различные составляющие: академическую психологию, практико-ориентированную, философскую психологию.

Философская психология призвана решать методологические вопросы, и, если будет необходимо, проводить соответствующие исследования. Приведем список первоочередных вопросов, подлежащих обсуждению:

- 1) место психологии в системе научного знания;
- 2) взаимоотношения и стратегии взаимодействия с другими научными дисциплинами;
- 3) идеалы психологической науки (желательно, ранжированные по степени достижимости);
- 4) предмет психологии (как пространство, в котором происходит соотнесение знания);
- 5) дальнейшее осмысление феномена психологического знания;
- 6) разработка методологии интеграции как реального инструмента психологического познания;
- 7) разработка архитектоники психологического пространства, позволяющего включить в него духовные и нравственные измерения.

Список вопросов легко может быть продолжен, но они должны обсуждаться в комплексе, поскольку это аспекты и грани одной глобальной проблемы.

В заключение отметим, что многое в данном отношении сделано и делается представителями психологического сообщества, полагающими, что психология должна оставаться наукой.

### Литература

- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Мудрость личности (К 90-летию со дня рождения Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 5. С. 99–101.
- Мазилев В. А.* Профессионал и время: о работах Л. И. Анцыферовой в области истории психологии // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 261–273.
- Мазилев В. А.* С. Л. Рубинштейн и будущее психологии // Индивидуальное, национальное и глобальное в сознании современного человека: новые идеи, проблемы, научные направления. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 164–184.
- Мазилев В. А.* Философия психологии и история психологии // Методология современной психологии. 2023. № 20. С. 164–183.
- Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019.
- Современная психология в капиталистических странах / Отв. ред. Е. В. Шорохова. М.: Изд-во АН СССР, 1963.

- Фёдоров А. А. Проблема научного знания в психологии // Психологическое знание: виды, источники, пути построения / Отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. С. 11–27.
- Koch S. “Psychology” or “the psychological studies”? // American Psychologist. 1993. V. 48 (8). P. 902–904.

## **Роль интеллектуальных эмоций в разрешении трудных проблемных ситуаций**

*А. А. Матюшкина, М. А. Зубарева*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В работе представлены результаты эмпирического исследования роли интеллектуальных эмоций в процессе разрешения трудных проблемных ситуаций – мыслительных проблем, основу которых составляют жизненные противоречия. Возникающие при этом интеллектуальные эмоции отражают переживание познавательной потребности, направленной на поиск решения. 20 участникам было предложено выбрать трудную, успешно разрешенную проблему, описать процесс решения, оценить интеллектуальные эмоции, выполнить методику BFI-2 (Калугин и др., 2021). Статистически значимые связи успешности разрешения трудной проблемной ситуации с эмоциями удивления, догадки, уверенности в правильности выбранного пути в соответствии с этапом решения позволяют сделать вывод о переживании познавательной потребности как условия успешности.

*Ключевые слова:* трудная проблемная ситуация, познавательная потребность, интеллектуальные эмоции, удивление, догадка, уверенность.

### **Постановка проблемы**

Проблема мотивационно-эмоциональной регуляции мышления выступает одной из классических и актуальных в контексте успешности достижения продуктивных решений. Так, в исследовании комплексных проблем (Guss et al., 2017) анализируется возможное влияние разных видов мотивации в процессе решения; изучается влияние мотивации, оцениваемое в эмоциональных переживаниях, в решении задач, требующих самостоятельной постановки или заданных условий (Voica et al., 2020). При этом наиболее существенным видом мотивации для решения такого рода проблем, по мнению большинства авторов, выступает внутренняя.



С позиций деятельностного подхода к изучению мышления – смысловой теории мышления О. К. Тихомирова, теории проблемных ситуаций А. М. Матюшкина – познавательная мотивация как один из видов внутренней выступает специфичной для продуктивных форм мышления. Данными авторами выявлены и описаны закономерности регуляции поиска решения, отражающие процессуальное развитие познавательной потребности, приводящее к успешному решению. В зависимости от фазы мыслительного процесса переживание познавательной потребности происходит в форме интеллектуальных эмоций – удивления на этапе постановки проблемы, догадки на этапе выдвижения гипотез, сомнения или уверенности в правильности выбранного пути решения на этапе формулировки окончательного решения – выполняющих эвристическую, направляющую, регулирующую функцию в структуре мыслительной деятельности, обеспечивая достижение успешного решения как экспериментальных творческих задач, так и задач в профессиональном контексте, например, на материале шахматной игры (Васильев и др., 1980). Однако остается открытым вопрос о том, как происходит регуляция поиска решения трудных проблемных ситуаций, основанных на понимании и разрешении жизненных противоречий, характеризующихся длительностью, необходимостью самостоятельного со стороны субъекта понимания проблемы, поиска и реализации решения, ответственностью со стороны субъекта за последствия решения, основанной на прогнозе (Абульханова-Славская, 1991; Анцыферова, 1994, 2004). В связи с этим в данном исследовании предпринята попытка изучения роли интеллектуальных эмоций в разрешении трудных проблемных ситуаций с позиции смысловой теории мышления, теории проблемных ситуаций.

*Объект* исследования – процесс разрешения субъектом трудных проблемных ситуаций с точки зрения вклада в успешность их разрешения познавательной потребности, переживаемой в форме интеллектуальных эмоций. *Предмет* – динамика переживания познавательной потребности в форме интеллектуальных эмоций на разных этапах процесса разрешения трудных проблемных ситуаций. *Цель* – выявление связи переживания познавательной потребности в процессе разрешения трудных проблемных ситуаций с успешностью.

## **Гипотезы**

1. Успешное разрешение трудной проблемной ситуации положительно связано с переживанием удивления на этапе понимания проблемы, с уверенностью на этапе формулировки окончательного решения.

2. Открытость опыту как устойчивая личностная черта связана с переживанием удивления на этапе встречи с проблемой при обнаружении противоречия.

### **Процедура исследования**

Выборка исследования составила 20 человек — 10 мужчин и 10 женщин в возрасте от 28 до 49 лет, имеющих высшее образование, согласившихся принять участие в исследовании, посвященном изучению связи переживания познавательной потребности с успешностью решения трудных проблемных ситуаций — проблем жизни.

Испытуемым было предложено выбрать из опыта своей жизни трудную проблемную ситуацию, которую они считали успешно разрешенной, оценить ее по ряду параметров в ходе интервью — модифицированной методики «Анализ решения творческой проблемы» (Матюшкина, 2013), а также методики оценки форм переживания познавательной потребности (Матюшкина, Грудинин, 2021). Вопросы интервью были разработаны в соответствии с психологической структурой проблемной ситуации (Матюшкин, 2017); выявляли особенности проблемной ситуации участника исследования, его интеллектуальные переживания на разных этапах решения проблемы, субъективную оценку успешности разрешения проблемной ситуации и др. В диагностической части исследования испытуемые выполняли русскоязычную версию методики «Big Five Inventory – 2» (Калугин и др., 2021), направленную на исследование личностных черт «Большой пятерки».

### **Характеристики проблем**

По своему содержанию 10 из 20 проблемных ситуаций касались сферы межличностных отношений: ситуаций конфликтов, разрывов связей с родными людьми, ситуаций тяжелого заболевания и потери близких, трудностей в построении отношений; 7 из 20 ситуаций были связаны с проблемами профессиональной деятельности: с угрозой ответственности за допущенную производственную ошибку, с трудностями профессионального самоопределения, с проблемами профессионального роста и развития; 3 ситуации — с проблемами собственного здоровья: угрозой жизни в чрезвычайной ситуации, в ситуациях тяжелых заболеваний. Разрешение трудных проблемных ситуаций характеризовалось длительностью протекания: разрешение 16 из 20 ситуаций заняло от полугода до нескольких лет; одна ситуация была разрешена спустя 9 лет.

Обработка результатов проводилась с использованием качественного анализа данных в форме кейсов (case-study), статистического ана-

лиза (коэффициент ранговой корреляции Спирмена, анализ двух независимых выборок, U-критерий Манна–Уитни).

### **Результаты и их обсуждение**

Качественный анализ результатов показал, что успешному разрешению трудных проблемных ситуаций, по мнению участников, способствовали следующие условия: выраженное желание решить проблему (в 19 из 20 случаев), воля к решению проблемы (в 17 из 20 случаев), самостоятельный поиск способа решения (в 16 из 20 случаев), помощь других людей в виде эмоциональной поддержки (в 14 из 20 случаев), умение рассуждать логически (в 13 из 20 случаев). Три наиболее существенных условия, представленные на первых позициях по частоте выбора, касаются переживания познавательной потребности, направленной на поиск решения.

Корреляционный анализ связи интеллектуальных эмоций – удивления, догадки и чувства уверенности в правильности выбранного пути решения – на разных этапах с успешностью разрешения проблемных ситуаций по субъективным оценкам респондентов в целом по выборке обнаруживает следующие статистически значимые связи: 1) переживания удивления на этапе встречи с проблемой с успешностью ( $r = 0,42$ ,  $p = 0,033$ ); 2) переживания чувства близости к решению (догадки) на этапе поиска способа решения проблемы с успешностью ( $r = 0,40$ ,  $p = 0,039$ ); 3) переживания уверенности в правильности выбранного пути решения проблемы на этапе окончательного выбора способа решения и его реализации с успешностью ( $r = 0,53$ ,  $p = 0,009$ ). Такой паттерн переживания интеллектуальных эмоций в большей степени соответствует успешному решению научных проблем и ранее описан нами в исследовании условий успешности решения проблемных задач научного содержания (Матюшкина, Грудинин, 2021).

По результатам субъективных оценок успешности были выделены две группы случаев с наиболее и менее успешным разрешением проблемных ситуаций. Выявлены статистически значимые различия выраженности интеллектуальных эмоций в связи с этапами разрешения проблемных ситуаций между двумя группами: 1) в группе с наиболее успешным разрешением проблем выраженность эмоции удивления на этапе встречи с проблемой выше ( $U = 20$ ,  $p = 0,018$ ), чем в группе с менее успешным разрешением; 2) в группе с наиболее успешным разрешением проблем выраженность чувства уверенности в правильности выбранного пути решения на этапе окончательного выбора способа решения и его реализации выше ( $U = 20$ ,  $p = 0,019$ ).

Анализ динамики интеллектуальных эмоций на разных этапах наиболее успешно разрешенных проблем выявляет следующие тенденции: 1) выраженное переживание эмоции удивления на этапе встречи с проблемой снижается по мере ее разрешения на следующих этапах; 2) выраженность переживания догадки, чувства близости к решению нарастает по мере разрешения проблемной ситуации, чаще достигая максимальных значений на этапе поиска способа решения; 3) выраженность переживания уверенности в правильности выбранного пути достигает высоких оценок постепенно, максимальных – на этапе окончательного выбора способа решения.

Корреляционный анализ связи успешности разрешения проблем с «Большой пятеркой» личностных черт обнаруживает следующие статистически значимые связи с переживанием интеллектуальных эмоций: 1) удивления на этапе встречи с проблемой с эмоциональной изменчивостью ( $r=0,45$ ,  $p=0,048$ ), 2) удивления на этапе выбора окончательного способа решения и его реализации с доверием ( $r=0,57$ ,  $p=0,009$ ), 3) уверенности в правильности выбранного способа решения на этапе встречи с проблемой с настойчивостью ( $r=0,49$ ,  $p=0,029$ ) и доверием ( $r=0,51$ ,  $p=0,023$ ), 4) отрицательную связь уверенности в правильности выбранного способа решения на этапе поиска способа с депрессивностью ( $r=-0,47$ ,  $p=0,036$ ).

## **Выводы**

Интеллектуальные эмоции отражают потребность субъекта разрешить трудную проблемную ситуацию, основанную на понимании противоречий жизни, через поиск нового знания, направляя, регулируя процесс решения. Выраженная эмоция удивления на этапе встречи с проблемой, догадки – на этапе поиска способа решения, переживания уверенности в правильности выбранного пути решения и его реализации – на этапе поиска способа решения связаны с успешностью разрешения трудных проблемных ситуаций. Гипотеза о существовании связей между успешностью разрешения проблемных ситуаций и переживанием познавательной потребности в форме интеллектуальных эмоций в процессе решения принимается. Гипотеза о связи открытости опыту как личностной черты с выраженным переживанием удивления на этапе встречи с проблемой не принимается. Вместе с тем, корреляционный анализ связи личностных черт «Большой пятерки» с переживанием интеллектуальных эмоций на разных этапах успешно разрешенных трудных проблемных ситуаций выявляет наличие значимых связей между некоторыми фасетками, выступая возможными предпосылками успешности разрешения проблемы со стороны личности, что требует дальнейшего анализа.

## Литература

- Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
- Анциферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анциферова Л. И. Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека // Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 3. С. 17–24.
- Васильев И. А., Поплужный В. Л., Тихомиров О. К. Эмоции и мышление. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.
- Калугин А. Ю., Щebetенко С. А., Мишкевич А. М., Сото К. Дж., Джон О. П. Психометрика русскоязычной версии Big Five Inventory – 2 // Психология. Журнал ВШЭ. 2021. Т. 18. № 1. С. 7–32. doi: 10.17323/1813-8918-2021-1-7-33
- Матюшкин А. М. Психология мышления. Мышление как разрешение проблемных ситуаций: Учеб. пособие / Под ред. А. А. Матюшкиной. М.: ИД «Международные отношения», 2017.
- Матюшкина А. А. Феноменология решения творческой проблемы // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2013. № 3. С. 46–58.
- Матюшкина А. А., Грудинин В. А. Переживание познавательной потребности в решении проблемных задач // Актуальные проблемы психологического знания. 2021. № 4. С. 110–125.
- Guss D. C., Burger M. L., Dörner D. The role of motivation in complex problem solving // *Frontiers in Psychology*. 2017. V. 8. P. 2–5. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00851
- Voica C., Singer F. M., Stan E. How are motivation and self-efficacy interacting in problem-solving and problem-posing? // *Educational Studies in Mathematics*. 2020. V. 105 (3). P. 487–517. doi: 10.1007/s10649-020-10005-0

## Психология аутентичности: новое направление исследований личности и концептуализация субъектной модели\*

С. К. Нартова-Бочавер

Национальный исследовательский университет  
«Высшая школа экономики», Москва

В работе представлено новое направление психологии личности – психология аутентичности. Осуществлено сравнение идентичности и аутентичности: аргументируется актуальность развития психологии аутентич-

\* Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект № 20-18-00262. URL: <https://rscf.ru/project/20-18-00262>.

ности в силу стремительного изменения окружающего мира, повышения требований к адаптации личности и сложности в определении собственного места в мире. Описано несколько концепций аутентичности личности — личностно-центрированная, экзистенциальная, саутгемптонская (аутентичность как состояние) — и несколько психотерапевтических, описывающих динамику рассматриваемого качества как процесс и результат внутренней работы. Представлена субъектная концепция диспозициональной аутентичности, понимаемой как способность человека быть верным своей индивидуальности, пространственно-временным обстоятельствам своей жизни и предназначению. Изложено семь постулатов субъектной концепции аутентичности.

*Ключевые слова:* личность, аутентичность, субъект, экзистенциальная модель, личностно-центрированная модель, развитие.

На конференции памяти великого методолога и историка психологии Людмилы Ивановны Анцыферовой, благодаря необыкновенному научному кругозору и проницательности которой в российской психологии личности было открыто множество новых направлений, видится как нигде более уместным представить интересное поле исследований — психологию аутентичности личности. Поиск источников в Google академии по ключевым словам *personal authenticity psychology* показывает, что в 2000 г. таких работ было 6060, в 2020 — уже 55000, и это количество планомерно растёт. С чем связан столь интенсивный интерес?

Новые времена с неожиданно высокой степенью турбулентности требуют новой методологической оптики для понимания происходящего с человеком. В контексте событий последних лет, когда абсолютно неподготовленное человечество столкнулось с субъективно крайне маловероятными событиями и вызовами, которые, тем не менее, произошли, классическая концепция рассмотрения личности как константного феномена утрачивает свою актуальность. Стабилизирующая среда превратилась в среду интенсивно движущую, и многие эвристики прошлого знания о личности утратили свою объяснительную силу. Внимание современных персонологов приковано к наиболее изменчивой части личности, обеспечивающей быструю адаптацию и, более того, нередко — просто выживание человека. Однако это не отменяет, а делает еще более критичной необходимость поиска ответа на вопрос: если Я уже не похож(а) на себя некоторое время назад, что дает мне основание считать себя — собой?

На наш взгляд (возможно, это временное явление, которое позже будет отменено историей и логикой развития знаний о личности), по-

нятие идентичности личности, в течение многих десятилетий бывшее абсолютным фаворитом, начинает расшатываться и заменяться новым понятием — аутентичности личности. Идентичность личности — это самоощущение индивида, определяемое а) уникальным набором физических, психологических и межличностных характеристик, которые не разделяются ни с одним другим человеком, и б) чувством принадлежности и социальными ролями (American Psychological Association: Dictionary of Psychology, 2015). Это явление основано на эмпирических признаках личности, но именно они сейчас утрачивают свои постоянство и надежность. На смену эмпирическим характеристикам приходят феноменологическое переживание чувства Я, основанное только на внутренних опытах и отражающее способность сохранять верность себе, изменяясь в новых жизненных контекстах. Оба явления, идентичность и аутентичность, предполагают чувство преемственности, ощущение, что сегодня человек остается тем же, кем он был вчера; но в первом случае это чувство проистекает из эмпирических опытов (телесных ощущений, представлений, воспоминаний), а во втором — из прямой убежденности, не нуждающейся в доказательствах. Идентичность может быть соотнесена с разными модусами Я — реальным, идеальным, истинным, ложным, возможным. Аутентичность соотносится только с истинным Я. Аутентичность — энергетически более «экономный» способ поиска и мониторинга своей подлинности. Обращаясь к гносеологическим параллелям, можно предположить, что понимание идентичности уподобляется истине опыта, в то время как понимание аутентичности — истине откровения.

Ускользящая природа аутентичности и ее сложность для определения была отмечена многими современными исследователями. И если одно из первых определений было описательным и отмечало важность овладения личным опытом, будь то мысли, эмоции или убеждения, необходимыми для познания своего истинного Я (Harter, 2002), то позже появились более дифференцированные доказательные модели. Аутентичность не становилась мейнстримовым понятием, но в то же время устойчиво укрепляла свои позиции в психологии личности. Центральный вопрос, задающий водораздел между разными подходами, — это понимание того, где же локализовано то истинное Я, которому и надлежит быть верным (Reznichenko et al., 2021). В зависимости от его локализации говорят об ее интерперсональной стороне (ценностях и моральных выборах человека, ориентирующих его во внешнем мире без потери чувства Я) и интраперсональной (способности быть самим собой, действовать в соответствии со своей индивидуальностью и убеждениями).

К настоящему времени сложилось несколько концепций аутентичности личности. Согласно личностно-ориентированной концепции аутентичности, это качество понимается как трехкомпонентная черта, аспектами которой являются собственно аутентичная жизнь (authentic living), отсутствие принятия внешнего влияния (accepting external influence) и самоотчуждения (self-alienation). Это понимание справедливо критиковалось как избыточно индивидуалистическое.

Другие концепции отмечают неизбежность развития аутентичной личности в контакте с окружающим миром, в первую очередь социальным. Согласно экзистенциальной концепции, аутентичность включает четыре компонента: осознанность (awareness), непредвзятость (по отношению к себе) (unbiased processing), аутентичное поведение (behavior) и аутентичные отношения (relational orientation). В рамках этой концепции аутентично живущий человек — это тот, кто следует моральному закону и обладает целостностью; таким образом, соблюдается баланс между интер- и интраперсональными сторонами аутентичности. Недавно личностно-ориентированная и экзистенциальная концепции были объединены в двухфакторной модели, включающей внутреннюю и внешнюю аутентичность (Toper et al., 2022).

Описанные концепции рассматривают аутентичность личности как черту, однако до сих пор вопросы ее генезиса остаются неясными. Есть тенденция рассматривать аутентичность в рамках ситуативно переживаемых состояний. Так, саутгемптонская школа изучения аутентичности акцентирует ее общечеловеческий смысл, отмечает позитивность истинного Я и измеряет ее текущие проявления посредством четырех вопросов, образующих особую шкалу аутентичности (например: «В целом, я чувствую себя подлинным/ой» (Kelley et al., 2022).

Идея непротивопоставления личности и общества выражена в исследовании Т. Картрайта с соавт. (Cartwright et al., 2023), отметивших, что аутентичная личность живет в соответствии с желаниями или убеждениями, которые она вполне может разделять с другими людьми, что не мешает ей выражать себя. И хотя стремление к самовыражению может создавать человеку трудности, все равно аутентичная личность не может быть понята вне социального контекста.

И наконец, хотелось бы отметить концепцию развития аутентичности через внутреннюю работу личности, предложенную К. Лизенфельдом с соавт. (Liesenfeld et al., 2024). Она включает два уровня (процессуальные характеристики и уровень развития) и четыре структурных составляющих («4С-view»): согласованность (consistency), конформность (conformity), связанность (connection) и континуальность



(continuity). Данный подход имеет выраженную психотерапевтическую направленность, однако при этом доказательно обоснованную. В отличие от ранее созданных моделей, здесь акцентируются внутриличностные процессы, приводящие к укреплению и сохранению истинного Я. Процессуальные характеристики включают в себя перманентную самооценку, которая требует критического осмысления для развития, динамичные изменения, которым все мы регулярно подвергаемся в процессе развития, переломные моменты – критические жизненные происшествия, оказывающие жизненно важное влияние на личностный рост, и никогда не завершающуюся историю, нарратив, относящийся к типичным моделям собственного поведения или развитию человечества в целом. Три уровня развития (фрагментация, частичная интеграция и целостная интеграция) описывает актуальное состояние развития аутентичности. Как мы видим, развитие аутентичности подразумевает постоянный мониторинг собственной личности, наличие особого личностного тонуса, «встроенного» инструмента, который бы отвечал за состояние подлинности.

Нами предложена и эмпирически обоснована *субъектная концепция аутентичности*, основанная на признании свободы личности, ее изначальной социальности, авторства в создании своей личной истории, инициативности в разных видах активности, включая творческую и нравственную.

Аутентичность понимается нами как способность человека быть верным своей индивидуальности, пространственно-временным обстоятельствам своей жизни и предназначению. Это черта нижнего уровня (типичная адаптация), позволяющая осуществлять «мониторинг» человеческой жизни с точки зрения верности своему уникальному предназначению и давать обратную связь о рисках самоотчуждения. Аутентичность реализует эволюционно-адаптивную и трансцендентную функции в человеческой жизни, помогая человеку занять индивидуальную нишу и реализовать свое уникальное предназначение, при этом сохраняя общность с человечеством в целом через укрепление просоциальности и моральных качеств. Источником развития аутентичности, на наш взгляд, является не столько психотерапевтический процесс, сколько чуткость к естественным жизненным опытам, включая ошибки и стрессы. Определяя аутентичность как черту личности, мы рассматриваем ее не в классическом понимании как надситуативную устойчивость, а как чувствительность к ситуациям.

Диспозициональная аутентичность имеет следующие характерные черты:

- 1) отражает восприимчивость человека к содержанию его иерархически организованной индивидуальности, с приоритетностью прижизненно формирующихся качеств;
- 2) представляет собой изначально социальное качество, развивающееся благодаря обратным связям, которые взрослеющий человек получает от значимых других и социального окружения в целом;
- 3) обладает выраженным адаптивным смыслом и сопряжена с психологическим благополучием;
- 4) развивается на протяжении жизненного пути (основные векторы развития – усиление и дифференциация социальной и агентной составляющих проявлений аутентичности);
- 5) будучи результатом перманентного диалога человека с миром, обеспечивает заботу о человечестве в целом и потому связана с про-социальными качествами личности;
- 6) отражает восприимчивость человека к собственному жизненному пути и призванию, наделяя его ресурсами для совладания с вызовами;
- 7) представляет собой предиктор, эффект и эпифеномен «правильной» жизни.

Для реализации исследований аутентичности в контексте субъектной парадигмы нами разработана «Московская шкала аутентичности» (Reznichenko et al., 2021). К настоящему времени получено большое количество данных, верифицирующих постулаты субъектной концепции аутентичности личности: показано, что она изначально включает социальные опыты, фасилитирующие ее развитие, выполняет роль буфера в ситуациях разных вызовов, в то же время укрепляясь в них как черта личности, связана с разными проявлениями благополучия и процветания (Нартова-Бочавер, 2023; Нартова-Бочавер и др., 2023). Представляется, что субъектная концепция аутентичности отражает основные идеи российской психологии личности и будет востребована в разных областях нашей стремительно развивающейся науки.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Психологическое содержание феномена субъект и границы субъектно-деятельностного подхода // Проблема субъекта в психологической науке / Под ред. А. В. Брушлинского, М. И. Воловиковой, В. Н. Дружинина. М.: Академический проект, 2000. С. 26–42.
- Нартова-Бочавер С. К.* Аутентичность личности как предиктор совладания со стрессом и возможный эффект стресса // Человек. 2023. Т. 34. № 4. С. 128–148.

- Нартова-Бочавер С. К., Ерофеева В. Г., Байрамян Р. М., Чулюкин К. С.* Повседневные представления об аутентичности: от детства к юности // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2023. Т. 20. № 3. С. 523–547.
- American Psychological Association: Dictionary of Psychology. 2015. URL: <https://dictionary.apa.org>.
- Cartwright T., Hulbert-Williams L., Evans G., Hulbert-Williams N.* Measuring authentic living from internal and external perspectives: A novel measure of self-authenticity // Social Sciences & Humanities Open. 2023. V. 8 (1). P. 100698.
- Harter S.* Authenticity // Handbook of Positive Psychology / Eds C. R. Snyder, S. J. Lopez. Oxford: Oxford University Press, 2002. P. 382–394.
- Kelley N. J., Davis W. E., Dang J., Liu L., Wildschut T., Sedikides C.* Nostalgia confers psychological wellbeing by increasing authenticity // Journal of Experimental Social Psychology. 2022. V. 102. P. 104379.
- Liesenfeld K. M., Lebedinski S., Parks A. K., Dammann O.* Developmental authenticity-underlying dynamics of inner work processes // Frontiers in Psychology. 2024. V. 15. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1231484
- Reznichenko S. I., Nartova-Bochaver S. K., Irkhin B. D.* Do authentic people care about the environment? A view from two paradigms // Psychology in Russia: State of the Art. 2021. V. 14 (3). P. 81–102.
- Toper A., Sellman E., Joseph S.* Examining the structure of authenticity: A factor analytic study of the Authenticity Scale and Authenticity Inventory Subscales // The Humanistic Psychologist. 2022. V. 50 (2). P. 304–319. doi: 10.1037/hum0000223

## **Высшая способность к саморазвитию как составляющая духовных способностей, саморазвитие и развитие личности: теоретический анализ в контексте идей Л. И. Анцыферовой**

*Г. В. Ожиганова*

Институт психологии РАН, Москва

В статье рассматриваются высшая способность к саморазвитию как составляющая духовных способностей, признаки саморазвития и развития личности. Представления Л. И. Анцыферовой о тесном переплетении личностных характеристик и умственной деятельности, об общей способности личности к развитию, способности к активности как условия формирования новообразований и трансформации личности, о важной роли субъектности в развитии личности, о «личности в потенции» поз-

волили анализировать духовные способности и их составляющие в контексте целостного, процессуально-динамического и субъектного подходов, психологии развития, психологии возможного.

*Ключевые слова:* саморазвитие, высшая способность к саморазвитию, духовные способности, развитие личности, субъектность, активность, психология возможного.

Актуальность исследований саморазвития возрастает в связи с ускорением социальных и технологических перемен в современной действительности. Необходимость саморазвития связана с освоением и совершенствованием умений и навыков ориентации в информационной среде, с использованием новых технических устройств и программного обеспечения, что востребовано во многих профессиях, а также с адаптацией к меняющимся социальным реалиям. Психологические исследования саморазвития затрагивают проблемы формирования и совершенствования различных способностей в разных сферах, особенно в профессиональной и личностной. Важно учитывать, что высокий технологический прогресс может быть направлен как на благо человечества, так и во вред ему, поэтому особое значение приобретает высшая способность к саморазвитию, относящаяся к категории духовных, предполагающих ориентацию на общечеловеческие принципы морали.

*Цель* исследования – рассмотреть высшую способность к саморазвитию как составляющую духовных способностей в связи с идеями Л. И. Анцыферовой.

Л. И. Анцыферова, исходя из целостного подхода, так же, как и С. Л. Рубинштейн, отмечает тесное переплетение личностных характеристик и умственной деятельности. Она пишет: «Проблемные ситуации, порождаемые рассогласованием между ожидаемым и происшедшим, желаемым и достигнутым, целями и средствами, инициируют процесс мышления, который с начала и до конца опосредствован ценностями личности, ее субъективными отношениями к возникшей задаче и к себе, характерологическими особенностями, мотивациями и эмоциями. В таком личностном аспекте мышление очень мало исследовано» (Анцыферова, 2006, с. 68). Изучение умственных способностей в сочетании с нравственными качествами и трансцендентными характеристиками проводится нами в рамках исследования конструкта «духовные способности», которые, согласно нашему мнению, представляют собой единство морального, ментального и трансцендентного аспектов личности. Духовные способности раскрываются как высшие способности (Ожиганова, 2020). Среди них выделяется

высшая способность к саморазвитию, которая относится к ментальному компоненту духовных способностей, «отражающему глубину умственных возможностей человека, основу которых составляют высшие ценностно-нравственные идеалы» (Ожиганова, 2021, с. 194). Именно этим высшая способность к саморазвитию отличается от обычных способностей к саморазвитию. Последние трактуются как «индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие самостоятельное усвоение новых знаний, умений и навыков для решения конкретных жизненных проблем» (Гиль, Чеховских, 2012, с. 15). Такая характеристика способностей к саморазвитию очень близка определению интеллекта, она имеет отношение только к умственным способностям (когнитивный фактор), ценностно-нравственная же составляющая способности к саморазвитию (личностный фактор) отсутствует. При этом все же разными исследователями отмечается разнообразие представлений о саморазвитии: «в некоторых концепциях ставится акцент на роли когнитивных факторов, в других приоритетными являются саморегулятивные умения; субъектная позиция; преобразование внутреннего мира; специфическая деятельность по самоизменению, направленная на решение жизненных задач» (Ожиганова, 2021, с. 191). В современных исследованиях саморазвитие рассматривается как особого рода деятельность или способ деятельности, режим жизни, стратегия жизни или жизненная ориентация (Щукина, 2009).

Согласно В. И. Слободчикову и Е. И. Исаеву, «саморазвитие – это фундаментальная способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей жизни, превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования» (Слободчиков, Исаев, 1995, с. 147). Эти исследователи отмечают, что человек, становясь субъектом собственного саморазвития, получает возможность для личностного и профессионального самоопределения, что создает условия для накопления и актуализации внутреннего потенциала. Итак, подчеркивается, что способность к саморазвитию тесно переплетена с субъектностью.

Понятие «субъект», как отмечает Л. И. Анцыферова, «обозначает способность человека быть иницирующим началом, первопричиной своих взаимодействий с миром, обществом; быть творцом своей жизни; создавать условия своего развития; преодолевать деформации собственной личности и т. п.» (Анцыферова, 2006, с. 217).

Анцыферова, опираясь на субъектный подход, пишет о том, какую важную роль в развитии личности играет субъектность: «Личность как субъект „ваяет“ себя, выстраивая и создавая пространство собственной жизни, уникальный жизненный мир» (там же, с. 223);

она говорит о «способности к активности», отмечая, что психическая активность является условием формирования новообразований в мотивационной и познавательной сферах и трансформации личности; показывает, что в рамках процессуально-динамического подхода возможно отразить «прогресс мышления, развитие мотивации, совершенствование саморегуляции, изменение представлений о себе» (там же, с. 56). Это во многом имеет отношение к проявлению духовных способностей. В данной связи активность, а также другие качества, присущие субъекту, ведут к духовному преобразению человека и духовному росту личности. «Высшая способность к саморазвитию, относимая к категории духовных, связана с высшими рубежами развития личности — стремлением к самопреобразованию, самосовершенствованию и самоактуализации, в основе чего лежит ориентация на высшие ценности и смыслы бытия» (Ожиганова, 2021, с. 193). Важно отметить, что саморазвитие не является простой задачей для личности, оно сопряжено с переживанием кризисных состояний, неудовлетворенностью собой, осознанием ошибочности каких-то действий, мыслей, раскаянием, отказом от прежних стереотипов, отвергаемых личностью в процессе развития, и заменой новыми более глубокими и зрелыми представлениями о жизни.

Анцыферова отмечает трудности развития личности в целом, необходимость мужества, признания своей несостоятельности в каких-то обстоятельствах, пересмотра ценностей, идеалов. Она пишет: «Для того чтобы справиться с имманентными развитию дистрессами и использовать преимущества развивающихся эустрессов, от человека требуется высокий уровень психической активности» (Анцыферова, 2006, с. 71). Следовательно, психическая активность выступает как «условие возникновения новообразований, изменений, преобразований», но она также, по мнению Л. И. Анцыферовой, является и механизмом «сохранения самотождественности личности». Подчеркнем, что именно высшая способность к саморазвитию, ориентирующая человека на высшие ценности, может выступать источником психической активности, позволяющей справиться с кризисными состояниями, сопровождающими процесс позитивной трансформации личности. Высшая способность к саморазвитию, относимая к категории духовных, позволяет возвыситься над своими слабостями, недостатками, мобилизовать силы для их преодоления, поднимая личность на новую ступень развития, имеющую отношение к духовным размышлениям, саморефлексии, самопреобразованиям, ведущим к духовным проявлениям. В то же время мудрость, рефлексивность, саморегуляция, творчество (другие составляющие морального компонента ду-

ховных способностей, помимо саморазвития) в единстве с высшими способностями морального и трансцендентного компонентов позволяют личности и совершать духовную трансформацию, и сохранять свою целостность. Это может объясняться трактовкой психической активности, выступающей, согласно Анцыферовой, как механизм не только преобразования, но и «сохранения самотождественности личности, расширения, углубления и обогащения преемственности, субстанциональной основы развития» (там же, с. 72), а также проявлением субъектности. Таким образом, духовные способности, включающие различные высшие способности и высшую способность к саморазвитию, в том числе связаны с субъектными качествами личности – активностью, осознанностью, самостоятельностью, социальной ценностью, творчеством.

Анцыферова, предлагая рассматривать общую способность личности к развитию, выделяет в ней следующие составляющие: 1) способность сохранять позитивное содержание своей истории, накапливать результаты развития; 2) «способность актуализировать потенциальное содержание своего сознания, включать его в актуальные связи, обладать сензитивностью к непреднамеренным, случайным, стихийно возникшим результатам прошлой деятельности; 3) способность создавать нечто новое и в мире, и в себе, расширяя при этом сферу потенциального» (там же, с. 72); она выдвигает гипотезу о том, что «в потенциальной сфере субъекта существуют личности, незавершенные в своем развитии, слабоструктурированные. Эти „личности в потенции“ отличны по своей индивидуальности от породившей их актуальной личности. Несостоявшиеся личности в определенных условиях способны актуализироваться, достраиваться и приводить к перестройке мироощущения человека, его чувства, самосознание, жизненные установки» (там же). Таким образом, Анцыферова закладывает основы психологии возможного.

Значимость категории «возможного» в последнее время подчеркивается в психологии (Знаков, 2020; Леонтьев, 2022; и др.). По мнению М. Н. Эпштейна, «важнейшая проблема теории возможного – это „возможные миры“ и их соотношение с действительным миром. „Возможный мир“ – совокупность возможностей (или возможных существований), которые могут непротиворечиво образовывать одно целое, то есть не исключают возможности друг друга» (Эпштейн, 2001, с. 30). Именно психология возможного позволяет отразить специфику духовных способностей – их потенциальный характер, возможность их проявления у любого человека в определенных обстоятельствах, актуализации духовных потенций личности.

Важно отметить, что духовные способности, с одной стороны, являются продуктом саморазвития, отражающим в поведении и деятельности духовные проявления человека, а с другой — они поддерживают и продвигают сам процесс саморазвития личности в сторону духовного самопреобразования, способствуют духовному росту. Этот ракурс рассмотрения духовных способностей соотносится с процессуально-динамическим подходом.

В заключение можно сказать, что идеи Л. И. Анцыферовой о тесном переплетении личностных характеристик и умственной деятельности, о «личности в потенции», связанные с общей способностью личности к развитию, со способностью к активности как условия формирования новообразований и трансформации личности и в то же время сохранения ее самоидентичности, а также важности проявления субъектности, служат основой для объяснения специфики духовных способностей и, в частности, высшей способности к саморазвитию, относящейся к их ментальному компоненту. Теоретический анализ высшей способности к саморазвитию как составляющей духовных способностей в связи с идеями Л. И. Анцыферовой позволил включить рассмотрение духовных способностей и входящих в их состав высших способностей в контекст целостного, процессуально-динамического и субъектного подходов, психологии развития, психологии возможного.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Гиль Л. Б., Чеховских К. А.* Способность к саморазвитию в контексте гуманитаризации образования // Известия Алтайского государственного университета. 2012. Т. 2. № 1 (74). С. 14–16.
- Знаков В. В.* Психология возможного: новое направление исследований понимания. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. doi: 10.38098/prgrs\_22\_0447
- Леонтьев Д. А.* К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12. Вып. 2. С. 111–121. doi: 10.21638/spbu16.2022.201
- Ожиганова Г. В.* Духовная личность. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
- Ожиганова Г. В.* Саморазвитие, способность к саморазвитию и высшая способность к саморазвитию // Научно-педагогическое обозрение. 2021. № 6 (40). С. 190–198. doi: 10.23951/2307-6127-2021-6-190-198



- Слободчиков В. И., Исаев Е. И.* Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. М.: Школа-Пресс, 1995.
- Щукина М. А.* Саморазвитие личности: история и современное состояние проблемы в отечественной психологии // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12. «Психология. Социология. Педагогика». 2009. № 1. С. 154–164.
- Эпштейн М. Н.* Философия возможного. Модальности в мышлении и культуре. СПб.: Алетейя, 2001.

## **Поведение как процессуально-динамическая характеристика личности\***

*Л. М. Попов, П. Н. Устин*

Институт психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета, Казань

Впервые содержательно с научных позиций явление «поведение» было представлено И. М. Сеченовым в 1862 г. как невольные, произвольные и наипроизвольнейшие движения человека. Их психологический диапазон был представлен динамикой от рефлексов до волевых, ориентированных на высшие нравственные ценности, действий с ответственностью за каждый шаг. Поведение как научный термин стало использоваться в бихевиоризме с 1913 г. В отечественной психологии позиции рефлексологов и бихевиористов критиковались и «поведение» исчезло из научной отечественной психологии личности. Приоритетным становилось понятие «деятельность», охватывающее все психические процессы. О восстановлении поведения как научного понятия (категории) заявил Б. Ф. Ломов в 1984 г. Социальный заказ на «формирование высоконравственной личности» (Указ Президента РФ, 2022) побуждает ввести понятие «поведение» в его сеченовском значении в состав процессуально-динамических характеристик личности.

*Ключевые слова:* процессуально-динамический подход, поведение, способ бытия, целостность личности, расширенная личность, наипроизвольнейшие действия, исследовательские стратегии.

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-18-01125. URL: <https://rscf.ru/project/24-18-01125>.

К настоящему времени термин «поведение» — это общеупотребительное слово для характеристики процессов, проходящих во взаимодействии объектов в неживой природе (физика), и микроорганизмов, животных, людей, социальных групп (биология, этология, психология, социология) в органическом мире. В психологии явление поведения было впервые проанализировано российскими исследователями и прежде всего — физиологом И. М. Сеченовым, определившим его как «невольные», «произвольные» и «наипроизвольнейшие» движения (действия), которые характеризуют активность человека. Впоследствии идея поведения в виде рефлексологических процессов была представлена в работах И. П. Павлова и В. М. Бехтерева. Однако наибольшего внимания, на наш взгляд, заслуживает позиция И. М. Сеченова касательно сущностной характеристики поведения. Если на этапе невольных движений, т. е. происходящих без осуществления воли, бессознательных рефлексивных действий, движения живого существа неосознаваемы и «направлены лишь к одной цели — сохранению целостности неделимого» (Сеченов, 1962, с. 23), то на этапе произвольных действий они характеризуются И. М. Сеченовым как «всегда сознательные» (там же, с. 40). Наконец, подлинно поведенческими (этическими) становятся в трактовке Сеченова «наипроизвольнейшие» действия, которые строятся с ориентацией на сильную волю человека, высшие нравственные ценности и ответственность за каждый шаг (с. 39).

Позднее сторонники бихевиоризма (Дж. Уотсон, Э. Торндайк, Б. Скиннер и др.), взяв идею наших ученых, стали использовать термин «поведение» для описания ответной реакции субъекта на воздействие извне, а центральным звеном их концепции выступила «стимул-реактивная» идея. Конечно, используемое понятие «поведение» в потенции содержало не только реакцию на воздействие извне, но и, с учетом того, что поведение всегда имеет обоюдный характер, растянутый во времени, содержало встречную реакцию, что уместно передается словом «взаимодействие», которое является базовым термином в методологической концепции творчества Я. А. Пономарева (Пономарев, 1976). В последующем, во всей когнитивно-бихевиористической концепции поведение стало центральным понятием.

Поведение в значении ответной реакции человека на стимул извне без учета «внутренних условий» стало камнем преткновения для использования термина «поведение» в зарождающейся советской психологии периода Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, где ориентация шла на марксистскую идеологию, согласно которой человек как «совокупность общественных отношений» нацелен не столько на созерцание мира и ответные реакции на внешние усло-

вия, сколько на «преобразование мира», т. е. преобразующую деятельность в этом мире. А такая деятельность не может быть рефлексивной, неосознаваемой. Отсюда и сложились основополагающие принципы отечественной психологии: принцип деятельностного подхода, принцип единства сознания и деятельности, принцип культурно-исторической обусловленности развития и деятельности человека.

В самом общем виде деятельность — это специфически человеческая форма отношения к окружающему миру, содержание которой составляет целесообразное изменение и преобразование этого мира на основе освоения и развития наличных форм культуры (Огурцов, Юдин, 1970). Отметим, что в советской психологии деятельность рассматривалась в качестве объяснительного принципа всей психической жизни. Квинтэссенцией психологической теории деятельности было знание о действиях преимущественно когнитивного типа, где лишь как второстепенные принимались во внимание аффективно-личностные, смысловые и духовно-нравственные компоненты.

Поведение как научное понятие ушло из научной психологии личности на этапе деятельностного доминирования. Б. Ф. Ломов, анализируя состояние категориального аппарата, посчитал, что «представляется неоправданным исключение некоторых общих понятий, в свое время широко используемых в психологии, из круга основных. В такое положение попало, например, понятие „поведение“... Здесь типично тот самый случай, о котором говорят, что „вместе с водой выплеснули и ребенка“. Сейчас наступила пора восстановить в правах это емкое и конструктивное понятие» (Ломов, 1984, с. 395). Сам Б. Ф. Ломов в цитируемой монографии часто использует понятия «деятельность» и «поведение» вместе: «ситуация изменяется под влиянием поведения (деятельности)», «во всех концепциях и моделях поведение (и деятельность) рассматриваются как система», «любая деятельность (как и поведение в целом) исходит из определенных мотивов» (там же, с. 120–121). Поведение, по Б. Ф. Ломову, есть регулятивная функция жизни человека, которая осуществляется произвольно и осознанно, а осознание связано со словом, речью и формируется в общении индивида с другими людьми» (там же, с. 184). В качестве регуляторов выступают осваиваемые человеком «нормы, правила, принципы общественной жизни, которые формируют «внутренние механизмы поведения» (там же, с. 186).

В «Большом психологическом словаре» поведение рассматривается двояко: как система внутренне взаимосвязанных действий и как система поступков, обусловленная психологической направленностью действий человека. В первом значении термин используется в меди-

цине, технике, строительстве, электронике, экономике. Во втором значении он применяется в гуманитарных науках, где поведенческим действиям в высшем проявлении свойственны сильная воля, следование высшим моральным ценностям, ответственность за сделанное (Мещеряков, Зинченко, 2007). Социальный запрос на «формирование высоконравственной личности» (Указ Президента РФ от 2022 г.) побуждает рассматривать поведение во всем диапазоне его проявлений: от рефлексивного (низший уровень) до волевого, высоконравственного, ответственного, когда человек, следуя своим идеалам и пониманию смысла жизни в любви к людям, к Родине, идет на подвиг (высший уровень).

В научной психологии движение к установлению истины осуществляется двумя путями: от абстрактного к конкретному и от конкретного к абстрактному (Ломов, 1984, с. 115). Эти два пути могут быть представлены двумя исследовательскими стратегиями: абстрактно-аналитической и действенно-преобразующей (Пономарев, 1976).

В первом случае, на наш взгляд, предметом изучения могут стать абстрактно выделенные для анализа отдельные формы и типы поведения с его экспериментальным исследованием и созданием модели такого явления. В настоящее время авторы в рамках реализации проекта «Психологическая модель поведения субъекта в цифровой среде» придерживаются абстрактно-аналитической стратегии и изучают структуру двух типов поведения – реального и цифрового, которые характерны для «расширенной личности» – нового феномена, отражающего смешение реальной и виртуальной действительности (Солдатова, Войскунский, 2021). Применяется номотетический метод работы с материалом через использование междисциплинарного подхода и активное включение средств и инструментов, действующих в рамках технических наук, прежде всего информатики. Таковыми выступают инструменты и средства, связанные с методами искусственного интеллекта (машинное обучение, искусственные нейронные сети, когнитивные архитектуры, большие языковые системы). Данный подход соотносится с теоретическими позициями Б. Ф. Ломова, согласно которым математика выступает одним из мощных средств развития психологических теорий и психологической науки (Ломов, 1984).

Во втором случае, когда поиск истины ведется от целого к части, от конкретного к абстрактному, от холизма к элементализму, как правило, чисто научными методами истина не открывается. Идиографический метод, предполагающий нарративный анализ, в данном подходе более предпочтителен, ибо только путем логико-теоретического анализа невозможно вскрыть все нюансы поведения человека.

В данном случае психология должна заимствовать способы получения данных и способы действенно преобразующего плана от искусства, которое использует художественно-метафорические средства для глубинного постижения явления: будь то внутренний мир человека или его внешне выраженное поведение, являющееся отражением мировоззрения, нравственных, религиозных, правовых, ценностно-смысловых установок. В таком случае вполне уместны взгляды Г. Олпорта (Олпорт, 1998), считавшего, что психологи должны поучиться у писателей глубине и точности отображения внутреннего мира человека, изображению его динамики и связанности с ситуацией, с внешним окружением, с историко-политическими событиями. Это тот самый культурно-исторический подход, который трудно достигается методами чисто научной, абстрактно-аналитической психологии.

Л. И. Анцыферова уже в 1982 г. отмечала, что общее направление исследований в секторе философских проблем психологии ИП РАН сочетает системно-структурный и процессуально-динамический подход к личности. В философском осмыслении личности в отношениях с миром она предстает как «целостная системная организация человека, включенного в мир природы и общества» (Анцыферова, 2004, с. 177). Такая организация представляет, во-первых, «целостную личность», которая имеет разные уровни развития, во-вторых, характер отношений с миром, который строится по принципу «созидание — потребление» (там же, с. 176), а «отношение» в разных формах субъект-объектного и субъект-субъектного взаимодействия может быть представлено и деятельностью, и общением, и поведением. Каждый из названных процессов с философской точки зрения может быть обозначен как «способ бытия» (там же, с. 183), способствующий развитию субъекта. Следует отметить, что в целостном понимании процессуально-динамических характеристик личности все они в той или иной мере одновременно синкретически представлены. Однако актуализация одной из в каждый момент времени взаимодействующих систем способствует «высокому развитию одного из способов связи человека с миром», и это есть «стержень всех иных отношений, эпицентр развития личности» (там же). По сути, здесь представлена аналогия динамики всех указанных выше процессов с динамикой типов ведущих деятельностей, выделенных по типу объектов: человек, техника, природа, знаковая система, художественный образ.

Процессуальный динамизм состоит в том, что при взаимодействии субъекта с разного типа объектами актуализируются для решения оперативных задач разные процессы: деятельностные, поведенческие, коммуникативные. В таких случаях на каждом временном отрезке

взаимодействия «человек—мир» процессы, проходящие между ними, не только деятельностные, но и недеятельностные (общение, поведение), и каждый из них может стать «стержнем» отношений. Руководствуясь идеей целостного развития личности с ее уровневым строением, Л. И. Анцыферова цитирует П. Балтеса, отмечавшего, что поведение мудрого (т. е. совершенного) человека, достигшего высшего уровня развития целостности, характеризуется «единством ума и добродетели» (Анцыферова, 2004, с. 51–52).

Мы считаем, что основная функция поведения состоит в том, чтобы регулировать отношения человека с миром на основе духовно-нравственных ценностей, где добродетельное начало «наипроизвольнейших» действий является обязательным признаком «этического поведения». В свою очередь оно, согласно процессуально-динамическому подходу к действиям личности, постоянно переходит в другие формы взаимодействия: созерцание, деятельность, общение. Последние обеспечивают теоретико-когнитивное познание истины (созерцание), преобразующие действия на основе познанного (деятельность), обмен коммуницирующих субъектов информацией познавательного или аффективного характера (общение). Поведение — это и этическая, и психологическая категория. Оно могло бы стать предметом этической психологии, возможность выделения которой мы предлагали еще в 2008 г. (Попов и др., 2008). На основе принципа диалектического единства всех процессуальных характеристик когнитивного плана поведение может проявляться в его интеллектуально-деятельностном варианте и содержать потенциально коммуникативные и нравственные элементы.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007.
- Ломов Б. Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
- Огурцов А. П., Юдин Э. Г.* Деятельность // Большая советская энциклопедия. Т. 8 / Глав. ред. А. М. Прохоров. М.: Советская энциклопедия, 1970. С. 180–181.
- Оллпорт Г. В.* Личность в психологии. М.: КСП+; СПб: Ювента, 1998.
- Пономарев Я. А.* Психология творчества. М.: Наука, 1976.
- Попов Л. М., Голубева О. Ю., Устин П. Н.* Добро и зло в этической психологии личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.

- Сеченов И. М. Рефлексы головного мозга. М.: Изд-во АН СССР, 1962.
- Солдатова Г. У., Войскунский А. Е. Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 3. С. 431–450. doi: 10.17323/1813-8918-2021-3-431-450

## **Динамика психических состояний: регуляторный аспект\***

*А. О. Прохоров*

Казанский федеральный университет, Казань, Республика Татарстан

С позиций динамического подхода Л. И. Анцыферовой анализируются динамика психических состояний и основные психологические факторы, определяющие их изменения. В качестве последних представлены ситуативные, личностные и деятельностные детерминанты, ментальные структуры, а также собственно внутренние факторы. Рассматриваются психологические механизмы влияния ситуативных, личностных, деятельностных, внутренних и ментальных факторов на динамику состояний субъекта. Ключевую позицию в регуляции динамики состояний занимают ментальные структуры, интегрирующие внешние и внутренние факторы детерминации динамических изменений состояний.

*Ключевые слова:* психическое состояние, динамика, регуляция, ситуация, личность, ментальные структуры.

Динамический подход Л. И. Анцыферовой имплицитно предполагает исследование включенности личности в процесс деятельности и жизнедеятельности в целом (Анцыферова, 2006; Харламенкова, 2023). Последнее находит свое отражение в состояниях личности и их изменениях в динамике жизнедеятельности человека. С этих позиций можно выделить несколько причин и факторов, обуславливающих динамику психических состояний.

### **Ситуативные детерминанты**

Наиболее значимым фактором, обуславливающим динамику состояний, является психологическая ситуация, представляющая собой субъективный образ действительности. Ситуация (как образ) пред-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-18-00232.

ставлена на самых различных уровнях психического отражения (в восприятии, памяти, мышлении и др.), в разных формах проявления психического. По отношению к психическим состояниям функция ситуации связана с их актуализацией: ситуация как бы «запускает» психическое состояние (Прохоров, 2023).

Ситуация жизнедеятельности выступает как важнейший определитель целесообразности коррелятивных связей между различными подсистемами психической сферы и функциями организма, обуславливая изменения состояния субъекта. Динамика последних связана с интер- и интракорреляционными связями, которые соответствуют внешним условиям существования субъекта и ситуациям жизнедеятельности.

Актуализирующиеся под воздействием ситуации психические процессы продуцируют новые психические состояния, которые начинают взаимодействовать с фоновым состоянием — вытесняют, суммируются, вступают в конфликт и т.д. С этой точки зрения состояние человека представляет собой, по выражению С.Л. Рубинштейна, непосредственный динамический эффект его деятельности. Изменение ситуации приводит к нарушению баланса между человеком и средой и, соответственно, к изменению психического состояния, его исчезновению, преобразованию в новое состояние, способствуя уравниванию со средой. Как пишет С.Л. Рубинштейн, «Именно структура связи, объединяющая разные стороны в одно единое целое, и является той внутренней связью, которая образует внутреннее единство, опосредующее суммарный аффект действия внешней (ситуации — А. П.) причины» (Рубинштейн, 1976, с. 355).

### **Личностные факторы**

Другим ключевым звеном, обуславливающим динамику психического состояния, является, согласно С.Л. Рубинштейну, сам субъект, его личностные особенности, составляющие «целостную систему внутренних условий, через которые преломляются все внешние воздействия» (там же, с. 307), в структуру которых входят направленность, характер, чувства и способности, процессы, вся система навыков, привычек и знаний, индивидуальный опыт человечества, особенности природно-биологической организации (Ананьев, 1968).

Психологический механизм влияния личностных характеристик на состояние следующий. В любом акте жизнедеятельности происходит психологическая репрезентация ситуации в психологических особенностях личности. Любое изменение «внутренних условий» влечет за собой изменение психического состояния. Дальнейший ход изменения связан с корреляционными объединениями деятельности разных



подсистем организма, с образованием констелляций (функциональные комплексы, синдромы) из отдельных функций разных подсистем, с преобразованием одних функций под влиянием изменения других и пр. Эти изменения актуализируются в виде определенного психического состояния, которое, в свою очередь, объективируется через деятельность, общение, поведение и переживания субъекта, приводя состояние субъекта в соответствие с ситуацией его жизнедеятельности. Поэтому психическое состояние выступает как развернутое во времени проявление личности, ее свойств, их психологического бытия. Разная сторона включенности одних и тех же свойств личности обуславливает разные психические состояния.

### **Деятельностные факторы**

Изучение динамики состояния (на основании исследований функциональных/психофизиологических состояний) позволило выделить фазы его развития (Ильин, 2005):

- латентный период, связанный с преодолением инерции предыдущего состояния;
- видимая (фиксируемая) реакция на действие стимулирующего фактора;
- мобилизационная фаза, связанная с нейтрализацией отклонения от заданного режима работы;
- фаза устойчивости (по Г. Селье, стадия резистентности) в работе функциональных систем;
- «истощение» (снижение работоспособности, психологической устойчивости и др.), возникающее, если действие фактора долгое время не прекращается.

Анализ состояний человека в процессе выполняемой деятельности обычно ведется с помощью изучения фаз динамики работоспособности. Характеристика деятельности с точки зрения величины затрачиваемых усилий связана с выделением различных уровней ее напряженности (Леонова, 1984). Классическими в этом плане являются данные о стадиях работоспособности, полученные Е. А. Деревянко (по А. Б. Леоновой, 1984), в которых были выделены следующие стадии: период вработываемости, период оптимальной работоспособности, период полной компенсации, период неустойчивой компенсации, конечный порыв и период прогрессирующего снижения продуктивности. Кроме того, к этим стадиям Е. П. Ильин добавляет состояния относительного покоя, предрабочие состояния, а также тормозные состояния (парабиотические, по Н. Е. Введенскому).

## **Внутренние факторы детерминации состояний**

В состав психического состояния исследователи включают социально-психологические показатели (поведение, отношения и др.), характеристики психических процессов, потребностно-мотивационной сферы, психомоторные, когнитивные, энергетические и нейродинамические составляющие, а также ряд функциональных характеристик состояния: интенсивность, устойчивость и др. (Ганзен, 1981). Поэтому изменение любой составляющей состояния и их отношений (увеличение или уменьшение, структурные изменения и др.) приводит не только к качественным, но и к динамическим изменениям: интенсивности, устойчивости, времени-длительности и др.

Психическое состояние содержит уже в самом себе ряд процессуальных моментов, характеризуется своей внутренней активностью, может иметь собственные динамические особенности. Каждое состояние проходит этапы постепенного развертывания во времени, формируется от начальных фаз до «вершины» максимальной выраженности и далее идет к спаду, исчезновению, замене новым состоянием, с которым в той или иной форме оно вступает во взаимодействие.

Ход динамических изменений состояний может характеризоваться фазовыми процессами синусоидального типа, возрастанием однородности и качественной близости, увеличением когерентности между параметрами состояния, возрастанием нелинейности отношений между составляющими процесса в ситуациях высокой информационной насыщенности и значимости. В этих ситуациях переход из состояния в другое состояние может совершаться двумя путями: литически или скачком. Все это — динамические моменты состояний.

Причиной, вызывающей изменение психического состояния, может являться также системная организация самого состояния. Увеличение числа уровней организации состояния, связанное с уровнем организацией личности, ведет к потере системной устойчивости (целостности) состояния. Потеря устойчивости связана с доминированием одного из уровней или с проявлением степени преобладания одной из характеристик структуры состояния и, соответственно, с возникающей асимметрией сторон состояния внутри целостной организации. В конечном итоге, такое накопление неустойчивости (накопление элементов другого состояния) выводит систему (состояние субъекта) из равновесия, обуславливая динамику преобразования в новое состояние.

Динамические моменты психического состояния проявляются также и в том, что оно может выступать на разных уровнях напряженности и быть различной глубины (например, стадии стресса).

## **Ментальные детерминанты динамики психических состояний**

Обзор исследований ментальных структур и их роли в регуляции психических состояний свидетельствует о влиянии структур сознания на динамику состояний (Прохоров, 2021). Структуры сознания (личностный смысл, ценности, смысловые установки и др., рефлексия и ее виды, переживания, ментальные репрезентации, образные характеристики, система Я, включенные в ментальный опыт субъекта) выполняют регуляторную функцию по отношению к психическим состояниям, обуславливая их адекватность и динамику в соответствии с обстоятельствами жизнедеятельности субъекта.

Регуляторный процесс опосредуется ситуациями жизнедеятельности, пространством культуры и образом жизни. Операциональная сторона регуляторного процесса связана с действиями субъекта, направленными на изменение состояния, обратной связью и временными характеристиками.

### **Литература**

- Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2018.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Ганзен В. А., Юрченко В. Н.* Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека // Психические состояния: Сб. ст. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1981. С. 6–16.
- Ильин Е. П.* Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер, 2005.
- Леонова А. Б.* Психодиагностика функциональных состояний человека. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Прохоров А. О.* Ментальные механизмы регуляции психических состояний // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 4. С. 182–204. doi: 10.17759/exppsy.2021140410
- Прохоров А. О.* Ситуационные аспекты ментальной регуляции психических состояний // Теоретическая и экспериментальная психология. 2023. № 4 (16). С. 13–27. doi: 10.11621/ТЕР-23-26
- Рубинштейн С. Л.* Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1976.
- Харламенкова Н. Е.* Динамический подход Л. И. Анцыферовой к психологическому исследованию личности: новые грани проблемы // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 461–478.

## **Людмила Ивановна Анцыферова — из недавнего прошлого в настоящее и будущее психологической науки о личности**

*З. И. Рябикина*

Кубанский государственный университет, Краснодар

В тексте статьи анализируются идеи, которые, будучи сформулированы Л. И. Анцыферовой и реализованы в ее исследованиях, служат базовыми для продолжающегося развития субъектного, субъектно-бытийного и иных субъектно-ориентированных подходов к личности. Основные методологические принципы (развития, субъекта, системности, диалогизма), персонологический конструкт «идентичность», роль со-бытийности с другим человеком в развитии личности, идея конструктивного онтогенеза — существенные для понимания личности методологические установки, сыгравшие важную роль в оформлении субъектного подхода к личности, продолжающие определять направленность ее интерпретации сегодня и задающие перспективы дальнейшего развития психологии личности.

*Ключевые слова:* Л. И. Анцыферова, методология, психология личности, субъектный подход, субъектно-бытийный подход.

Людмила Ивановна Анцыферова входит в плеяду выдающихся российских психологов, которые в советское время создавали основы отечественной психологии. В ее текстах обоснованно акцентированы, осмыслены и таким образом закреплены в научном дискурсе темы и аспекты анализа важных для науки и общества проблем.

Ей, как мыслителю и аналитику, всегда была свойственна конструктивная гибкость, создававшая возможности для обоснованного приятия различных точек зрения на предмет научного обсуждения. Внимание к разнообразным концептам отечественных и западных персонологических школ обеспечивало разноаспектность, глубину и допускало полипарадигмальность научной интерпретации анализируемых проблем.

На этапе развития отечественной психологии советского периода Л. И. Анцыферова видела необходимость в поддержке связи научной мысли советской психологии с тем, что и как рассматривалось западными психологами, и реализовала эту задачу в своих статьях и монографиях. Затем, конструктивно преодолев хаотические метания постсоветской психологии, перестроечную эклектику, своим осмыслением происходящего в создаваемых вместе с коллегами текстах отстояла и пронесла важнейшие из достижений отечественной советской пси-

хологии в послеперестроечную научную реальность. Для осуществления этого Л. И. Анцыферова считала необходимым вернуться к анализу пройденного советской психологией пути, реинтерпретировать имевшие место в науке подходы, открытия, иную научную информацию. Ее деятельность была направлена на конструктивную трансформацию накопленного отечественной наукой опыта.

Бесспорно, велика роль Л. И. Анцыферовой в формировании философского кругозора отечественных психологов. Она работала с большими категориями, трактовка которых создавала и создает главный контур поля научного психологического дискурса.

При этом центральной для Л. И. Анцыферовой являлась категория личности. Формируя и обосновывая свой подход к личности как предмету научного рассмотрения, она опиралась на выделенные в ходе анализа методологические принципы, среди которых одним из главнейших, определяющих суть рассматриваемого психологического явления, считала принцип развития. Характеризуя роль этого принципа в анализе психологических проблем, Л. И. Анцыферова рассматривала его как старейший, с наиболее продолжительной историей становления (Анцыферова, 1978). Она писала: «Можно сказать, что основным способом бытия личности является развитие, которое выражает основную потребность человека как универсального родового существа — постоянно выходить за свои пределы, достигать возможной полноты воплощения в индивидуальной форме своей родовой сущности... Личность постоянно экстраполирует себя в будущее, а свое отдаленное будущее проецирует на свое настоящее» (Анцыферова, 1981, с. 4). При этом Людмила Ивановна считала важным подчеркнуть, что содержание методологического принципа претерпевает качественные изменения на разных этапах становления психологической науки в связи с возрастанием глубины и повышением уровня психологического знания. Когда особое значение начал обретать методологический принцип системности, Л. И. Анцыферова, рассматривая методологию как единство и целостность наиболее существенных научных умозаключений, писала о тенденции «к соединению принципа развития с... принципом системности» (Анцыферова, 1978, с. 4). И речь шла не о формальном соединении, когда в исследованиях учитываются принцип развития и принцип системности, но об их взаимообогащении, об изменении их трактовки в контексте возникшей диадности.

Анализируя тему связности, соотнесенности методологических принципов, вполне обоснованно использовать понятие «ансамбль» в организации методологического пространства. Сетевой подход в со-

временной науке и признание ее полипарадигмальности предполагают не жестко закрепленный перечень методологических принципов, а обусловленное конкретной транспективой научного подхода описание методологического пространства как ансамбля (Рябикина, 2019). Ансамбль предполагает связность (т. е. применяемые методологические принципы должны создавать целостное представление о методологической позиции исследователя), взаимообусловленность, взаимодополнительность (т. е. содержание отдельного элемента приносит дополнительное знание, расширяет и одновременно конкретизирует представление о другом элементе ансамбля).

Во взглядах Л. И. Анцыферовой на проблемы личности столь же существенным, как и принцип развития, является методологический принцип субъекта. Как пишут об этом А. Л. Журавлев и Н. Е. Харламенкова, «проблема активности субъекта, поставленная ею в самом начале научной деятельности, так и осталась наиболее важной проблемной областью, вызывавшей особый интерес» (Журавлев, Харламенкова, 2009, с. 33). Исследовательские задачи формулировались Л. И. Анцыферовой в качестве теоретических положений о личности как активном субъекте своего собственного развития (Психология формирования..., 1981).

В предложенном динамическом подходе к личности Людмила Ивановна продолжила развивать и конкретизировать расширенную трактовку субъектно-деятельностного подхода своего учителя С. Л. Рубинштейна (Анцыферова, 2000а). Она утверждала, что «речь надо вести не просто о деятельности, но о действующем индивиде, о личности в состоянии деятельности» (Журавлев, Харламенкова, 2009, с. 32). Сопоставляя свою точку зрения с позицией других авторов относительно сущности субъекта, Анцыферова отмечала, что субъектно-деятельностный подход не исчерпывает всей полноты личностного существования человека в мире. Личность соразмерна не деятельности и даже не жизненному пути, а целостному индивидуальному пространству и времени творимой человеческой жизни.

Конкретизируя свое представление о сути понятия «субъект», Анцыферова пишет, что «основная характеристика субъекта — переживание человеком себя как суверенного источника активности, способного в определенных границах намеренно осуществлять изменения окружающего мира и самого себя» (Анцыферова, 2000б, с. 211). Самосозидание личности и самодетерминация — то главное, что характеризует личность как субъекта.

Соединяя два основных методологических принципа, Анцыферова выделяет три уровня развития личности как субъекта: на первом

субъект недостаточно адекватно осознает свои истинные побуждения и не может контролировать и учитывать степень своего влияния на ситуацию; на втором личность не только соотносит цели и мотивы своих действий, но намеренно формирует ситуации своего поведения; на третьем уровне личность становится субъектом жизненного пути и поднимается до уровня «свободы выявлять, переживать и собственными действиями разрешать назревшие противоречия развития общества» (Психология формирования..., 1981, с. 212), что радикальным образом преобразует ее собственную жизненную ситуацию.

Развивая это представление в субъектно-бытийном подходе к личности мы фокусируем внимание на изначально активной роли социализируемого индивида (А. В. Брушлинский), на взаимной имплицированности бытия и человека (С. Л. Рубинштейн), на свойственной человеку как субъекту способности порождать новые формы бытия, объективируя в нем свое субъективное (Знаков, Рябикина, 2017). Человек как субъект жизни активно конструирует, достраивает, совершенствует свой мир.

Методологический принцип субъекта, определяясь в своей все более возрастающей значимости в трактовке современных проблем личности и ее бытия, переконфигурирует систему принципов методологического поля. Дополнительные положения, конкретизирующие роль и содержание этого принципа, таковы: полипространственность бытия личности и соответствующая дифференциация ее субъектности; полипространственность личностной идентичности и сопутствующий характер субъектности (Рябикина, 2019).

В рассмотрении личности как субъекта Л. И. Анцыферова фокусировала внимание на теме конструктивного онтогенеза (бытия). Этот аспект анализа был конкретизирован в исследовании темы старения личности, в анализе проблемы конструктивности завершающего жизненного этапа (Анцыферова, 1996). Тема обоснованно представлялась автору особенно актуальной из-за возросшей подвижности, изменчивости мира и соответствующей возросшей динамики обстоятельств бытия личности. В этой части рассуждения Анцыферова обратилась к категории личностной идентичности. В качестве причины возможного личностного неблагополучия в пожилом возрасте она выделила и охарактеризовала потерю пожилым человеком чувства идентичности из-за потери профессионализма и профессионального статуса (Анцыферова, 1980). Невозможность поддержать ранее эффективный бытийный сценарий, в котором работа и профессионализм занимали важное место, становятся для пожилого человека причиной нарушения чувства идентичности.

Еще один принципиально важный для современной психологии, активно развиваемый в субъектно-бытийном подходе аспект — роль события с Другим человеком в развитии и самоосуществлении личности (Знаков, Рябкина, 2017). Л. И. Анцыферова, рассматривая происходящие с личностью изменения, полагала важнейшим фактором происходящих преобразований диалогическую встречу субъекта с другими людьми. Конкретизируя свое рассуждение о роли диалогизма, Людмила Ивановна обратилась к супружеским отношениям. Выбор супруга (как начальный этап диалога, со-бытийности) связан с проекцией на него личностью своих ожиданий и чувств. С наступлением среднего возраста человек избавляется от интроекций и проекций и союз начинает строиться на взаимоотношениях индивидуальностей, которые реализуют свою собственную индивидуацию и одновременно создают особое пространство — «третью топику». Мы называем это со-бытийностью и в исследованиях обращаемся к рассмотрению другого человека как фактора организации бытийного пространства личности.

Таким образом, обращение только к некоторым идеям из богатого интеллектуального наследия Л. И. Анцыферовой убедительно показывает их базовый характер для продолжающегося развития субъектного, субъектно-бытийного и иных субъектно-ориентированных подходов к личности. Каждый, кто знакомится с трудами этого выдающегося исследователя, методолога, историка науки, находит в текстах Людмилы Ивановны то, что может служить отправной точкой, базовым посылом, то, что задает направление и поддерживает исследователя в научном поиске. У всех основных идей, оформившихся и сформулированных автором в научном творчестве, есть реализуемое настоящее и продолжение в будущем.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Методологические проблемы психологии развития // Принцип развития в психологии / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1978. С. 3–20.
- Анцыферова Л. И.* Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования // Психологический журнал. 1980. Т. 1. № 2. С. 52–60.
- Анцыферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1981. С. 3–19.
- Анцыферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 6. С. 60–71.



- Анцыферова Л. И.* Психологическое содержание феномена «субъект» и границы субъектно-деятельностного подхода // Проблема субъекта в психологической науке / Отв. ред. А. В. Брушлинский, М. И. Воловикова, В. Н. Дружинин. М.: Академический проект, 2000а. С. 27–40.
- Анцыферова Л. И.* Психология формирования и развития личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2000б. С. 207–213.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Психология личности как открытой и развивающейся системы (к юбилею Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 6. С. 30–39.
- Знаков В. В., Рябкина З. И.* Психология человеческого бытия. М.: Смысл, 2017.
- Психология формирования и развития личности / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1981.
- Рябкина З. И.* Проблемы и тренды развития методологии современной психологии // Методология, теория, история психологии личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 78–86.

## **Личность и значимые переживания**

*Л. Р. Фахрутдинова, Т. Н. Сабиров*

Институт психологии и образования  
Казанского федерального университета, Казань

Статья посвящена обобщению наших исследований, связанных с особенностями самоорганизации личности в ситуации значимых переживаний телесной и временной модальности. Ценностно-смысловая сфера личности и ее интеллектуальные способности являются одними из важнейших в актуализации процессов ее самоорганизации. Цель исследования: изучить особенности корреляционных взаимосвязей ценностно-смысловых структур и интеллектуальных способностей в ситуации значимых переживаний различных временных и телесных модальностей студентов медицинских специальностей. Результатом наших исследований является установление факта различной самоорганизации личности в ситуации различных телесных и временных модальностей переживания деятельности.

*Ключевые слова:* личность, переживание, психологическое время, телесность, профессионально значимые качества медиков.

Ценностно-смысловая сфера личности и ее интеллектуальные способности являются одними из важнейших в актуализации процессов самоорганизации личности. Изучение профессионально значимых качеств личности будущих медицинских работников представляется важным в период современных вызовов, связанных с пандемиями, природными и техногенными ситуациями, требующими активного участия медиков.

Согласно Л. И. Анцыферовой, генетический, системный и детерминационный подходы являются одними из основополагающих методологических подходов психологии, реальным основанием которой выступает живой, действующий, переживающий, осознающий человек как активный субъект своей деятельности и своего внутреннего субъективного мира, который путем реорганизации собственных психически опосредованных деятельных взаимоотношений с миром изменяет свое сознание, мир своих переживаний. Разработанная нами теория переживания раскрывает отношения категорий личности и переживания посредством описания механизма саморазвития сознания, личности, субъекта через переживание впечатлений. Наши исследования показали, что переживание – это психологическая категория, определяющая явление самосознания, интегрирующее бытийность и субстанциональность субъективного мира человека, проявляющееся в виде когнитивных, эмоциональных процессов и телесных самоощущений субъекта, выступающее для него как психическая деятельность по «переработке» получаемых впечатлений и встраивания их в образы внутреннего и внешнего мира.

Л. И. Анцыферова утверждала онтологический статус психики, который раскрывается ею как специфический структурный уровень организации психических явлений. Природа переживания личности (субъекта) рассматривается нами как бытие, субстанциальность, материальность внутреннего субъективного мира человека, основная функция которого в психическом целом – развитие сознания, личности, субъекта через «переработку» впечатлений в системном комплексе иррационально взаимодействующих переживания и рефлексии. Результатом данного взаимодействия являются ассимиляционные и аккомодационные процессы конвергенции и дивергенции структур сознания, личности.

Психологический механизм процессов саморазвития сознания, личности (субъекта) строится следующим образом: пусковым механизмом актуализации переживания является впечатление, функция развития сознания в младенческом возрасте которого раскрыта в трудах Л. И. Божович и ее учеников. Далее переживание и рефлексия, со-

ставляющие системный комплекс, диалектическую пару, «перерабатывают» впечатление в структуры сознания, субъекта, личности. Таким образом, личность формируется в системе значимых переживаний, имеющих высокий ассимилятивный и аккомодационный потенциал.

В результате попыток перевода дефиниции переживания на английский язык выявлено, что данное понятие в научном англоязычном тезаурусе не обнаружено, используются транслитерации «perezhivanie», «experiencing».

*Целью* нашей работы стало изучение взаимосвязи характеристик личности и значимых переживаний в учебной деятельности различных модальностей.

В исследовании приняли участие 255 студентов медицинского колледжа в возрасте от 16 до 25 лет мужского и женского пола. Использовались следующие методики:

- «Опросник переживания ПВЭИ» Л. Р. Фахрутдиновой, включающая в себя шкалы «Пространственная характеристика переживания», «Временная характеристика переживания», «Информационная характеристика переживания», «Энергетическая характеристика переживания» (Фахрутдинова, 2012);
- «Тип мышления» Дж. Брунера, включающая в себя шкалы «Предметное мышление», «Символическое мышление», «Образное мышление», «Знаковое мышление», «Креативность».
- шкала «Телесная характеристика» методики «Опросник переживания ТЭК» Л. Р. Фахрутдиновой (в данном исследовании мы изучали временные и телесные характеристики переживания деятельности);
- «Методика изучения структуры ценностей» Б. С. Алишева;
- «Шкала академической мотивации» Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева и Е. Н. Осина.

Испытуемые были разделены на три группы сравнения по временной характеристике переживания учебной деятельности: 1) замедление субъективного психологического времени; 2) обычное течение субъективного психологического времени; 3) убыстрение субъективного психологического времени в процессе переживания.

Из 255 участников исследования 11 проявили низкие показатели, 92 – высокие показатели временной характеристики переживания учебной деятельности, для 81 респондента субъективное время течет в обычном режиме, не ускоряясь и не замедляясь.

Рассмотрим корреляционные взаимосвязи для респондентов с низкими показателями временной характеристики переживания

учебной деятельности (самоощущение замедления времени в ситуации переживания учебной деятельности). Исследования показали, что в ситуации значимых переживаний с различными проявлениями временной модальности (замедленным, обычным и убыстренным течением субъективного, психологического времени) наблюдается различный дизайн корреляционных отношений. В ситуации переживания с низким уровнем временных характеристик переживания (замедление субъективного времени) обнаружены обратные корреляционные связи характеристик переживания учебной деятельности и предметного мышления. Замедление психологического времени с тягостными, мучительными, деструктивными самоощущениями переживания учебной деятельности связано со снижением интеллектуальных способностей.

При высоких (убыстрение времени) и средних значениях (обычное течение времени) корреляционные связи между характеристиками переживания учебной деятельности и интеллектуальными способностями не обнаружены. Переживание учебной деятельности с высокими (убыстрение времени) и средними (обычное течение времени) показателями временной характеристики может быть связано с проявлением других интеллектуальных механизмов усвоения учебного материала.

Было выделено из общего числа испытуемых 47 респондентов с негативной, 108 респондентов с положительной модальностями телесных самоощущений в процессе переживания учебной деятельности. Негативная модальность переживания учебной деятельности свидетельствует о деструктивном характере переживания, о нарушении, затруднении, искажении в переработке впечатлений, связанных с учебным процессом. Положительная модальность телесных переживаний показывает конструктивный характер переживания учебной деятельности испытуемых.

Среди респондентов с положительной модальностью телесных самоощущений мы наблюдаем, что учебная деятельность приводит к повышению конструктивности ее переживания как впечатления, если они обнаружили высокие показатели ценности любви, и снижению эффективности переработки впечатлений в учебном процессе, если проявляются низкие показатели ценности добра и учебной мотивации саморазвития.

Шкала телесной характеристики переживания в негативной модальности является ядром разветвленной сети корреляционных взаимосвязей ценностно-мотивационной структуры личности, влияет на самоорганизацию личности определенной конфигурации, характерной именно для негативных телесных характеристик переживания

учебной деятельности. Биопсихосоциальный организм субъекта словно «напрягает» ценностно-мотивационные структуры личности, «исзывает» смысловые ресурсы, «пытается» адаптироваться к деструктивно протекающему переживанию впечатлений в учебном процессе медицинского образовательного учреждения. Для данной категории респондентов складывается высокой степени психотравмирующая ситуация учебной деятельности, и им приходится включать широкий контекст ценностно-мотивационной сферы, чтобы с ней совладать.

Телесные характеристики переживания учебной деятельности проявляют очень сложные внутриличностные процессы, отражающие как отношение к ней испытуемых, так и качество и характер актуальной учебной деятельности и прошлого опыта, который мог носить травмирующий характер, в том числе в прежней учебной деятельности. Наши исследования показали, что к 12–13 годам (7 класс) формируется устойчивый способ учебной деятельности, где учебный процесс переживается как единое целое (Фахрутдинова, 2012).

Результатом наших исследований является установление факта различной самоорганизации личности в ситуации различных телесных и временных модальностей переживания деятельности.

Исследования показали, что модальность телесных характеристик переживания учебной деятельности является важным фактором самоорганизации ценностно-смысловых структур личности. Переживания с негативной модальностью телесных характеристик имеют больший потенциал для становления личности. Телесные характеристики переживания учебной деятельности проявляют очень сложные внутриличностные процессы, отражающие как отношение испытуемых к учебной деятельности, так и ее качество и характер.

Сравнение интеркорреляций переживания и интеллектуальных способностей при низких, средних и высоких значениях временной характеристики переживания показало, что субъективное самоощущение скорости течения времени в процессе переживания учебного процесса является основанием различного дизайна отношений между переживанием учебной деятельности (процесса усвоения впечатлений учебного материала) и интеллектуальными способностями, операционализируемыми через типы мышления.

### Литература

- Алишев Б. С.* Психологическая теория ценности: Системно-функциональный подход: Дис. ... д-ра психол. наук. Казань, 2002.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

- Божович Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте: психологическое исследование. М.: Просвещение, 1968.
- Брунер Дж.* Психология познания. За пределами непосредственной информации. М.: Прогресс, 1977.
- Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., Досумова С. Ш., Рзаева Ф. Р., Бобров В. В.* Переживания в учебной деятельности и их связь с психологическим благополучием // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 6. С. 55–66.
- Фахрутдинова Л. Р.* Психология переживания человека. Казань: Изд-во Казанского гос. ун-та, 2008.
- Фахрутдинова Л. Р.* Структурно-динамическая организация переживания субъекта: Дис. ... д-ра психол. наук. Казань, 2012.
- Fakhrutdinova L. R.* On the phenomenon of “perezhivanie” // Journal of Russian and East European Psychology. 2010. V. 48 (2). P. 31–47.
- Fakhrutdinova L. R., Sabirov T. N.* Cross-cultural studies of learning activities experience Russian and Chinese teenagers // Quid. 2015. V. 25. P. 141–147.
- Fakhrutdinova L. R., Sabirov T. N.* Cross-cultural studies of structural and dynamic features of learning experiences among Russian and Chinese teenagers // Helix. 2017. V. 8 (1). P. 2527–2530.

## РАЗДЕЛ 2

# ИСТОРИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ И ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

### Предпосылки и современное состояние психофизиологического изучения индивидуальных и личностных характеристик человека

*В. В. Александрова*

Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского,  
Таврическая академия, Симферополь, Республика Крым

В данной статье основное внимание уделяется психофизиологической основе изучения связи между определенными измерениями индивидуальных и личностных характеристик человека. Рассмотрены основные теории психофизиологических причин наблюдаемых различий между этими свойствами. Дан краткий обзор исследований, касающихся рассматриваемых теорий о трех основных измерениях личности: экстраверсия/интроверсия связаны с различиями в возбуждении коры, опосредованными ретикулярной формацией; нейротизм/стабильность связаны с различиями в функционировании лимбической системы, опосредованными автономной системой; психотизм обусловлен определенными гормональными и биохимическими процессами, такими как метаболиты серотонина, дофамина и др. Можно сделать вывод о том, что черты личности имеют прочную основу в биологической структуре и функционировании индивида.

*Ключевые слова:* психология личности, индивидуальные различия, ЭЭГ, личность, индивид.

История изучения психологии личности начинается в Древней Греции, когда философы пытались определить, что делает нас самими собой. Гиппократ предложил теорию четырех гуморов, определяющих темперамент и настроение. Платон и Аристотель разработали различные

подходы к установлению социального порядка в обществе, основываясь на четырех факторах. Франц Галль основал френологию, учение, предполагающее корреляцию между определенными областями мозга и его функциями. Физиологические доказательства связи между личностью и определенными областями мозга были получены в случае Финеаса Гейджа. Зигмунд Фрейд опубликовал книгу «Я и Оно», в которой утверждал, что психика состоит из трех основных компонентов, контролирующих сознание и бессознательные мысли. Айзенк указал на генетическую и экологическую обусловленность личности, когда описал этот феномен как совокупность фактических или потенциальных моделей поведения организма, определяемых наследственностью и окружающей средой, которая возникает и развивается посредством функционального взаимодействия четырех основных секторов: когнитивного (интеллект), волевого (характер), аффективного (темперамент) и соматического (конституция) (Eysenck, 1947).

Личность можно определить как относительно устойчивый паттерн мышления, чувств и действий. Эти паттерны можно объяснить с помощью идеи личностных черт — основополагающих механизмов, которые вызывают изменения в наблюдаемых личностных характеристиках. Согласно доминирующей пятифакторной модели, наблюдаемая личность в основном определяется пятью основными чертами — нейротизмом, экстраверсией, открытостью, доброжелательностью и добросовестностью. Их относительно высокая культурная универсальность, временная стабильность и наследуемость свидетельствуют о том, что признаки «Большой пятерки» могут представлять собой некоторые достаточно стабильные параметры довольно специфических мозговых сетей. Если черты характера действительно отражают индивидуальные различия в тонической функции мозга, то показатели базовой мозговой активности могут стать прямым способом оценки личности. Таким образом, можно разработать относительно экономичный способ количественной оценки биологического происхождения черт путем нахождения надежных корреляций между уровнем черт в состоянии покоя сигналов электроэнцефалографии (ЭЭГ).

Понимание индивидуальных различий в функциях мозга является важной целью психофизиологии. Натуралистическая визуализация связывает нейронную активность с контекстами реальной жизни и отражает индивидуальные различия в реакции мозга. Эти уникальные особенности делают ее многообещающим инструментом для индивидуализированной психологии. Уникальные особенности организации мозга, порождающие различные модели поведения, познания и ментального опыта, остаются одним из ключевых исследователь-



ских вопросов в развивающейся области функциональной коннектомики человека. Функциональная связность стала популярным методом исследования фенотипических различий между индивидуумами. Эта связность в состоянии покоя обычно моделируется как корреляционная структура региональной активности всего мозга. Она широко изучается как для получения представления о внутренней организации мозга, так и для разработки маркеров, чувствительных к изменениям в когнитивном статусе, клиническом состоянии и развитии индивида (Betzel et al., 2022).

Я является ядром нашей психической жизни. Многие исследования продемонстрировали сильное нейронное перекрытие между активностью, связанной с самим собой, и активностью в состоянии покоя. Это говорит о том, что информация о самоотношении закодирована в спонтанной активности нашего мозга. Однако точные нейронные механизмы такого «самоограничения в состоянии покоя» остаются неясными. Индивид имеет «высокий» или «низкий» показатель личного самосознания на основе показателей пространственно-временной структуры мозга. Работы в данном направлении исследований показывают, что самость тесно, хотя и не исключительно, связана с нейронной активностью, особенно в структурах средней линии коры (Wolff et al., 2019).

Различия между чертами личности отражаются в различных мотивационных, эмоциональных, когнитивных и поведенческих реакциях на определенные стимулы. Индивидуальные различия проявляются в раннем возрасте как простые стилистические особенности личности, основанные на биологическом субстрате относительно наследственных различий в эмоциональной регуляции, а также в поведении, связанном с уходом/приближением к стимулам окружающей среды; эти ранние индивидуальные различия охватываются термином «темперамент» (Rothbart et al., 2000). Характер относится к тем компонентам личности, которые формируются в результате обучения и взаимодействия с окружающей средой. Однако различие между темпераментом и характером не столь четкое, учитывая, что каждая черта личности практически передается по наследству, а ее полное выражение в конечном итоге будет определяться влияниями окружающей среды, так же опосредованными эпигенетическими механизмами, изменяющими функцию генома под действием экзогенных стимулов (Probst et al., 2009).

Описание взаимосвязей между личностными чертами и мозговой активностью называется нейробиологией личности. Такие взаимосвязи на уровне всего мозга основаны на макроскопических измерениях

структурной и функциональной связанности, оцениваемых с помощью различных методов нейровизуализации, таких как ЭЭГ. Сигналы ЭЭГ измеряют электрическую активность из различных областей мозга. Измерение электроэнцефалографической активности индивидуума в состоянии покоя представляет собой идеальную меру нейронных характеристик, поскольку она стабильна, наследуема и уникальна для индивидуума. ЭЭГ является эффективным методом нейровизуализации электрической активности, производимой нейронами головного мозга. Изменение функционирования коры головного мозга может привести к усилению когнитивных и нейроповеденческих симптомов, которые теоретически способны влиять на характерные паттерны чувств, поведения и мышления — компоненты личности.

Человеческий мозг обладает способностью точно воспринимать и обрабатывать реальные размеры объектов, несмотря на огромные различия в расстоянии и перспективе, что является важной функцией когнитивной обработки. Исследования индивидуальных различий в когнитивных способностях основано на возможности установить, насколько хорошо выполняются трудные интеллектуальные задачи. Эти исследования часто включают в себя настоящие экспериментальные задания, такие как тесты Дж. Струпа, Б. Саймона, Ч. Эриксона и др. Например, в тесте Струпа оценка представляет собой контраст между показателями в неконгруэнтных и конгруэнтных условиях. Многие из этих тестов надежны, так как соответствующие эффекты легко получить в различных обстоятельствах: тот же эффект Струпа настолько устойчив, что считается универсальным. Кроме того, эти тесты разработаны в лабораторных исследованиях, поэтому они часто имеют высокую степень внутренней валидности. Надежность данных процедур зависит также от их стандартизации и методического обеспечения. Наконец, результаты по этим методикам относительно легко собрать и проанализировать с помощью моделей со скрытыми переменными (Rouder et al., 2023).

В заключение отметим, что личность состоит из психологических свойств и процессов, которые определяют постоянство и непрерывность ее функционирования в разных ситуациях. Это постоянство формируется биологическими, ситуационными и психическими процессами, встроенными в социокультурный контекст их развития. Для многих ученых личность — это разнообразие видов деятельности, предпринимаемых индивидом для адаптации к условиям окружающей среды. Можно также сказать, что личность — яркий пример трудностей, связанных с идентификацией конкретных генов и молекулярных процессов, влияющих на сложные черты характера. В на-

стоящее время исследования показывают, что человеческая личность действительно зависит от гибких систем обучения, которые способствуют росту творческого самосознания, а не от фиксированных черт.

### Литература

- Betzel R. F., Cutts S. A., Greenwell S., Faskowitz J., Sporns O.* Individualized event structure drives individual differences in whole-brain functional connectivity // *NeuroImage*. 2022. V. 252. P. 118993. doi: 10.1016/j.neuroimage.2022.118993
- Eysenck H. J.* Dimensions of Personality. London: Routledge & Kegan Paul, 1947.
- Probst A. V., Dunleavy E., Almouzni G.* Epigenetic inheritance during the cell cycle // *Nature Reviews Molecular Cell biology*. 2009. V. 10 (3). P. 192–206. doi: 10.1038/nrm2640
- Rothbart M. K., Ahadi S. A., Evans D. E.* Temperament and personality: Origins and outcomes // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000. V. 78 (1). P. 122–135. doi: 10.1037/0022-3514.78.1.122
- Rouder J. N., Kumar A., Haaf J. M.* Why many studies of individual differences with inhibition tasks may not localize correlations // *Psychonomic Bulletin & Review*. 2023. V. 30 (6). P. 2049–2066. doi: 10.3758/s13423-023-02293-3
- Wolff A., Di Giovanni D. A., Gómez-Pilar J., Nakao T., Huang Z., Longtin A., Northoff G.* The temporal signature of self: Temporal measures of resting-state EEG predict self-consciousness // *Human brain mapping*. 2019. V. 40 (3). P. 789–803. doi: 10.1002/hbm.24412

## Зависимость стиля руководства от личностных особенностей управленца: междисциплинарный подход

*О. Н. Антимонова, Н. В. Максимчук*

Волгоградский институт управления (филиал РАНХиГС), Волгоград

В статье рассмотрены вопросы зависимости стиля руководства от личностных особенностей управленца в современном мире. Авторами исследования проанализированы существующие термины, определяющие руководство. Проведен анализ описанных типов руководства согласно классификации К. Левина на примере исторических портретов мужчин-руководителей (царей Российской Империи), женщин-руководителей (правительниц государств XIX–XX вв.), а также управленцев современного времени. Были использованы следующие параметры: когнитивные, эмоциональные и поведенческие (волевые) качества. Статья содержит

сравнительный анализ качеств личности лидеров государств, для которых характерны различные стили управления; выявлены присущие им характеристики.

*Ключевые слова:* стиль руководства, управленец, личностные особенности.

*Цель* данного исследования — изучение зависимости стиля руководства от личностных и психологических особенностей управленца. Для этого рассмотрим существующие стили руководства, используя аппарат лингвистики, теории управления и психологии. Краткий компаративный анализ показывает различие терминов, определяющих управление:

- руководить: направлять чью-либо деятельность; вести по какому-либо пути; учить чему-либо;
- лидировать: быть ведущим и/или передовым; опережать в чем-либо; побуждать идти за собой;
- управлять: воздействовать на какой-либо объект (механизм, коллектив людей, предприятие, проект) с целью перевода его в качественно новое состояние; контролировать и определять ход деятельности, процесса; реализовывать функции прогнозирования, планирования, организации, мотивации, учета, анализа, контроля и регулирования для достижения поставленных целей организации.

Проведем сравнительный анализ стилей управления на основе исторических портретов, опираясь на классификацию Курта Левина, согласно которой принято выделять три ключевых стиля руководства — авторитарный, либеральный и демократический (Комаров, Алоян, 2017). Авторитарный стиль характеризуется наличием лидера, принимающего глобальные решения самостоятельно, не опираясь на мнение членов команды, отличается жестким руководством. При демократическом стиле руководитель может советоваться с членами команды, привлекая их к принятию решений, но, в отличие от авторитарного стиля, он контролирует не процесс работы, а сам результат. Либеральный стиль отличается относительной свободой действий для подчиненных и сотрудников.

Далее рассмотрим качества личности и стиль руководства мужчин-руководителей на примере царей Российской империи.

Качества и стиль Павла I: когнитивные — образованность, целеустремленность, перфекционизм, честолюбие, педантичность, нонконформизм, лидерские качества; эмоциональные — себялюбие, не-

уверенность, самоуважение; поведенческие (волевые) – стремление к абсолютной беспрекословной власти, стремление к уважению со стороны подданных; стиль – авторитарный и централизованный. Павел I правил страной с 1796 по 1801 г., реформировал государственное управление, ввел свой особый стиль правления в Российской империи, который можно охарактеризовать как авторитарный и централизованный. Стиль правления Павла I имел такие основные характерные черты, как склонность к реформам и к новациям, однако многие из его реформ вызвали неодобрение и протесты среди аристократии и чиновников. Его жизнь завершилась трагически, а правление оценивается как противоречивое (Шильдер, 1901).

Управленческие характеристики Александра II: когнитивные – образованность, стремление к познанию, прагматизм, дипломатичность, лидерство, новаторство; эмоциональные – себялюбие, самоуважение, гордость; поведенческие (волевые) – властолюбие, стремление к правлению; стиль – либеральный с элементами реформ и модернизации. Александр II – «Освободитель», правил Российской империей с 1855 по 1881 г. Его стиль правления можно охарактеризовать как либеральный, а само правление оставило яркий след в истории благодаря реформам, включая отмену крепостного права. Был признан одним из наиболее прогрессивных монархов своего времени (Толмачев, 1998).

Качества и стиль Николая II: когнитивные – добросердечность, набожность, преданность семье, культурность, образованность, прямота, лидерство; эмоциональные – самоуважение, себялюбие; поведенческие (волевые) – отсутствие властолюбия и амбиций, стремление остаться незамеченным; стиль – авторитарный и консервативный. Николай II, правивший Российской империей с 1894 по 1917 г., был известен своим стилем правления, который в значительной степени характеризовался как жесткий. Его правление завершилось Октябрьской революцией 1917 г. (Кони, 2008).

Охарактеризуем качества личности и стиль руководства женщин-руководителей на примере правительниц государств XIX–XX вв.

Качества и стиль английской королевы Виктории: когнитивные – педантичность, требовательность, честолюбие, дисциплинированность, пунктуальность, работоспособность, любознательность; эмоциональные – уважение к собственной личности, самокритичность, строгое отношение к себе; поведенческие (волевые) – стремление к миссионерству, власти и контролю; стиль – конституционно-монархический с элементами демократии. Королева Виктория правила Великобританией с 1837 по 1901 гг., а ее стиль правления можно оха-

рактизовать как символизирующий стабильность и процветание Британской империи (Стрэчи, 1999).

Управленческие характеристики Изабеллы II Испанской: когнитивные – религиозный фанатизм, новаторство, честолюбие, хладнокровность, расчетливость, склонность к интригам, преданность идее, жестокость; эмоциональные – строгость к себе, самоуважение, самолюбие; поведенческие (волевые) – стремление к власти, политический фанатизм, матриархальный характер правления. Стиль правления Изабеллы II, королевы Испании с 1833 по 1868 г., был абсолютистским, королевская власть считалась вершинной и неприкосновенной. Она уделяла большое внимание укреплению своего авторитета и полномочий. Несмотря на абсолютизм, Изабелла II также проводила некоторые реформы и модернизацию в стране в целях улучшения ее экономического и административного положения (Испанские короли..., 1998).

Качества и стиль Ольги Константиновны, королевы-консорты и регента Греции: когнитивные – мягкость, воспитанность, честолюбие, заботливость, добросердечность, невластность, щедрость; эмоциональные – уважение к собственной личности; поведенческие (волевые) – стремление завоевать уважение и образ «матушки-королевы»; стиль – демократический. Ольга Константиновна, королева-консорт Греции и регент, унаследовала титул при выходе замуж за Константина I Греческого. Ее стиль правления можно охарактеризовать как влиятельный, она принимала активное участие в делах страны, период ее правления признан в истории Греции периодом развития и модернизации (Григорян, 2011).

Наше исследование было бы неполным без анализа характеристик современных управленцев – мужчин и женщин, президентов государств.

Качества и стиль первой женщины-президента Сингапура Халимы Якоб: когнитивные – традиционализм, новаторство, семейность, добросердечность, образованность, терпимость, целеустремленность, лидерство, работоспособность; эмоциональные – самоуважение; поведенческие (волевые) – стремление к уважению со стороны народа, власти и продвижению собственных идей; стиль – демократический, направленность на социальный прогресс. Халима Якоб, занимавшая пост президента с 2017 по 2023 г., представляла стиль правления, ориентированный на контингентное обслуживание и гражданскую защиту, делая акцент на гуманизме, образовании и социальной справедливости, что отражалось в ее общественной и политической позиции (Астафьева, 2017).

Качества и стиль первой женщины-президента Ирландии Мэри Робинсон: когнитивные – новаторство, решительность, либеральность, противоречивость, скрытность (сбережение личной жизни) работоспособность, образованность; эмоциональные – самоуважение, себялюбие; поведенческие (волевые) – стремление завоевать уважение нации, продвигать свои идеи, отстаивать власть; стиль – демократический, направленный на социальный прогресс. Мэри Робинсон, первая женщина-президент Ирландии в 1990–1997 гг., была ярким примером прогрессивного и гуманитарного стиля правления, ориентированного на защиту прав человека, пропаганду демократии и социального прогресса. Ее правление оказало значительное влияние на ирландское общество и политику, а также получило признание на международном уровне (Robinson, 2018).

Управленческие характеристики президента Республики Беларусь Александра Григорьевича Лукашенко: когнитивные – простота, дисциплинированность, расчетливость, работоспособность, хладнокровность, лидерство, жесткость, приверженность традициям; эмоциональные – самоуважение, себялюбие; поведенческие (волевые) – стремление к уважению со стороны народа и к абсолютной власти, позиция патриарха; стиль – авторитарный и централизованный. А. Г. Лукашенко, занимающий пост президента с 1994 г., известен своим уникальным стилем правления, его долгое пребывание у власти и сильное влияние на политику и общество делают его одним из самых узнаваемых политических лидеров в современной истории Беларуси (Зорин, 2003).

Таким образом, мы можем провести сравнительный анализ качеств личности лидеров государств, для которых характерен авторитарный стиль управления, и выявить, какие качества им присущи. Авторитарный стиль характерен для Павла I, Николая II, Изабеллы II Испанской и А. Г. Лукашенко. Данных лидеров отличает стремление к патриархальному (матриархальному) типу правления и к абсолютной власти. Также некоторым из них присущи такие качества, как хладнокровность, расчетливость и некоторая жестокость. Эти качества помогают принимать решения самостоятельно и опираться на внутренний стержень личности.

Теперь проведем анализ представителей демократического стиля правления. Демократический стиль правления прослеживается у таких лидеров, как королева Виктория, Ольга Константиновна, Халима Якоб и Мэри Робинсон. Можно выделить некоторые схожие черты их личности: стремление к продвижению собственных идей, к завоеванию любви и уважения со стороны народа. Некоторым из них присущи новаторство, работоспособность и образованность, одним из главных

качеств некоторых является добросердечность. Можно сделать вывод, что подобный набор личностных качеств помогает управленцу принимать активное участие в решении важных вопросов, но в то же время прибегать к помощи доверенных лиц. Поскольку у таких лидеров присутствует стремление к завоеванию уважения и любви со стороны народа, то их руководство имеет народную направленность.

Для либерального стиля свойственны такие качества личности, как дипломатичность и новаторство. Дипломатичность помогает либеральным руководителям находить общий язык с подчиненными и договариваться в процессе решения трудных вопросах.

Выводы и результаты:

- обоснованы смысловые различия терминов, характеризующих управление, что проявляется в роли, отводимой управленцу в различных государствах, имеющих ярко выраженную лингвистическую, религиозную и психологическую общности;
- даны определения и предложены группировки основных характеристик личности на основе анализа исторических примеров психологического портрета управленцев;
- обосновано положение о зависимости стиля руководства от личностных особенностей управленца и его гендерного психотипа.

Все базовые качества руководителя, такие как стремление к власти, к продвижению собственных идей, актуальны и в новом обществе, но они содержательно меняются. В будущем совсем исчезнут противоречия и разность взглядов на стили управления мужчин и женщин-руководителей.

### Литература

- Астафьева Е. М.* Безальтернативные президентские выборы в Сингапуре 2017 г. и первая женщина-президент: а была ли возможна альтернатива? // Юго-Восточная Азия: актуальные проблемы развития. 2017. № 36. С. 140–145.
- Григорян В. Г.* Русские жены европейских монархов: жизнь и судьбы шестнадцати невест из Романовского Дома. М.: АСТ, 2011.
- Зорин В. А.* Роль личностного фактора в становлении президентства в России, Украине и Белоруссии: политико-психологический анализ личностей В. В. Путина, Л. Д. Кучмы и А. Г. Лукашенко: Дис. ... канд. пол. лит. наук. М., 2003.
- Испанские короли: 18 исторических портретов от средних веков до современности / Под ред. В. Л. Бернекера, К. К. Сейделя, П. Хозера. Ростов-на-Дону: Феникс, 1998.



- Комаров В. Ф., Алоян Г. Н.* Исследование стилей руководства Курта Левина методом деловых игр // Мир экономики и управления. 2017. Т. 17. № 2. С. 110–120.
- Кони А. Ф.* Николай II (Воспоминание) // Среднерусский вестник общественных наук 2008. № 3 (8). С. 125–130.
- Стрэчи Л.* Королева Виктория. Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.
- Толмачев Е. П.* Александр II и его время: Дис. ... д-ра ист. наук в форме науч. доклада. М., 1998.
- Шильдер Н. К.* Император Павел Первый: историческо-биографический очерк. СПб.: Суворин, 1901.
- Robinson M.* Climate justice: Hope, resilience, and the fight for a sustainable future. N. Y.: Bloomsbury Publishing, 2018.

## **Ценностные ориентации в психолого-исторических исследованиях и взглядах Л. И. Анцыферовой**

*С. В. Артёмова*

Институт психологии РАН, Москва

Как в классических, так и в современных психолого-исторических исследованиях выявлению устойчивости и трансформации ценностей личности уделяется особое внимание. Вместе с тем теоретическая база, на которой построен комплекс подобных работ, представляется нам разнонаправленной и неполной, что сказывается на определении места и роли ценностных ориентаций в жизни и деятельности человека, возможных причин и следствий их изменения в период социально-политических преобразований и отражения их трансформации в исторических источниках. Статья посвящена анализу представлений Л. И. Анцыферовой о ценностных ориентациях, так как именно в ее подходе к личности они являются одним из главных компонентов. Выявленные теоретические положения сопоставляются с данными существующих психолого-исторических исследований, Прохоров.

*Ключевые слова:* историческая психология, методология психолого-исторического исследования, трансформация ценностей.

Определение общественных и личных ценностей являлось одним из ключевых вопросов еще в античной философии, откуда интерес к нему был заимствован основателями всех основных исторических направлений. Необходимость анализа ценностей входила в методоло-

гическую основу истории идей как сопряженная с динамикой философской семантики (Лавджой, 2001, с. 19) и составляющая исторического контекста (там же, с. 25). В практических работах трансформация ценностей представлялась не только элементом, сопутствующим социально-экономическим преобразованиям, но и, напротив, основой общественных изменений (так, с началом восприятия труда как ценности М. Фуко соотносил время первого промышленного подъема). Анналистам динамика культурных идеалов и социальных ценностей виделась связанной с эволюцией и деятельностью социально-экономических институтов (Блок, 1973, с. 195), а предложенная М. Блоком методика ее выявления – терминологический анализ, обращающий внимание исследователя на «семантические мутации» (там же, с. 197), – оказывалась близкой представлениям А. Лавджоя. Среди общенаучных тенденций XX в. в отношении к выявлению ценностей можно отметить и существенное расширение спектра их внешнего отражения: если в 1919 г. Й. Хёйзинга лишь предпринимал попытку определения «ценностей высокоразвитого рыцарства» и их общественного значения, то для интеллектуальной истории уже был характерен анализ систем ценностей, отраженных в меняющихся политических принципах, выстроенных на их основе идеологических приемах и системе управления (Скиннер, 2018, с. 80).

Сегодня трансформация ценностных ориентаций в результате исторических преобразований является одним из ключевых предметов «заочной» дискуссии в междисциплинарном поле. При этом феноменология понятия, представления об основах формирования, функциях ценностей и их отражении в источнике определяются, с одной стороны, аксиоматически, с другой – предельно противоречиво. Так, например, изучая социально-психологические предпосылки революции 1917 г., Б. Н. Земцов опирается не только на представления о «четких идеалах» и «давно сформировавшихся ценностях» большей части населения страны, но и о практически полной неподверженности ментальности «конъюнктурным политическим колебаниям» (Земцов, 1999, с. 64). Иной позиции придерживаются другие исследователи зарубежья, подчеркивая «трансформацию» или даже «потерю ценностных ориентаций» эмигрантами (Волошина, 2012, с. 71), в первую очередь, детьми и молодежью, изучая деятельность, направленную на их сохранение.

Очевидная значимость ценностей в жизни человека обусловила включение их в теоретические модели различных явлений. Положенные в основу исследований, комбинирующих историю с психологией, социологией, антропологией, они должны стать предметом

отдельного анализа, однако мы приведем лишь несколько примеров. Изучая социально-психологическую адаптацию послереволюционной эмиграции, В. Ю. Волошина опирается на культурологический конструкт «образ жизни», включающий в себя «жизненный уклад», «уровень» и «стиль жизни», который составляют нравственный этикет, ценностные ориентации и др. (Волошина, 2012, с. 71). В свою очередь, З. С. Бочарова рассматривает создание материальных и духовных ценностей как свидетельство/результат «позитивной адаптации» (Бочарова, 2005, с. 25). Проблема заключается в том, что «помещение» ценностей в определенную структуру приводит к возможности «установления» детерминации их онтологией или трансформацией ряда иных процессов и явлений. Так, в единственной психологической диссертации, посвященной российскому зарубежью, Н. С. Хрусталева выявила каузальность ностальгии, свойственной эмигрантам первой волны больше, чем последующим, в которую включила «наличие устойчивых духовных ценностей, воспитанных в традициях монархизма, патриотизма и христианства», и «чувства патриотизма, как особой национальной черты в структуре духовных ценностей интеллигенции царской России» (Хрусталева, 1996, с. 83). В ином случае, если ценности включаются, например, в адаптационную модель, их основой могут выступать уже не патриотизм и монархизм, а профессиональная принадлежность и модель семейных отношений (Бочарова, 2005, с. 164–165).

Н. С. Хрусталева опиралась на концепции личности, подчеркивающие «доминирующую, системообразующую роль целеполагания, направленности, идеалов, ...ценностных ориентаций» (Хрусталева, 1996, с. 16). Учитывая тенденцию к выявлению ценностей в психолого-исторической работе, такой подход является оправданным. Нам представляется, что список дополняющих друг друга психологических концепций, положенных в основу исследования, может быть сегодня успешно расширен подходом Л. И. Анцыферовой, в представлении о личности которой понятие ценностей является ключевым.

Подчеркивая их значимость как параметров личности, особенно важных для ее существования именно как личности (Анцыферова, 2006, с. 39), Л. И. Анцыферова рассмотрела некоторые основы формирования и функции ценностных ориентаций, их изменение в различных социальных ситуациях, сопряжение с процессами и феноменами психики. Не ставя перед собой задачу полного освещения представленности «ценностей» в работах Л. И. Анцыферовой, интегрировавшей зарубежные и отечественные модели, обратимся к ряду положений, наиболее значимых, на наш взгляд, для психолого-исторического

исследования. Условно можно выделить три тематических блока: ценности и психические феномены личности (онтология и детерминация); ценности в жизни и деятельности личности; ценности и социально-политическая ситуация. Выделенные блоки мы рассмотрим исходя из потенциала их использования в психолого-исторической работе.

Одним из важнейших положений первого блока является представление о складывании и функционировании ценностных ориентаций «в единстве с различными психическими свойствами личности, с ее эмоциональными, волевыми, перцептивными, мнемическими и интеллектуальными характеристиками» (там же, с. 49). При реализации исследования в рамках исторической психологии, целью которой может являться как реконструкция явлений прошлого, так и изучение историогенеза психических процессов и структур, обозначенное сопряжение будет иметь принципиальное значение.

В качестве примера актуальности выявления этого единства обратимся к диссертации А. Д. Барской, основанной на анализе поэмы Гомера. Проверившаяся ею гипотеза касалась связи между «особенностями душевного склада и ценностными ориентациями, преобладающими в обществе гомеровского эпоса» (Барская, 1998, с. 115). Автор сформулировала выводы об отражении в эстетических ценностях, свойственных гомеровскому человеку, «наглядно-образного характера мышления и синкретизма мировосприятия в целом», в этических идеалах — склонности к конкретному вещному восприятию и отсутствия развитой рефлексии (там же, с. 175–176). Сопоставляя выводы А. Д. Барской со взглядами Л. И. Анцыферовой, можно отметить, что сама связь является неотъемлемой частью теоретической модели личности, тогда как специфика отражения может быть предложена в качестве гипотезы исследования. Выводы о психологических особенностях гомеровского человека соотносятся с другим важным положением — об опосредованности процесса мышления ценностными ориентациями в сочетании с субъективными отношениями личности к возникшей задаче и к себе, с характерологическими особенностями, мотивациями и эмоциями (Анцыферова, 2006, с. 68).

Немаловажным является и описанное Л. И. Анцыферовой двухполюсное строение сферы ценностных ориентаций личности: внутренняя динамика разворачивается между институционализированными формами социальной жизни (в том числе профессиональной деятельностью) и частной жизнью (бытом, дружбой и т. д.) (там же, с. 52), а возможная разорванность ценностей детерминирована средой. Сегодня авторские размышления о преодолении этого разрыва исключительно в социалистическом обществе, не требовавшем при профес-

сиональной деятельности «конформизма и отказа от подлинного „я“», не представляются обоснованными, однако увидеть при проведении исследования указанный разрыв или оценить, была ли ориентирована профессиональная деятельность человека на выявление его индивидуальности, вполне возможно. Более того, например, при изучении «первой волны» эмиграции это двухполюсное строение помогло бы по-новому посмотреть на «состояние психологической раздвоенности» эмигрантов (Хрусталева, 1996, с. 64–69), оценить психологические последствия нереализованных возможностей при трудоустройстве в новом обществе (Бочарова, 2005, с. 120).

Переходя ко второму блоку идей, отметим, что любой реализованный в рамках теории деятельности подход предполагает взгляд на социально значимую деятельность как «ведущую форму становления, осуществления и развития личности» (Анцыферова, 2006, с. 40). Специфика позиции Л. И. Анцыферовой заключалась в многоаспектной трактовке деятельности. От более широкого представления к узкому последняя рассматривалась как «создание духовных и материальных ценностей», «основной способ существования личности в обществе», «динамическое многофазное развертывание личности, как особый тип последовательности личностных преобразований, как закономерная смена ее функциональных состояний» (там же). Обобщая размышления автора, можно заключить, что результатом деятельности выступают, в числе прочего, переоценка ценностей, их создание и сохранение, и что им отводится ведущая роль. Необходимость выявления совокупности общественных или личных ценностей как основного результата деятельности существенно может изменить предмет психолого-исторического исследования.

Переходя к исторической динамике ценностей, рассмотрим положения, тематически завершающие предшествующий анализ. На основе упомянутого единства Л. И. Анцыферова пришла к заключению, что резкие и значительные изменения ценностных ориентаций личности должны приводить к качественным изменениям в ее психических процессах (там же, с. 49). При этом «для сохранения устойчивости ценностей в меняющейся социальной действительности личность должна менять свои различные психологические качества» (там же). Иллюстрируя оба тезиса, обратимся к гипотетическим моделям переживания человеком революции 1917 г. В модели 1 человек, принявший октябрьский переворот, соглашается с предлагаемыми ему тезисами; религиозные ценности, в которых он разочаровался, заменяются на соответствующие строительству нового социалистического общества; происходит изменение, например, в эмоциональной сфе-

ре – человек перестает испытывать повседневный страх перед Богом. В модели 2 человек не принимает революцию, так как антирелигиозная кампания противоречит его системе ценностей; для сохранения которой требуется изменить свои психологические качества, например, стать менее уступчивым, конформным. Результат обоих процессов может быть отражен в источниках как значительное увеличение реализации волевых действий, при этом отделение одного процесса от другого будет возможно на основе сопоставления содержания деятельности до и после произошедших изменений.

Обратимся к содержанию предполагаемых изменений. Анализируя последствия распада СССР, Л. И. Анцыферова выделила наиболее «депривированные» при разрушении прежнего социального строя высшие ценности (по А. Маслоу): значимость жизни, ее осмысленность, справедливость, понятность, правда, порядок, красота. Без дополнительного анализа невозможно сказать, является ли их депривация характерной для всех переломных моментов, идет ли речь об изменении содержательного наполнения комплекса ценностей или их феноменологии, и т. д. Системное изучение динамики требует, таким образом, первичного описания ценностной структуры представителей определенного общества. Пожалуй, единственным психологическим исследованием, которое может быть развито в этом направлении, является диссертация Е. Г. Синякиной, посвященная дореволюционному крестьянству (Синякина, 2012). Сформированная ей модель, проанализированная в динамике с учетом вышеизложенных положений Л. И. Анцыферовой, может стать перспективной основой полноценного исследования процесса трансформации ценностей, до сих пор так и не состоявшегося.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Барская А. Д.* Психолого-историческая реконструкция особенностей психики гомеровского человека: Дис. ... канд. психол. наук. М., 1998.
- Блок М.* Апология истории, или Ремесло историка. М.: Наука, 1973.
- Бочарова З. С.* Социально-правовая адаптация российской эмиграции 1920–1930-х годов: исторический анализ: Дис. ... д-ра историч. наук. М., 2005.
- Волошина В. Ю.* Социальная адаптация российских ученых-эмигрантов в 1920–1930-е годы: Дис. ... д-ра историч. наук. Омск, 2012.
- Земцов Б. Н.* Социально-психологические предпосылки революции 1917 г. в России: Дис. ... д-ра историч. наук. М, 1999.

- Лавджой А.* Великая цепь бытия: история идеи. М.: Дом интеллектуальной книги, 2001.
- Синякина Е. Г.* Психологические характеристики русского крестьянства второй половины XIX—начала XX века: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2012.
- Скиннер К.* Истоки современной политической мысли: В 2 т. Т. 1. Эпоха Ренессанса. М.: ИД «Дело»—РАНХиГС, 2018.
- Хрусталева Н. С.* Психология эмиграции: социально-психологические и личностные проблемы: Дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 1996.

## **Системно-субъектный подход в историко-психологическом исследовании**

*О. А. Артемьева*

Иркутский государственный университет, Иркутск

Дается краткая характеристика основных историко-психологических подходов, реализуемых в современной отечественной науке: системного, культурно-исторического и субъектного. Называются их представители, основные положения и достижения. Обосновывается целесообразность выделения в истории психологии системно-субъектного подхода, методологическую основу которого составляют, с одной стороны, требования анализа психологического познания в его многоплановости, многомерности, многоуровневости и обусловленности системой детерминации, а с другой — исследования психологического познания как творческой активности познающего субъекта. Определяются возможности реализации при применении системно-субъектного подхода принципа единства коллективного и индивидуального.

*Ключевые слова:* история психологии, история советской психологии, принципы истории психологии, системно-субъектный подход, системный подход, субъектный подход, культурно-исторический подход.

Среди основных историко-психологических подходов в современной России могут быть выделены системный, культурно-исторический и субъектный. Каждый из подходов ориентирован на реализацию преимущественно одного из принципов психологического исследования — системности, детерминизма и субъектности.

При этом методологические основы реализации на всех уровнях методологии истории психологии представлены только для системно-

го подхода. Эта масштабная задача решена В. А. Кольцовой при подготовке докторской диссертации (см.: Кольцова, 2004). Опираясь на результаты разработки системного подхода в психологии Б. Ф. Ломова, автор обосновала системный подход в истории психологии. Его реализация предполагает руководство требованиями многомерного (многоаспектного) и многоуровневого анализа, исследования разнорядковых свойств, многомерной и многоуровневой детерминированности, а также развития изучаемого предмета (Ломов, 1975). В работе В. А. Кольцовой эти требования реализованы прежде всего в форме представлений об уровнях методологии историко-психологического исследования, о разных формах психологического познания, о системе детерминант (факторы, предпосылки, условия) и о четырех аспектах развития психологического познания, с выделением процессуального аспекта (Кольцова, 2004). В русле реализации разработанных основ историко-психологического исследования на базе лаборатории истории психологии и исторической психологии ИП РАН были подготовлены к защите кандидатские и докторские диссертации Ю. Н. Олейника (1990), Н. В. Богданович (2004), И. С. Алексеенко (2006), Е. Н. Холондович (2010), О. А. Артемьевой (2013), О. В. Клыпа (2017), Н. Г. Немировской (2017) и др. Итоги коллективной исследовательской работы представлены в монографиях «Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории» (1997), «Психологическая мысль России: век Просвещения» (2001) и др.

Культурно-исторический подход в истории психологии, как можно судить исходя из содержания изданных работ, объединяет отечественных исследователей, уделяющих значительное внимание культурной и, шире, социальной детерминации развития психологии. Именно представители этого подхода плодотворно разрабатывают проблемы истории советской психологии в постсоветский период, с характерными для него установками на деидеологизированный анализ и учет социального контекста развития науки. Значительный вклад в разработку и реализацию этого подхода сделан учениками известного историка психологии М. Г. Ярошевского Т. Д. Марцинковской, И. Н. Семеновым, И. Е. Сироткиной. Близкие к ним методологические установки реализуют авторы работ по истории советской психологии С. А. Богданчиков, О. А. Артемьева, Н. Ю. Стояхина и др. Кроме того, методологические исследования в этом русле реализованы в работах ведущих современных представителей культурно-исторической традиции в отечественной психологии А. Г. Асмолова и М. С. Гусельцевой. История психологии с позиций культурно-исторической



психологии и социальной истории науки представлена в учебниках А. Н. Ждан и Т. Д. Марцинковской.

Теоретические основы разработки субъектного подхода в истории психологии определены в работах О. А. Артемьевой. Это прежде всего представление о развитии психологического познания как предмете историко-психологического исследования (Кольцова, 2004); идея об уровнях субъекта научного познания М. Г. Ярошевского (Ярошевский, 1979) и представления А. Л. Журавлева о признаках, типах и стадиях становления коллективного субъекта (Журавлев, 2009). Развивая эти идеи в ходе реконструкции развития психологии в России в первой половине XX в., О. А. Артемьева выделяет уровни и стадии становления и развития коллективного субъекта научного познания в рамках уровневой субъектной концепции социально-психологической детерминации развития психологии. Это уровни научного сообщества, научной организации, первичного исследовательского коллектива и научно-социального круга ученого, а также стадии предсубъектности, становящегося и развитого субъекта (Артемьева, 2013). Положения субъектной концепции находят реализацию в работах при исследовании развития отечественной региональной психологии (Артемьева, Шикун, 2023), а также при изучении институциональных особенностей развития психологии в Германии и США (Миرونенко, Рафикова, 2023).

Сходные методологические позиции представляет О. Г. Носкова. Автор считает, что для историко-психологических исследований «было бы полезно отказаться от жесткой фиксации содержания понятия „субъект“, как термина, соотносимого преимущественно с исследованием живого конкретного человека, осуществляющего некую деятельность <...> Субъектом изучаемой активности могут оказаться, кроме отдельного человека, группы людей, как малые, так и большие, вплоть до общества в целом» (Носкова, 2021, с. 68).

Системный, культурно-исторический и субъектный подходы в истории психологии не являются взаимоисключающими. Они предполагают реализацию общих методологических установок, например, учет социокультурного контекста развития психологии, и поэтому могут быть объединены в метаподход, каковым, на наш взгляд, может быть системно-субъектный подход в истории психологии. С одной стороны, его основу составляет требование исследования психологического познания как творческой активности познающего субъекта. С другой – требования 1) многоплановости анализа психологического познания в единстве логико-предметного, социально-исторического, персоналистического и процессуально-динамического аспектов,

2) многомерности изучения психологического познания в ходе анализа продуктов познавательной деятельности, событий научной жизни, вклада в развитие психологической мысли, форм использования психологических знаний на практике и др., 3) учета многоуровневости психологического познания, 4) изучения системной детерминации, включающей факторы, предпосылки и условия.

Исследование развития психологического познания как результата активности коллективного субъекта познания на таких его уровнях, как научное сообщество, научная организация и др., является формой реализации требования многоуровневости системного исследования. Таким образом, выполнение требования системного анализа как многоуровневого составляет основу реализации субъектного подхода в историко-психологическом исследовании развития психологического познания и позволяет обозначить данный подход как системно-субъектный.

Кроме общенаучного принципа системности, в основе разработки и реализации системно-субъектного подхода в истории психологии лежат конкретно-научный принцип субъекта и такой принцип историко-психологического исследования, как принцип единства коллективного и индивидуального творчества в развитии психологического познания. Последний введен В.А. Кольцовой и предполагает «понимание истории психологии как результата деятельности не только отдельных ученых, но и научного сообщества в целом» (Кольцова, 2004, с. 156). Реализация данного принципа расширяет предметное поле историко-психологического исследования, включая в него научное творчество как отдельного ученого-психолога, так и научной школы. Изучая разные уровни коллективной организации научной деятельности, мы исследуем их как элементы единой системы научного познания, где личность ученого не нивелируется, а получает возможность реализации своего творческого потенциала.

Специфической характеристикой коллективного субъекта психологического познания выступает наличие не только исследовательской программы, но и возможности развития творческих способностей членов коллектива (Артемьева, 2013). Благодаря объединению в научном поиске усилий коллектива исследователей, ролевого ансамбля эрудита, генератора идей и критика (см.: Ярошевский, 1979), ученый получает возможность раскрытия, реализации и развития собственного исследовательского, творческого потенциала. Вне совместной работы возможности исследователя ограничены объемом собранных только им данных, знаний, навыков и других характеристик, которыми обладает один человек. Соответственно, ограничены

и возможности обнаружения и применения его способностей, причем не только умственных и творческих, но и педагогических, организаторских и морально-этических (см.: Артемьева, 2022).

Значение личности ученого сохраняется при анализе и более высоких уровней коллективного субъекта – научной организации и научного сообщества: ученый выступает на этих уровнях как их член, активный носитель совместно выработанных представлений, знаний, разделяемых ценностей, норм и целей научно-исследовательской деятельности и психологического познания. В этом отношении при системно-субъектном подходе к организации историко-психологического исследования проявляются эвристические возможности всех трех основных подходов: системного, субъектного и культурно-исторического.

Основные положения и перспективы системно-субъектного подхода в психологии представлены в работах Е. А. Сергиенко (Сергиенко, 2023). Перспективы его реализации в истории психологии обусловлены актуальностью исследования коллективных форм организации и развития психологии в XX–XXI вв. как большой науки, когда научные достижения являются результатом деятельности крупных исследовательских коллективов и организаций, а также рефлексии закономерностей комплексного ответа на вызовы социогуманитарной практики в современной истории науки.

### Литература

- Артемьева О. А.* Социально-психологическая детерминация отечественной психологии как становление и развитие коллективного субъекта научной деятельности в первой половине XX столетия: Дис. ... д-ра психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2013.
- Артемьева О. А.* Исследование способностей руководителя научного коллектива в истории советской психологии // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 6. С. 66–75. doi: 10.31857/S020595920023646-6
- Артемьева О. А., Шикун А. А.* Субъектный подход в исследовании региональной психологии // Психология и психотехника. 2023. № 4. С. 163–173. doi: 10.7256/2454-0722.2023.4.68933
- Журавлев А. Л.* Коллективный субъект: Основные признаки, уровни и психологические типы // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 5. С. 72–80.
- Кольцова В. А.* Теоретико-методологические основы истории психологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Ломов Б. Ф.* О системном подходе в психологии // Вопросы психологии. 1975. № 2. С. 31–45.

- Мироненко И. А., Рафикова В. А.* Институционализация психологии в Германии и США в 1930–1940-х гг.: сопоставительный анализ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2023. Т. 8. № 2 (30). С. 80–108. doi: 10.38098/ipran.sep\_2023\_30\_2\_05
- Носкова О. Г.* История прикладной психологии: субъектно-деятельностный подход // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2021. № 2. С. 58–73. doi: 10.11621/vsp.2021.02.04
- Сергиенко Е. А.* Системно-субъектный подход в психологии (глава 8) // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 241–272.
- Ярошевский М. Г.* О генезисе субъекта научного познания // Вопросы философии. 1979. № 6. С. 68–80.

## **Библиометрия в структуре научно-биографического исследования\***

*В. И. Белопольский, А. А. Костригин*

Институт психологии РАН, Москва

В статье обсуждаются вопросы изучения жизненного и творческого пути ученого. Рассматривается традиционный качественный подход к подготовке научных биографий. Ставится задача развития количественного (библиометрического) подхода к исследованию жизни и творчества персоналии. Описываются основные характеристики такого подхода. В качестве примера применения библиометрического анализа к творчеству ученого рассматривается публикационная активность выдающихся российских психологов – А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой. Представлены некоторые результаты анализа количества публикаций ученых по периодам их научно-исследовательской деятельности, тематики их работ, востребованности (цитирования) со стороны других исследователей. Делается вывод о перспективности применения получаемых при библиометрическом анализе результатов для понимания развития творчества ученых.

*Ключевые слова:* история психологии, научная биография, персоналия, библиометрический анализ, публикационная активность.

---

\* Работа выполнена в соответствии с Госзаданием № 0138-2024-0010.

Изучение жизненного и творческого пути ученого является важным направлением исследований в области биографики, науковедения и истории науки. Несмотря на традиционность постановки вопроса об исследовании жизни ученого с целью написания его научной биографии, методология и принципы проведения такого исследования обсуждаются крайне редко (см., например: Ярошевский, 1974).

Существует несколько жанров биографий ученых – художественный, учебный и научный (академический). Последний часто обозначается как научная/интеллектуальная биография (Богданчиков, 2024). Отличием научного жанра биографий является опора на опубликованные и архивные материалы, свидетельства современников, использование точных фактов, направленность на более специализированную аудиторию читателей. К основным составляющим научной биографии относятся жизнеописание и изложение научного вклада ученого. Исследуются среда и события жизни персоналии, описывается их роль не только в контексте личностного становления ученого, но и мотивации его научно-исследовательской деятельности. При рассмотрении научной работы ученого обсуждаются его творчество, публикации и результаты исследований, анализируются его идеи, при этом научная работа соотносится с периодами жизни и фактами биографии. Вместе эти компоненты составляют комплексный биографический подход (Логонова, 2022), в рамках которого должна быть дана оценка индивидуальности самого ученого и его жизненного пути, вклада в историю науки, перспективности выдвинутых им идей.

Для составления научной биографии используются преимущественно качественные методы – описание событий жизни, интерпретация биографических фактов, анализ текстов публикаций и других первичных источников (личных документов, архивов, интервью, периодики и др.).

В настоящее время формируются предпосылки для других подходов к анализу жизненного пути ученого. Так, наработки в использовании количественных методов в истории психологии (Журавлев, Костригин, 2023) открывают возможности для применения библиометрического (наукометрического) подхода (Галкина и др., 2022; Зуев, 2020; Левченко, 2020; Рыбачук, 2013; Тютюнник, 1986; Хайтун, 1974; и др.). Исходным материалом для таких исследований будут выступать полные библиографические описания научных работ ученого, а методами – библиографический и тематический анализ его публикационной активности, анализ цитирования работ.

Библиометрический подход обладает следующими особенностями: использование для анализа метаданных публикаций (заголовки, ан-

нотации, ключевые слова, источник, объем и дата публикации, соавторы, их аффилиации и др.), формализация и автоматизация процесса обработки данных, применение различных методов количественного анализа показателей, как первичных (публикационная динамика, количество соавторов и др.), так и вторичных (частоты используемых терминов, их энтропия, ключевые словосочетания, цитирования и др.), проведение сравнительных исследований по персоналиям или их сопоставление с общенаучными показателями. Безусловно, количественный анализ продуктов деятельности ученого не может полностью заменить качественное изучение всех источников информации о нем, тем более что он ориентирован прежде всего на современные персоналии, имеющие значительное количество публикаций. Но нам представляется, что полученные посредством количественного (библиометрического) анализа данные могут не только объективировать ранее выделенные закономерности в научной деятельности ученого, но и выявить новые измерения его научной биографии.

Актуальной задачей библиометрического подхода к изучению жизненного пути ученого является разработка программы такого исследования и выделение комплекса показателей, наиболее полно описывающих динамику и содержание научно-исследовательской деятельности. Начало такой работы было положено нами в недавней публикации, посвященной творческому пути А. В. Брушлинского (Белопольский, Костригин, 2023). В настоящей статье апробированная ранее схема анализа будет использована для изучения публикационной активности Л. И. Анцыферовой.

Представим возможности библиометрического подхода к творческому пути ученого на примере сравнения этих выдающихся психологов, основаниями для которого являются следующие положения: А. В. Брушлинский (1933–2002) и Л. И. Анцыферова (1924–2013) жили в одну историческую эпоху, работали в Москве сначала в Институте философии АН СССР, с 1972 г. – в Институте психологии АН СССР (РАН), оба достигли высоких научных позиций и признания.

### **Периодизация и динамика публикационной активности А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой**

Динамика количества публикаций может быть прослежена по этапам научной карьеры. В качестве основания для периодизации научно-исследовательской деятельности ученого могут быть использованы разные критерии, например, хронологический (десятилетия) или событийный (смена организации, должностного статуса и т. п.). В данной работе использовался последний критерий. Так, в научно-иссле-

довательской деятельности А. В. Брушлинского можно выделить три этапа: I (1957–1971), II (1972–1989), III (1990–2002), у Л. И. Анцыферовой – также три этапа: I (1955–1971), II (1972–1991), III (1992–2008). Для нормирования показателей публикационной активности на каждом этапе вычислялось среднегодовое значение публикаций за период.

Выявлено, что публикационная активность А. В. Брушлинского (всего 214 работ) возрастала от периода к периоду; у Л. И. Анцыферовой (всего 130 работ) сначала увеличивалась, а затем несколько снизилась в третий период. Выявленные характеристики публикационной активности могут быть связаны прежде всего с научно-организационными факторами – с должностным статусом ученых и сменой места работы: повышение показателей у обоих ученых соответствовало переходу на работу во вновь организованный Институт психологии АН СССР, а также занятию более высокой должности. Кроме того, имели значение личностные и логико-научные факторы – изменение научных интересов: у А. В. Брушлинского – обращение к методологии психологии, развитие субъектного подхода, у Л. И. Анцыферовой – к изучению проблем психологии развития и личности. Наконец, важную роль в увеличении количества публикаций у обоих исследователей сыграли и социально-исторические факторы: в 1972–1991 гг. функционирование ИП АН СССР стимулировалось высоким интересом государства и общества к психологическим исследованиям, что обуславливало продуктивную научную работу, а в постсоветский период появилось больше возможностей для публикации своих исследований.

Представляет также интерес динамика публикаций по их типу на каждом этапе научной биографии. Анализ динамики изданных работ А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой позволяет выделить некоторые тенденции в их публикационной активности: например, при переходе на руководящую должность значительно возрастает количество публикаций, особенно относящихся к группе других работ – научно-популярных, учебных, научно-методических и др. Можно предположить, что высокий научный и должностной статус ученого обуславливает и рост его публикационной активности, в частности, рост числа таких работ, которые ориентированы на более широкую аудиторию.

### **Тематика научных публикаций А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой**

Содержательной характеристикой публикационной активности ученых является проблематика их научных работ. В рамках библиометрического подхода количественный тематический анализ выявляет

ведущие проблемы исследований на основе наиболее часто встречающихся терминов или устойчивых словосочетаний из двух-трех слов во всем корпусе или отдельных подкорпусах, выделенных на основе периодов научной деятельности. В нашей работе использовались корпусы слов, составленные из заголовков опубликованных статей и монографий. Так, на основе показателей частотности терминов было установлено, что ключевой тематикой всех работ А. В. Брушлинского является методология и история психологии, психология познавательных процессов, субъекта и личности. У Л. И. Анцыферовой ведущую проблематику исследований составили психология личности и развития, методология психологии, история зарубежной психологии. Важным наблюдением, не претендующим пока на место общей тенденции, является то, что преобладающей (по показателям частот терминов) областью исследований во всей научной карьере становятся не те вопросы, с которых начинает свою научно-исследовательскую деятельность ученый, а те, которые он разрабатывает уже на более поздних этапах творчества и в более высоком статусе.

### **Анализ востребованности творчества А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой**

В качестве показателя востребованности научных идей и публикаций ученого часто рассматривается цитирование его работ. Используют не только распределение количества цитирований по годам цитируемых публикаций и по годам издания работ ученого, но и показатели цитирований по научным организациям, журналам, рубрикам и ключевым словам, к которым относятся цитирующие издания. Рассмотрим на изучаемом материале первые два показателя.

Количество ссылок на работы обоих ученых начинает существенно увеличиваться примерно со второй половины 1990-х годов с пиком в 2015 (А. В. Брушлинский) и 2016 (Л. И. Анцыферова) гг., затем (в 2020-е годы) снижается до значений второй половины 2000-х годов. Отметим, что на цитируемость как показатель востребованности работ ученого существенное влияние оказывают и социально-исторические факторы — в нашей стране это увеличение доступности работ в библиографических базах и повышение требований со стороны государственных научных и образовательных институтов. Вероятно, все это в целом изменило культуру цитирований — в последние 10 лет повысилось количество ссылок прежде всего на работы авторитетных ученых и классиков.

Анализ количества цитирований по периодам издания работ показал, что наибольшее число ссылок относится к тем публикациям,



которые были выпущены в последние периоды научного творчества ученых (в 1990–2002 гг. у А. В. Брушлинского, в 1992–2013 гг. у Л. И. Анцыферовой), что можно связать, во-первых, с большей доступностью их поздних работ, а во-вторых, с близостью теоретико-методологического аппарата этих исследований к современному этапу развития российской психологии.

## **Заключение**

Представленные данные библиометрического анализа публикационной активности А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой могут служить объективными показателями их творческого пути. Эти значения не только подтверждают устоявшиеся оценки научных достижений рассматриваемых ученых, но и раскрывают неочевидные факты, которые были зафиксированы у обоих изучавшихся персоналий. К ним относятся: 1) преобладание различных типов публикаций на разных этапах научной биографии, в частности, большое количество научно-популярных и учебных работ в периоды пребывания на руководящих должностях; 2) большая концентрация научных интересов на поздних этапах научно-исследовательской деятельности; 3) более частое обращение отечественных исследователей к тем публикациям изучаемых персоналий, которые методологически и содержательно близки к текущему периоду развития науки. Несмотря на значительное сходство библиометрических профилей А. В. Брушлинского и Л. И. Анцыферовой, между ними были обнаружены и различия: 1) более высокие среднегодовая публикационная активность и тематическое разнообразие у А. В. Брушлинского; 2) более высокая максимальная цитируемость для статьи у Л. И. Анцыферовой, а для монографии – у А. В. Брушлинского.

Таким образом, библиометрический подход к изучению биографии и творчества ученого распространяет количественную методологию на ограниченные по объему библиографические списки, что позволяет создать базу показателей различных персоналий для их дальнейшего сравнения в целях выявления общих закономерностей научной деятельности.

## **Литература**

*Белопольский В. И., Костригин А. А.* Этапы творческого пути А. В. Брушлинского: библиометрический анализ // Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований: Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 90-летию со дня рождения А. В. Брушлинского и 300-летию основания Российской академии на-

- ук, 12–14 октября 2023 г., Москва / Отв. ред. Д. В. Ушаков, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова, А. В. Махнач, Г. А. Виленская, Н. Н. Казымова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 58–64.
- Богданчиков С. А.* Биографии отечественных психологов как предмет историко-психологического исследования (краткий путеводитель) // Советская психология: этап истории науки и менталитет / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. В. Ушаков, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024. С. 155–180.
- Галкина Т. В., Журавлев А. Л., Костригин А. А.* Яков Александрович Пономарев: некоторые результаты наукометрического анализа творческого наследия // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 1 (124). С. 117–128.
- Журавлев А. Л., Костригин А. А.* Наукометрический подход в психологии // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 440–458.
- Зуев К. Б.* Наукометрический анализ творческого наследия Б. Ф. Ломова // Психологические исследования в интернет-пространстве: поисковые системы, социальные сети, электронные базы / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. А. Китова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 340–362.
- Левченко О. И.* Библиометрический анализ научных трудов ученого (на примере изучения научного наследия академика Юрия Андреевича Осипьяна) // Румянцевские чтения-2020: Материалы Международной научно-практической конференции: В 2-х ч. Ч. 1. М.: Пашков дом, 2020. С. 467–472.
- Логинова Н. А.* Биографические исследования истории психологии // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2022. № 1. С. 38–50.
- Рыбачук В. П.* Библиометрический портрет академика Владимира Ивановича Вернадского: известность в мире // Библиотеки национальных академий наук: проблемы функционирования, тенденции развития. 2013. № 11. С. 22–33.
- Тютюнник В. М.* Академик И. Л. Кнунянц: ученый и человек (наукометрический анализ к 80-летию со дня рождения и 60-летию научной деятельности) // Журнал Всесоюзного химического общества им. Д. И. Менделеева. 1986. Т. 31. № 3. С. 354–357.
- Хайтун С. Д.* Об одной из методик изучения научной биографии // Человек науки / Под ред. М. Г. Ярошевского. М.: Наука, 1974. С. 214–228.
- Ярошевский М. Г.* Биография ученого как науковедческая проблема // Человек науки / Под ред. М. Г. Ярошевского. М.: Наука, 1974. С. 19–57.

## Понятие личности в дореволюционной психологии

*Н. А. Власов*

Российский государственный социальный университет, Москва

В статье рассмотрено понятие личности в дореволюционной психологии. Анализируются определения личности, данные ведущими психологами того времени, делается вывод о том, что личность понималась этими учеными как «совокупное психическое», т. е. сумма всего, относимого к человеческой душе (психике). Совпадение такой трактовки данного понятия у представителей естественнонаучного и эмпирического, а также частично религиозно-философского направлений в российской психологии говорит о наличии потребности в научной среде в таком конструкте, который мог бы выполнять объединяющую роль для всего психического. Без введения и использования этого понятия в психологической науке того времени душевный мир человека выглядел бы фрагментированным, нецелостным, искусственно расчлененным на составляющие.

*Ключевые слова:* история психологии, история понятий, дореволюционная психология.

Понятие личности является одним из базовых понятий (категорий) психологической науки, на что указывали К. К. Платонов, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский; трансформация его значений представляет интерес и для истории понятий (концептуальной истории) психологии (Власов, Мазиллов, 2023).

Для советской психологии 1930–1950-х годов понятие личности было одним из ключевых, и трактовалось оно в марксистском духе – как совокупность общественных отношений (Рубинштейн, 1935; Психология, 1938). Однако и в дореволюционной психологии данная тема не была обойдена стороной. Понятие «личность» встречалось в работах психологов различной методологической ориентации. Цель данного исследования – выявить основные значения понятия «личность» в дореволюционной психологии; для достижения поставленной цели были использованы сравнительно-исторический и библиографический методы, категориальный анализ; источниковую базу исследования составили монографии, учебники и статьи по психологии 1900–1918 гг.

### **Личность как совокупное психическое**

Наиболее частотным значением понятия «личность» в дореволюционной отечественной психологии является значение, условно названное

нами «совокупным психическим»: личность понималась как упорядоченная сумма составляющих психики (души) индивида.

Еще в 1905 г. представитель естественнонаучного («экспериментального») направления в русской психологии В. М. Бехтерев писал: «Некоторые авторы, развивающие тот же взгляд, отличительными признаками личности признают наиболее полную гармонию, наивысший синтез и объединение, и рассматривают самую личность как выражение гармонии и единства психических отправления» (Бехтерев, 1997, с. 99). Отмечая интегрирующую природу личности по отношению к психическому, он добавил и такую ее характеристику, как связь с внешним миром: «Таким образом, кроме внутреннего объединения и координации личность как понятие содержит в себе и активное отношение к окружающему миру, основанное на индивидуальной переработке внешних воздействий» (там же), что вполне соответствовало духу разрабатываемой им «объективной психологии».

Сходное определение понятия личности дал ученик и соратник Бехтерева, другой представитель естественнонаучного подхода в психологии А. Ф. Лазурский: «Точно также и в психической жизни наша личность, наша психическая организация дана нам как нечто целое, как связанное, организованное единство. Отдельные способности, например, воля, чувства, ум, память, внимание — все это представляет собой лишь отдельные стороны одной общей, цельной организации» (Лазурский, 2023, с. 57–58). Как можно видеть из приведенного отрывка, личность является совокупностью психического.

Проблема личности присутствовала и в трудах представителей эмпирического направления отечественной психологии. Лидер этого направления Г. И. Челпанов в «Учебнике психологии» писал: «Если, например, сказать, что человек высокого роста, с широкими плечами, сильными мышцами, что он красив, что он уродлив и т. п., то всякий понимает, что речь идет о физической личности. Если же о ком-нибудь сказать, что он добр, что у него сильная воля, что у него нерешительный характер, что он умный, неблагоразумный и т. п., то всякий понимает, что дело идет о духовном „я“, о духовной личности» (Челпанов, 2023, с. 199). В данном случае речь шла скорее о личности как о совокупности психологических качеств, характеристиках человека.

Другой представитель этого направления А. П. Нечаев отмечал: «Всё, что в душевной жизни человека является наиболее устойчивым и связным, называется личностью. Наиболее устойчивые и связные представления называются интересами, наиболее устойчивые чувства — господствующими настроениями и наиболее устойчивые стремления — наклонностями. Поэтому можно сказать, что личность че-

ловека проявляется в его интересах, господствующих настроениях и наклонностях. С этими устойчивыми проявлениями душевной жизни связываются, или ассоциируются, все остальные психические явления, случайные впечатления, мимолетные чувства, непрочные желания» (Нечаев, 1915, с. 137). В этом фрагменте текста речь снова шла о связности, но не столько о совокупности всего психического, сколько о сумме наиболее устойчивого, «ядерного» в душе человека.

Представитель религиозно-философской, спиритуалистической психологии философ Н. О. Лосский определял личность следующим образом: «Мы занимаемся основными учениями волюнтаристической психологии, лишь поскольку они руководят эмпирической психологией; поэтому нам достаточно двух понятий, одного психологического, соответственно данному в опыте единству стремлений, и другого метафизического, соответственно предполагаемому высшему началу, лежащему в основе этого единства» (Лосский, 1903, с. 177–178). Первое понятие он обозначает термином „личность“, а второе — терминами „дух“, „душа“, „я“. Как можно видеть, ученый заметно сужает объем этого понятия, включая в него лишь стремления человека, однако и здесь речь ведется о единстве, совокупности.

Философ-идеалист и автор «Философского словаря» Э. Л. Радлов в соответствующей статье дал такое определение понятию личности: «Личность (*лат.* *persona*, маска) — термин, весьма родственный понятиям индивидуальности, самости, „я“. Личность обозначает как совокупность, так и различные стороны нашего „я“, смотря по тому, как рассматривать личность, с точки зрения психологии, т. е. условий сложения и разложения, или с точки зрения юридической, этической или исторической» (Радлов, 2013, с. 205). В таком определении признавалась суммативная природа личности по отношению к различным сторонам человеческого Я, отмечалось то, что личность является предметом изучения не только психологии, но и права, этики и исторической науки.

Завершим наш обзор озвучиванием позиции В. В. Рахманова, описанной им в монографии 1914 г. «Психология как наука о личности»: «Требуемая аналогия может быть установлена лишь в том случае, если развитие психического организма дошло до той ступени, на которой он проявляет более или менее ясные признаки самосознания. Психический организм на этой ступени развития может быть назван личностью» (Рахманов, 1914, с. 17–18). Итак, речь снова шла о совокупном психическом («психический организм»), однако главным критерием, определявшим отличие личности от не-личности, согласно

позиции данного ученого, являлось наличие или отсутствие самосознания (Костригин, 2019).

### **Заключение**

Как следует из написанного выше, понятие «личность» в дореволюционной отечественной психологии в основном осмысливалось как «совокупное психическое». У разных ученых были свои отличительные взгляды по данному вопросу (В. М. Бехтерев связывал личность с внешним миром, А. П. Нечаев писал о наиболее устойчивом в душевной жизни человека как основе личности, Г. И. Челпанов акцентировал отдельные качества индивида, Н. О. Лосский видел в личности в первую очередь единство стремлений, а В. В. Рахманов считал главным условием возникновения личности наличие самосознания), но они сходились в главном: личность понималась именно как сумма всего, относившегося к душе (психике).

Почему это понятие имело именно такое значение? На наш взгляд, ответ может быть следующим: психологии было необходимо понятие, в объем которого будет входить все психическое. Для религиозно-философской, спиритуалистической психологии этим понятием являлась «душа», однако представители эмпирической и естественнонаучной психологии, отказавшись от познания природы души в пользу изучения явлений сознания и внешних проявлений психики, были вынуждены искать такой конструкт, который смог бы объединить явления сознания и психические процессы, способности и состояния, рефлексы и мн. др. Этим конструктом и стала личность. Без введения и использования данной категории в психологической науке рассматриваемого времени душевный мир человека выглядел бы фрагментированным, нецелостным, искусственно расчлененным на составляющие.

### **Литература**

- Бехтерев В. М.* Проблемы развития и воспитания человека / Под ред. А. В. Брушлинского и В. А. Кольцовой. М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «Модэк», 1997.
- Власов Н. А., Мазилков В. А.* История понятий как перспективное направление историко-психологических исследований // Ярославский психологический вестник. 2023. № 4 (133). С. 93–103. doi: 10.20323/1813-145X\_2023\_4\_133\_93
- Костригин А. А.* Проблема самосознания и его развития в трудах отечественных психологов второй половины XIX в. // Историческая преемственность в отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев,

- Е. В. Харитонова, Е. Н. Холондович. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 141–152.
- Лазурский А. Ф.* Психология общая и экспериментальная. М.: Юрайт, 2023.
- Лосский Н. О.* Основные учения психологии с точки зрения волюнтаризма. СПб.: Тип. М. М. Стасюлевича, 1903.
- Нечаев А. П.* Учебник психологии для средних учебных заведений. Пг.: Тип. П. П. Сойкина, 1915.
- Психология / Под ред. К. Н. Корнилова, Б. М. Теплова, Л. М. Шварца. М.: Учпедгиз, 1938.
- Радлов Э. Л.* Философский словарь: логика, психология, этика и история философии. Иваново: Роща Академии, 2013.
- Рахманов В. В.* Психология как наука о личности. СПб.—М.: Освобождение, 1914.
- Рубинштейн С. Л.* Основы психологии. М.: Гос. учеб.-педаг. изд-во, 1935.
- Челпанов Г. И.* Учебник психологии. М.: Юрайт, 2023.

## **Единство стиля: психологические механизмы социальной жизнедеятельности Л. И. Петражицкого**

*С. А. Гильманов*

Югорский государственный университет, Ханты-Мансийск

В статье ставится проблема определения понятия психологического стиля жизни. Автор обосновывает свой подход к психологическому стилю жизни как системе устойчивых проявлений уникальных личностных черт личности, проявляющихся в деятельности и ее результатах и в отношениях с другими. Анализируется стиль Л. И. Петражицкого (1867–1931), основными чертами которого являются уважительное отношение к науке, стремление к логичности и понятийности ее построения, классификационные подходы к теориям и проблемам. Стиль изложения Петражицким суждений при всей многословности, витиеватости выражений логичен и своеобразен; при взаимодействии со студентами он всегда оказывал на них значимое влияние, а при взаимодействии с другими представителями науки был критичен и готов полемизировать.

*Ключевые слова:* история психологии, психологический стиль жизни, образ жизни, Л. И. Петражицкий.

Л. И. Анцыферова, выдвинув предположение о том, что «развитие личности определяется образом жизни не непосредственно, а опосредство-

ванно – через психологический стиль жизни индивида», предложила понимать под последним «психологические механизмы социальной жизнедеятельности человека» (Анцыферова, 1978, с. 44). Она отмечала: «Разные психологические стили жизни проявляются и в профессионально-трудовой жизни, и в семейных отношениях, и в самом широком общении с окружающими. Эта проблема типологии психологических способов осуществления образа жизни совсем не разработана, а между тем в комплексе проблем, касающихся психологии развития личности, она занимает немаловажное место» (там же, с. 45).

На наш взгляд, сегодня неразработанной остается не только проблема типологии психологических способов осуществления образа жизни, но и проблема самого понятия психологического стиля жизни. Со времени использования А. Адлером в его «Науке жить» слова «стиль» применительно к психологическим характеристикам одного человека, к терминам «стиль жизни», «жизненный стиль» (иногда с дополнением: «психологический», «индивидуальный») в разных отношениях и с разных позиций обращались сотни зарубежных (Г. Олпорт, М. Вебер, Э. Берн, Т. Парсонс, П. Бурдьё и др.) и отечественных (В. С. Мерлин, Э. В. Ильенков, Д. А. Леонтьев и др.) исследователей.

Цель данного текста – основываясь на предложенном подходе, выделить характеристики психологического стиля жизни российско-польского ученого Л. И. Петражицкого.

В качестве основного метода использовалась реконструкция как вид качественного анализа, в которой единицами являются продукты деятельности человека, дошедшие до нас в «памятниках культуры – исторических источниках, представляющих объективированное выражение субъективных характеристик их творцов: знаний, представлений, установок, ценностей» (Кольцова 2008, с. 408–409). Как источники использовались труды Л. И. Петражицкого «Введение в изучение права и нравственности. Эмоциональная психология» (Петражицкий, 1905), «Университет и наука. Опыт теории и техники университетского дела и научного самообразования» (Петражицкий, 1907) и высказывания людей, соприкасавшихся с Петражицким в научной и образовательной деятельности.

### **Психологический стиль жизнедеятельности**

Понятие «стиль жизни» (стиль жизнедеятельности) может использоваться в психологии (в том числе и в истории психологии, позволяя не только реконструировать, но и добавлять описания уникальных проявлений изучаемых личностей) как характеристика тех уникаль-



ных, оригинальных черт человека, благодаря которым он оставляет след в окружающих его людях, влияет на социокультурную жизнь общества. Если «образ жизни» — характеристика личности извне, «от общества», фиксирующая социальное в человеке, классифицирующая и типологизирующая людей (подгонка под социальный стандарт), то «психологический стиль» — характеристика «от человека», выделяющая оригинальные проявления, измерение его (хотя и осуществляющееся по социальным меркам) уникальности, индивидуальности, фиксирующее человеческое в социуме.

Одно из важных отношений в характеристике психологического стиля — влияние его носителя на социокультурную жизнь общества. Общественное признание заслуг и значимости человека становятся основой интереса к специфическим чертам любых проявлений его внешности, поведения, действий, высказываний, привычек, ценностей, предпочтений и убеждений и т. д., общество «назначает» стилевые черты (иногда даже дает им название). Поэтому набор отдельных проявлений стиля приобретает смысл в отношении выполнения деятельности, ее продукта и того, как создавался именно этот продукт. Здесь важно наличие «главного дела жизни», по которому общество «маркирует» значимость таких людей, позволяет искать системообразующие черты их стиля, причем чем ярче стиль, тем больше вероятности обнаружить основание целостности.

Мы считаем, что для людей, чье «главное дело» связано с определенной социокультурной сферой, с созданием культурно значимых произведений, важными параметрами определения психологического стиля жизни являются специфические черты, проявляющиеся 1) в отношении к предмету деятельности, 2) в свойствах ее продуктов, 3) в поведении и взаимодействии с теми, на кого он оказывает существенное влияние, производит впечатление, 4) в общих ценностных установках личности. На этой основе как стилевые характеристики можно выделить то, что составляет единство стиля, его целостность в проявлениях общего, в способах проявления жизненных ценностей, индивидуальной системе выполнения профессиональных действий, способов поведения, включая и самовыражение.

Рассмотрим реализацию предложенного подхода на примере определения психологического стиля жизни Л. И. Петражицкого (1867–1931), оригинального мыслителя, активного деятеля, ученого и педагога, оказавшего влияние на развитие гуманитарного знания, на изменения в политической и образовательных сферах жизнедеятельности общества.

## Стилевые характеристики деятельности Л. И. Петражицкого

По нашему мнению, основным стилевым признаком по отношению к науке у Петражицкого является бесконечное уважение к ней и ее роли в развитии общества. Научное творчество — «великое, бессмертное дело» (Петражицкий, 1907, с. 279–280, примечание). Идеал науки — ее единство и универсальность.

Такой подход к науке сочетается у Петражицкого с уникальными представлениями о ней как о совокупности «множества живых психических процессов — столь большого множества их, сколько людей, причастных в данное время к научному мышлению о данной категории проблем» (там же, с. 153). Наука, по его мнению, в том, «что на место примитивных орудий житейского мышления вырабатываются в разных областях мышления усовершенствованные типы и навыки работы ума, которые так относятся к прежним и даже современным житейским приемам обсуждения таких же проблем, как, например, элегантно и точно действующая машина с паровым или электрическим двигателем относится к примитивным зачаткам орудий у дикарей» (с. 231–232). Характерной чертой подхода к науке является и убеждение Петражицкого в том, что ее сущностным признаком является понятийное отражение научного знания. Научными понятиями, по его мнению, могут быть только понятия «классовые», содержащие «идею таких предметов, которые обладают известными признаками, т. е. идею всего того, что мыслимо, как обладающее известными признаками», где класс — «объекты идей такого рода, т. е. все те предметы (вещи, явления и т. д.), которые обладают или мыслимы как обладающие соответственными свойствами» (Петражицкий, 1905, с. 35). С этим связано и его постоянное стремление к классификационным, систематизирующим, типологизирующим суждениям любых рассматриваемых объектов и процессов. Так, он классифицирует виды наук (теоретические, т. е. классовые науки, дескриптивные, исторические, нормативные, телеологические), виды научных теорий (адекватные, относительно неправильные («хромые» и «прыгающие») и абсолютно неправильные), перечисляет разновидности проявлений психики («диспозитивная психика», «актуальная психика», «научная психика», «эмоциональная психика» и др.) и т. д. Мы обнаружили в указанных трудах не менее тридцати подобных систематизационных конструкций. В психологическом отношении стилевой характеристикой здесь является вера в возможность создания «чистой науки» на основе логического построения системы ее понятий.

Язык произведений Петражицкого чрезвычайно многословен, встречаются и повторы мысли в разных вариантах. За эти особеннос-

ти он подвергался весьма острой критике современников. Например, П. Е. Казанский писал: «Чрезвычайно многоречиво, глубокомысленно и запутанно он объясняет читателю самые пустые вещи» (Казанский, 1903, с. 119). Можно отметить и такие стилевые особенности его трудов, как постоянное обращение к метафорам и метафорически «нагруженным» аналогиям, лексическое своеобразие (в том числе понятийно-терминологическое оформление высказываний, необычность использования отдельных слов и др.), своеобразие в построении предложений и структурирования всего текста.

Однако текст произведений Петражицкого всегда логически связан, эмоционально окрашен, чрезвычайно своеобразен в отношении терминологии и метафорических аналогий. Особенно часто встречаются квазиомонимы: «диспозиционная психология», «апперцепционная масса», «мыслительные диспозиции», «меморативное усвоение», «умственный атлетизм», «полу-исследовательские знания» и др. Иногда встречается и афористичность в высказываниях: «Учебник вообще более похож на магазин готовых товаров, чем на фабрику, где они производятся» (Петражицкий, 1907, с. 243).

Говоря о влиянии Петражицкого на тех, по отношению к кому он выступал как авторитетный ученый и преподаватель, можно указать на «перекличку» характеристик Петражицким лекций как могучего средства приобщения к высшему, научному типу мышления, с отсылками о лекциях самого Петражицкого тех, кто их слушал. Например, мысль Петражицкого о том, что сила лекции — не в красноречии, а в том, что психика ученого, которого воодушевляют его научные убеждения, «прочитывается» слушателями, подтверждается во многих высказываниях. Студент Петербургского университета, будущий известный филолог и писатель А. А. Амбарцумян отмечал, что Петражицкий «говорил тихо, низким тоном, медленно, хотя риторически довольно слабо и даже некрасиво, однако в высшей степени внушительно. Он часто повторялся, тщательно отшлифовывая каждую оригинальную мысль, делая ее сильно отточенной, округленной и совершенно готовой для восприятия и освоения» (Амбарцумян, 2000). М. М. Бахтин писал, что «слушать его было трудно, потому что у него был чрезвычайно сильный польский акцент, и вообще он не был оратором, но его лекции были в высшей степени интересны» (Беседы В. Д. Дувакина с М. М. Бахтиным, 1996, с. 69). Подобные же впечатления от чтения Петражицким лекций есть в воспоминаниях слушательниц Бестужевских курсов: «Он вводил нас в глубины психологии. На базе эмоциональной психологии профессор строил свою теорию права. Меня начал увлекать логически совершенный ход мышления лектора» (Кареева-Верейская, 1973, с. 263).

Еще одной яркой чертой Петражицкого была склонность к критике научных воззрений других ученых, частое участие в полемике с правоведами по разным проблемам. Это отмечают слушатели его лекций: «Критика профессора не замыкалась в рамках только общественных наук: она разрушала также основные понятия психологии, логики, философии и др. дисциплин. Под убийственными ударами мысли барахтались „на земле“ В. Джемс, Гербарт, Карпенгер, Иодль, Вундт, Милль, Зигварт, Джевонс и множество юристов, историков и социологов» (Амбарцумян, 2000). Специалисты-юристы отмечают радикализм Петражицкого и близкого ему по содержанию воззрений главы упсальской школы права А. Хэгерстрёма (Васильева, 2019, с. 51).

### **Заключение**

Таким образом, психологический стиль жизни Петражицкого в его отношении к науке, научной деятельности, взаимодействию с другими может быть охарактеризован через уважительное отношение к науке, стремление к логичности и строгой понятийности ее построения в своих научных изысканиях, классификационных подходах к теориям и рассматриваемым проблемам. Стиль изложения им научных положений при всей многословности и витиеватости выражений логичен, оригинален и своеобразен. На окружающих и на знакомящихся с его научными воззрениями Петражицкий оказывал очень сильное влияние, вызывая искренний интерес и уважение. При этом он был настроен на критику не нравящихся ему научных воззрений, всегда был готов полемизировать с оппонентами.

Петражицкий по большому счету не был только правоведем, он всю жизнь искал способы построения единой науки на установлении логических ее оснований, с чем и связана значимость его суждений и широкая известность. О влиянии Л. И. Петражицкого на мировую гуманитарную мысль свидетельствует постоянный интерес к нему и его творчеству во многих странах мира.

В литературе говорится, что суицид Петражицкого связан с тем, что он «пережил крах своего научного рационалистического и позитивистского мировоззрения, что, вероятно, как раз и стало той последней каплей, которая переполнила чашу его терпения» (Мережко, 2013, с. 203). Мы также считаем, что, возможно, трагическое завершение жизни Петражицкого связано с тем, что условия его жизнедеятельности в Польше не позволяли ему сохранять выработанный им стиль жизнедеятельности.

## Литература

- Амбарцумян А. А.* «Вот шагает лев науки и философии». Отрывок из «Воспоминаний» // Санкт-Петербургский университет. 2000. № 1 (3524). URL: <https://old.journal.spbu.ru/2000/01/toc.html> (дата обращения: 11.08.2024).
- Анциферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Беседы В. Д. Дувакина с М. М. Бахтиным. М.: Издат. группа «Прогресс», 1996.
- Васильева Н. С.* Действительность права как психологический факт: uppsальская школа в контексте интеллектуальной традиции континентального правового реализма // Труды Института государства и права РАН. 2019. Т. 14. № 4. С. 47–80.
- Казанский П. Е.* Вопрос о преподавании права в русской печати в 1901 г. Одесса: Экономическая тип., 1903.
- Кареева-Верейская Е. Н.* Странички дневника // Санкт-Петербургские высшие женские (Бестужевские) курсы (1878–1918 гг.): Сб. статей. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1973. С. 258–261.
- Кольцова В. А.* История психологии: проблемы методологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.
- Мережко А. А.* Загадка смерти профессора Л. И. Петражицкого // Правоведение. 2013. № 1 (306). С. 196–203.
- Петражицкий Л. И.* Введение в изучение права и нравственности. Эмоциональная психология. СПб.: Тип. Ю. Н. Эрлих, 1905.
- Петражицкий Л. И.* Университет и наука. Опыт теории и техники университетского дела и научного самообразования. Т. I. Теоретические основы. СПб.: Тип. Ю. Н. Эрлих, 1907.

### **О глобальной историко-политической психологии как проблеме психологии личности**

*А. А. Гостев*

Институт психологии РАН, Москва

Рассматривается теоретико-методологически и практически значимая для психологии личности и психологии субъекта проблематика, которая вытекает из особой междисциплинарности глобальной историко-психологической психологии. Подчеркнута роль ее внешней междисциплинарности, которая раскрывалась через осмысление психологической наукой знаний о глобальной трансформации в гуманитарных науках.

Приведенные иллюстрации связаны с тематикой образов «исторического времени» (в частности, образов будущего человечества); влияния пространственных, информационных и иных компонентов геополитики; духовно-нравственных и религиозных факторов глобальной трансформации, национально-культурных ментальных матриц; «цифровизации» мира и искусственного интеллекта.

*Ключевые слова:* историческая и политическая психология, глобальная трансформация, исторический субъект, личность, общество, гуманитарное знание.

Данная статья находится в русле фундаментальной тематики психологической науки, прежде всего психологии личности и психологии субъекта. В частности, это проблема соотношения индивидуального и многоуровневого коллективного/группового сознания. Статья продолжает осмысление ее автором психологических и духовно-нравственных аспектов происходящего в мире с позиций формирующейся «глобальной историко-политической психологии» (ГИПП) (Гостев, 2020, 2023). Развивая идеи «глобальной психологии», «геополитической психологии» (Журавлев, 2019; Журавлев и др., 2020; Нестик, Журавлев, 2018), ГИПП формируется как дополнительное интегративное психологическое направление в изучении глобальной трансформации (ГТ).

ГИПП ставит одной из главных целей теоретико-методологическое объединение двух уровней своей междисциплинарности (подробнее см.: Журавлев, 2003 и др.):

1. Внутрпсихологическое взаимодействие исторической, политической, социальной психологии, психологии личности/субъекта, психологии духовно-нравственной сферы, включая психологию религии.
2. Внешняя междисциплинарность (ВМД) ГИПП, которая ориентирована на максимально тесное взаимодействие с гуманитарным знанием о ГТ (история, культурология, политология, социология, философия).

ВМД ГИПП предполагает анализ взглядов, мнений о ГТ носителей гуманитарного знания (в науке, публицистике, искусстве, на уровне здравого смысла обыденного сознания), которые привлекают психологические идеи. Тем самым ГИПП оперативно получает новые актуальные данные о происходящем в мире, а также возможность возвращать обществу доработанное/дополненное научное психологическое знание. Отметим в этой связи, что изучение ВМД ГИПП происходит в контексте развития методологии комплексного человекознания

в традициях ленинградской школы психологии Б. Г. Ананьева (см., например: Головей и др., 2017; и др.).

Особое значение имеет вклад ВМД ГИПП в осмысление духовно-нравственных и религиозных аспектов ГТ (Гостев, 2017). В русле этой тематики поднимаются проблемы, от которых психологическая наука нередко дистанцируется. Например, это учет религиозно-мистического и метаисторического факторов в ГТ (Гостев, Кольцова, 2017). И надо признать, что глобальная перестройка человечества – это во многом религиозный проект (Гостев, 2018), а потому, в частности, необходимо изучение влияния на происходящее в мире и будущее человечества образов эсхатологического содержания.

ВМД ГИПП в своей междисциплинарной целостности позволяет: а) точнее и глубже осознать и формулировать запрос к психологической науке в изучении ГТ; б) привлечь внимание психологов-профессионалов к широкому спектру феноменологии ГТ, в должной мере не рефлекслируемой современной психологией; в) расширить ее предметное поле в осмыслении кардинальных изменений человеческого бытия; г) задать дополнительные контексты психологических исследований ГТ, ориентирующие их на максимально возможную адекватность происходящему в мире, на учет содержания фальсификации истории и трудностей социальной антиципации.

Отметим также, что ВМД ГИПП способствует развитию макропсихологического подхода (Макропсихология современного..., 2009), помогая раскрывать и внутриспсихологическую междисциплинарность, поскольку знание из гуманитарных наук часто подразумевает опору на «союзы» различных психологических направлений.

Подчеркнем, что раскрытие ВМД ГИПП важно, в частности, потому, что психологические исследования ГТ могут делаться по политическому заказу, исходить из конъюнктурных интересов самих исследователей, быть артефактами статистической обработки или «формальной наукометрии», не связанными с контекстами (например, идеолого-мировоззренческими) осмысления ГТ. ГИПП при изучении информации по своим внешнемеждисциплинарным каналам и анализе общего и частного в позициях ее носителей (совпадения и разночтения) ориентирована на сопоставление с научно-психологическим знанием, идущим из внутриспсихологической междисциплинарности.

Одна из проблем ВМД в изучении ГТ связана с тем, что используемые непсихологические термины могут нести в себе «концептуальные следы» своего источника (от понятийно-терминологического аппарата конкретной гуманитарной науки) или быть метафоричными.

Такие термины, тем не менее, рассматриваются как ресурс развития ГИПП – через расширение ее предметного поля, например, гипотетическими конструктами (в дальнейшем термины будут определяться более строго).

Изучение ВМД ГИПП позволяет выделять актуальные психологические проблемы исследования ГТ. Дадим несколько иллюстраций. Например, это временные аспекты психологической проблематики ГТ. В частности, отнесем к ним изучение «исторического времени» и «образа будущего» в этом контексте. Известный политолог и историк А. И. Фурсов подчеркивает (мы обобщаем его научные работы и выступления в масс-медиа) важное положение для осмысления социально-политической антиципации: ее адекватность зависит от продолжительности существования объекта прогнозирования. Начало, середина, завершение пути социальной системы дают различные возможности антиципации. Поэтому с точки зрения психологии образной сферы интересен термин «аналитическое воображение», опирающееся на учет субъектом социального прогнозирования не только имеющихся социально-политических и экономических трендов и особенностей исторического пути объекта прогнозирования, но и интуиции (Гостев, 2017). На этой основе А. И. Фурсовым аргументированно прогнозируется появление «нового тёмновековья» (раскрывается психоисторическое содержание «Манифеста Шваба и Ко»).

Высокопроблемный образ мира будущего для ГИПП ценен тем, что он исключает идеалистические, иллюзорные представления о ГТ. Важной гранью изучения регулятивного потенциала образа будущего выступает осмысление роли социальных утопий/антиутопий, задающих «коридор» прогнозирования и социально-политической проектной деятельности в интересах акторов ГТ. Поэтому образ будущего предполагает учет представлений людей о месте национальных государств в условиях нового мирового порядка.

Изучение образа будущего связано с отражением политического устройства общества. В частности, это отражение деформации в демократических институтах. Для ГИПП актуален вопрос, насколько то, что считается в мире демократией, справляется с вызовами ГТ и не является «маской» для весьма недемократических проектов глобальной элиты (о чем, например, говорили Хантингтон, Круазье, Катунани еще в 1970-е годы).

В образах будущего много внимания уделяется «глобальной цифровизации» и искусственному интеллекту. ВМД ГИПП ориентирована на сопоставление связанных с ними опасностей с тем, как они видятся психологической наукой.



Осмысление религиозно-метаисторических аспектов геополитической антиципации предполагает изучение представлений о предназначении исторического субъекта. Интересно изучение отношения людей к многочисленным пророчествам (светским и религиозным) о роли России в будущем человечества.

Следующая важная иллюстрация – представления об «историческом времени» (Харитоновна, 2023) в его «цикличности», «фазовости», «волнообразности». Цикличность исторических кризисов, например, А. И. Фурсов показывает через русскую смуту конца XVI–начала XVII вв. Он также подчеркивает значение особых бифуркационных точек «политического времени» – поворотных пунктов истории, «трансформационных событий», создающих долгоиграющие проблемы (Перл Харбор; 11 сентября 2001 г. и пр.). Интересны «каскадные события», которые суть единое целое (например, две мировые войны XX в.). Метафора «волны исторического времени» говорит о том, что совокупность событий облегчает достижение субъектом истории своих целей.

Понимание исторического времени углубляется при рассмотрении его а) длительности (хронос), повторяемости (циклос) и качественности (кайрос). В связи с последней характеристикой следует выделять благоприятные периоды судьбы исторического субъекта и фазы деструкции, например, в связи с переходом между фазами (политолог и историк Сергей Переслегин, например, вводит термин «межфазовый переход»).

Рассматривая «историческое время», ВМД ГИПП не боится приглядываться (с осторожностью) к «ненаучным» подходам к данной проблематике – нумерологии, астрологии, которые, как известно, используются и в геополитических проектах, и в деятельности спецслужб.

Аспектом изучения исторического сознания выступают представления о национально-культурных кодах/матрицах и, соответственно, о национально-культурных особенностях субъектов исторического процесса. ГИПП подчеркивает актуальность изучения динамики трансформации многомерной идентичности человека, представлений о цивилизационных различиях относительно процессов ГТ. В этом плане интересны идеи Сергея Переслегина о культурных кодах исторического субъекта (страны, нации, социальной общности). Культурные коды, формируясь на основе географии, языка, истории и других факторов, определяют национально-культурную, государственную и иную идентичность, состояние и поведение исторического субъекта, особенно в критических ситуациях. Культурные коды от-

ражают социальные стереотипы, локальные архетипы, образы исторической памяти.

ВМД ГИПП осмысляет и пространственно-психологические аспекты ГТ, которые связаны прежде всего с главной геополитической дихотомией – государства «моря» и «суши», т. е. «евроатлантизм» в динамике развития и «евразийство» в различных формах. Одна из таких форм – особая «имперскость исторической России», требующая своего осмысления с позиций ГИПП.

К пространственности геополитических образов относятся также а) «серые зоны», в которых власть принадлежит племенам, кланам, криминалу (А. И. Фурсов хорошо описывает это); б) геополитические союзы; в) динамика «картографии» многополярного мира в его борьбе с однополярным миром во главе с США; г) территориальные претензии; д) отражение естественных границ «цивилизационных миров» в политическом сознании людей; е) современные миграционные процессы.

Особая тема в ВМД ГИПП – пространственные характеристики структуры и функционирования акторов ГТ в плане взаимодействия публичных и непубличных институтов национальной и наднациональной власти (Гостев, 2023). Речь идет об изучении роли субъектов глобального проектирования (социально-политического, экономического и идеологического) в его внутригосударственных, макрорегиональных, локально-цивилизационных проекциях.

Информационный и энергетический аспекты ВМД ГИПП раскрываются, соответственно, тематикой информационно-психологических войн (Гостев, 2017, 2023) и динамической «картографией центров силы», способных влиять на борьбу полярностей глобального социума.

Знакомство с созданием ГИПП будет отражаться в будущих публикациях автора статьи.

### Литература

- Головей Л. А., Журавлев А. Л., Тарабрина Н. В.* Б. Г. Ананьев и междисциплинарные исследования в психологии (к 110-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 5. С. 108–117.
- Гостев А. А.* Глобальная психоманипуляция: психологические и духовно-нравственные аспекты. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Гостев А. А.* Психологические и духовно-нравственные проблемы современного человека: риски–угрозы–вызовы // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 4 (20). С. 35–66.

- Гостев А. А.* Теоретико-методологические проблемы изучения информационно-психологических войн: аксиологические аспекты // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2023. Т. 8. № 3 (31). С. 6–35.
- Гостев А. А., Кольцова В. А.* Метаисторические аспекты исторической психологии: новые грани в изучении менталитета // *Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. С. 194–204.
- Журавлев А. Л.* Глобальная психология и глобалистика: попытка науковедческого анализа // *Трансформация парадигмы права в цивилизационном развитии человечества. Доклады членов РАН / Под общ. ред. А. Н. Савенкова*. М.: Ин-т гос-ва и права РАН, 2019. С. 214–236.
- Журавлев А. Л., Соснин В. А., Китова Д. А., Ковалева Ю. В., Смирнов А. А.* Психологические факторы развития геополитических отношений: субъекты, механизмы, тенденции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
- Макропсихология современного российского общества / Отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.
- Нестик Т. А., Журавлев А. Л.* Психология глобальных рисков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Харитонова Е. В.* Понятие «историческое время» в исторической психологии // *История, современность и перспективы развития психологии в системе РАН: Материалы Международной юбилейной конференции, посвященной 50-летию Института психологии РАН*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. С. 178–179.

## **Структурная модель самопонимания личной и социальной идентичности человека на примере Кыргызстана**

*М. Камчыбеков\**, *Ч. С. Усунова\*\**

\* Кыргызский национальный университет имени Ж. Баласагына,  
Институт социально-гуманитарных наук, Бишкек, Киргизия

\*\* Кыргызская государственная медицинская академия имени  
И. К. Ахунбаева, Бишкек, Киргизия

Данная статья посвящена анализу влияния различных социальных групп и институтов на становление личной и социальной идентичности человека в современном кыргызском обществе. В работе также описывается

процесс самопонимания личности через изучение различных слоев общества, а также представлены результаты психологического исследования культурной и семейной социализации. В исследовании проводился опрос взрослых, включая поколение молодых людей, которые родились уже после распада Советского Союза и приобретения Кыргызстаном независимости. Изучались временной, культурный и семейный аспекты социализации, которые, безусловно, важны для раскрытия темы самопонимания.

*Ключевые слова:* социализация, самопонимание, самосознание, саморефлексия, самоопределение, самопознание, идентичность.

В XXI в., в эпоху глобализации и многообразия культур, современный мир столкнулся с феноменом, названным учеными «этническим парадоксом современности», который ярко проявляется в «сочетании несочетаемого»: в сосуществовании глобализационных процессов одновременно с повышенным вниманием и интересом к национальным обычаям и традициям этнической общности, что проявляется в усилении этнических чувств, повышении интереса к национальной истории и культуре, усилении значимости этнических различий в языке, религии, нормах, ценностях, обычаях, традициях, стереотипах, национальных символах, способах мышления и поведения людей.

При этом большинство сформированных в прошлом идеологий настаивали на том, что межэтнические противоречия должны уйти в прошлое под влиянием интернационализации экономики и культуры. Например, в контексте нашей работы такой идеологией являлась политика СССР по отношению к Кыргызской республике, когда подавлялось любое проявление интереса к национальным обычаям и традициям этнической общности кыргызов. Здесь хотелось бы сразу отметить идеологический контекст постепенного сокращения автономности Кыргызстана, что четко прослеживается в изменении названия Республики по национально-территориальному размежеванию советских республик Средней Азии: 14 октября 1924 г. сначала была образована Кара-Киргизская АО (с 25 мая 1925 г. переименована в Киргизскую АО) – автономная область в составе РСФСР, которая 1 февраля 1926 г. была преобразована в Киргизскую АССР, а 5 декабря 1936 г. – в Киргизскую Советскую Социалистическую Республику, просуществовавшую до 31 августа 1991 г. Следуя истории, можно отметить, что уже в 1864 г. царская Россия приступила к подчинению западно-туркестанских территорий, которое было завершено к 1876 г. (всего под властью России исторически Кыргызстан находился с 1864 по 1991 г., практически сто тридцать лет, по сравнению с тридцатью годами независимости в настоящее время). Но обратный процесс,

безусловно, также был в Кыргызстане неизбежен – происходило нарастание противоречий и конфликтов, волн суверенизации этнонациональных групп.

Анализируя такие конфликты, следует отметить, что угроза разрушения привычного образа жизни, материальной и духовной культуры вызывает противодействие со стороны этнической общности или ее отдельного представителя, так как отказ от привычных ценностей порождает у него чувство второсортности. Этническая группа или отдельный представитель этноса может чувствовать себя дискриминированным по духовным показателям (притесняют религию, ограничивают возможности использования языка, не уважают обычаи и традиции), что с большой вероятностью может стать (и становится) причиной как этнических конфликтов, так и проблем религиозности, этнонациональной идентичности, самоотчужденности, самоидентичности, саморефлексии, самопонимания. Это приводит в свою очередь к распространению националистической идеологии, ксенофобии, интолерантности и экстремизма в отношении «чужих этнических групп».

К сожалению, волны подобных конфликтов и противоречий на национальной почве только усугубляются на данный момент, как внутри относительно молодых суверенных государств, так порой и между бывшими союзными республиками.

В этой связи особую актуальность приобретает проблема развития самопонимания современным человеком своей личной и социальной идентичности: с одной стороны, повышается значимость ценностно-смыслового аспекта своей жизни, саморефлексии, самоидентичности, своих мотивов, целей, действий, Я-концепции, религиозного и политического поведения, с другой – формируются толерантность, симпатия к чужим группам, взаимопонимание между разными народами, проживающими как в одной стране, так и за ее пределами.

Важнейшим пережитком советской национальной политики являются границы государств-правопреемников Казахстана, Туркменистана, Кыргызстана, Узбекистана и Таджикистана. Тот факт, что большинство жителей Центральной Азии считают, что они принадлежат к одному из этих этнонимизированных национальных государств и не ссылаются на Хиву, Бухару или Туркестан, показывает, в какой степени Советский Союз повлиял на идентичность этих групп людей (Schmidt, 2007, p. 214). Тем не менее, можно наблюдать и различия: в то время как узбеки и таджики связывают свое этническое происхождение с принадлежностью территории, на которой они традиционно проживают, кыргызы и казахи все чаще идентифи-

цируют себя через принадлежность к определенной генеалогической группе (Finke, 2013, p. 133).

В целом, практически не используется возможность описать этнические группы таким образом, чтобы отразить их суть – представить и рассмотреть их как социальные конструкты или концепты: гораздо более распространены изучение «генетической» родословной (Marat, 2008a, p. 13) и выделение этнических различий (Palmer, 2007, p. 646).

В зависимости от источника информации, на территории Кыргызской Республики проживает не менее восьмидесяти (ibid., p. 649), более девяноста (Schmidt, 2007, p. 214) или даже более ста (Dögre, 2014, s. 96) различных этнических групп. Ее демографический состав значительно изменился с момента обретения независимости. В 1989 г. только 52,4% населения были этническими кыргызами, а русские (21,5%), узбеки (12,9%) и украинцы (2,5%) были наибольшими по численности другими этническими группами (Tabyshalieva, 2005, p. 280). По статистике за 2016 г. ситуация выглядит совсем иначе: 72,96% населения определили себя кыргызами.

В данной работе было проведено исследование особенностей самопонимания личной и социальной идентичности у кыргызов. Мы придерживаемся следующего представления о структурных компонентах самопонимания личной идентичности: Я-рефлексивное (самовнимание, самокритика, стиль идентичности), Я-реальное (самооценивание, Я-концепция, контроль убеждений), Я-действующее (политическое поведение и религиозное поведение) и Я-идеальное (общие ценности и ценность работы).

Структурные компоненты самопонимания социальной идентичности мы разделили по основанию отношения к своим группам – «идентификация с местом, страной и др.», «национальная гордость», «отношение к своей нации» и «отношение к ЕАЭС», а также к чужим – «симпатия к другим странам», «толерантность», «ксенофобия/ксенофилия».

Перейдем к результатам проведенного исследования. Исходя из отсутствия значимых различий между экспериментальной (титульный этнос Кыргызстана) и контрольной группой (группа представлена узбеками, русскими и казахами, проживающими в Кыргызстане) по показателям социально-демографического статуса (пол, возраст, образование, семейное и социальное положение, вероисповедание, доход семьи) и места проживания респондентов, обратимся к анализу результатов диагностики самопонимания личной и социальной идентичности по опроснику ОЛСИ и сравним полученные результаты

по U-критерию Манна–Уитни – статистическому критерию для независимых выборок.

Сначала сравним по этому критерию результаты диагностики по опроснику ОЛСИ самопонимания личной и социальной идентичности экспериментальную группу (ЭГ) и контрольную группу (КГ). Были выявлены следующие результаты: для ЭГ ( $n = 315$ ) получено значение  $U_{кр} = 22110$  при  $p \leq 0,05$ , а для КГ ( $n = 157$ ) –  $U_{кр} = 21051$  при  $p \leq 0,01$ .

Исходя из полученных данных, можно сформулировать две гипотезы: 1) различия между экспериментальной и контрольной группой случайны, и, следовательно, данные группы не различаются между собой по показателям самопонимания личной и социальной идентичности; 2) различия в результатах не случайны, и, следовательно, данные группы различаются между собой по показателям самопонимания личной и социальной идентичности.

Подводя итог проведенному нами исследованию, можно рассмотреть самопонимание, самоидентичность, самосознание, самость как процессуальные характеристики, а Я-идентичность, Я-концепцию и Я-образ – как результат этих процессов. При этом отметим снова, что это условное деление, необходимое нам для построения модели самопонимания Я-идентичности как процесса и результата нахождения баланса между личной и социальной идентичностями человека (Камчыбек, 2023).

Одним из основных положений исследования психологической идентичности является то, что личность человека не может быть реконструирована исключительно на основании описания его личностных качеств, а предполагает выявление его принадлежности к социальным группам.

Кыргызстан выступает в качестве действующего субъекта в международном пространстве, который конкурирует или сотрудничает с другими субъектами. Во всех категориях предпринимаются попытки обратиться к историческим событиям как можно глубже, чтобы обосновать кыргызское наследие на современной территории. Сегодня можно представить «настоящий» Кыргызстан с помощью семи принципов эпоса «Манас»:

- единство и солидарность нации;
- международная гармония, дружба и сотрудничество;
- национальное достоинство и патриотизм;
- процветание и благополучие благодаря кропотливому и неустанному труду;

- гуманизм, щедрость, терпимость;
- гармония с природой;
- укрепление и защита кыргызской государственности (Marat, 2008b, p. 35).

Эти семь правил кажутся настолько сильными в коллективной памяти, что возникает картина, в точности соответствующая этим семи принципам.

Различные правительства Кыргызстана с момента обретения независимости в 1991 г. создали очень сильные «национальные» нарративы, которые во многом повторяются гражданами Кыргызстана снова и снова и не подвергаются сомнению.

В целом наш анализ позволяет говорить, что суверенный Кыргызстан с момента обретения своей независимости в 1991 г. стремится создать свои национальные программы, нацеленные на развитие этнической самоидентичности кыргызского народа. Наше исследование позволяет уточнить и дополнить эту работу новым эмпирическим содержанием. В контексте разработанного нами подхода самопонимание личности и социальная идентичность рассматриваются через развитие личностно-социальной сбалансированности. Такой подход позволяет нам выйти за рамки только этнического самопонимания и перейти на новый уровень формирования Я-идентичности человека в условиях глобализации мира, но при этом совершенствуя свои этнокультурные традиции с учетом условий страны проживания.

Полученные нами в работе эмпирические данные подтверждают, что проживание в этнокультурных условиях суверенного Кыргызстана оказывает сходное влияние на развитие самопонимания личной и социальной идентичности как у кыргызов, представителей титульного этноса, так и у других этнических групп, проживающих в современном Кыргызстане. При этом позитивная установка в отношении чужих групп играет центральную роль в формировании Я-идентичности. Но при этом Я-реальное (контроль убеждений) и установки (ксенофилия/ксенофобия) в отношении чужих групп играют более значимую роль в формировании Я-идентичности у представителей других национальных групп населения, по сравнению с представителями титульного этноса.

В целом Кыргызстан относится к развивающимся странам, поэтому именно глобальная идентичность будет, скорее всего, играть роль социального капитала и способствовать позитивному развитию Я-идентичности кыргызского общества. При этом самоуважение, выявленное как одна из основных ценностей Я-идеального и как пока-



затель позитивной личной идентичности кыргызов, позволит сохранить свой этнонациональный капитал и испытывать чувство гордости своей нацией, страной, культурой (Камчыбек, 2022).

### Литература

- Камчыбек М.* Самопонимание личной и социальной идентичности кыргызов в зависимости от социально-демографического статуса // *Alatoo Academic Studies*. 2022. № 2. P. 288–296.
- Камчыбек М.* Самопонимание личной и социальной идентичности в суверенном Кыргызстане 21 века. Бишкек, 2023.
- Dörre A.* Naturressourcennutzung im Kontext struktureller Unsicherheiten: eine politische Ökologie der Weideländer Kirgisistans in Zeiten gesellschaftlicher Umbrüche, Stuttgart: Franz Steiner Verlag, 2014.
- Finke P., Sander R., Zanca R.* Mobility and identity in Central Asia: an introduction // *Zeitschrift für Ethnologie*. 2013. B. 138. H. 2. P. 129–137.
- Marat E.* Imagined past, uncertain future: the creation of national ideologies in Kyrgyzstan and Tajikistan // *Problems of Post-Communism*. 2008a. № 55. P. 12–24.
- Marat E.* National ideology and statebuilding in Kyrgyzstan and Tajikistan. Washington, D. C.: The Central Asia-Caucasus Institute, 2008b.
- Palmer N.* Ethnic equality, national identity and selective cultural representation in tourism promotion: Kyrgyzstan, Central Asia // *Journal of Sustainable Tourism*. 2007. V. 15. P. 645–662.
- Schmidt M.* Die Erfindung Kirgistans und der unvollendete Prozess der Nationenbildung // *Europa Regional*. 2007. V. 15 (4). P. 209–223.
- Tabyshalieva A.* Towards the contemporary period: from the mid-nineteenth to the end of the twentieth century. Paris: UNESCO, 2005.

## Учение Нила Сорского: сила непреложных истин

*О. В. Клыпа*

Петрозаводский государственный университет, Петрозаводск

Воззрения Нила Сорского, мыслителя XV в., о совершенствовании личности человека, его способности к преодолению деформаций своего развития, умении противостоять навязываемым социумом негативным ценностям, должны вызвать исследовательский интерес у современных психологов. В статье представлен психологический анализ греховных помыслов и страстей, осуществленный русским средневековым мыслителем.

лем, предложившим способы борьбы с ними. Суждения Нила Сорского, основанные на нравственно-аскетических принципах, при всем своем исключительно монашеском содержании имеют психологическую направленность. Они в определенном смысле предвосхитили современные отечественные теории личности.

*Ключевые слова:* история психологии, Нил Сорский, исихия, «умное делание», греховные страсти, борьба со страстями, самосовершенствование.

В год столетнего юбилея Л. И. Анцыферовой, для которой проблема развития и совершенствования личности являлась одной из приоритетных, учение Нила Сорского, принадлежащего к разряду великих отцов древней отечественной Русской Церкви, представляется весьма интересным. Возьму на себя смелость и ответственность соотнести подходы к пониманию личности в работах Людмилы Ивановны, основанные на вере в творческий потенциал человека, в его способность к преодолению деструктивных явлений, с основными нравственно-аскетическими идеями русского средневекового мыслителя.

В своих работах Л. И. Анцыферова неоднократно указывала на важность и возможность личности справляться с жизненными трудными обстоятельствами. В трудах Нила Сорского проявляется тонкий психологический взгляд, которым он исследует явления внутренней жизни: объясняет, как формируются человеческие пороки (греховные страсти) и как преодолевать их.

Изучение жизненного пути и литературного творчества Нила Сорского (Алексеев, 1998; Архангельский, 1882; Романенко, 2003, 2021; Прохоров, 2008) дает возможность понять, что его сложившиеся религиозно-психологические представления напрямую связаны с особенностями его жизни, его бытия.

Нил Сорский, в миру Николай Федорович Майков (1433–1508), жил в период, когда православная вера была единственной точкой опоры русского человека, когда на Руси, благодаря активным контактам с Византией, распространялось учение исихазма, основанного на практике «умного делания» как сложного процесса восхождения человека по ступеням самосовершенствования. Главными книжными источниками для Руси того времени были Афон, Константинополь, Болгария и Сербия, где осуществлялись перевод богослужебных сочинений на славянский язык, переписывание этих текстов и распространение их в русских монастырях (Архангельский, 1882; Лихачев, 1946; и др.). Исихазм как религиозная практика был перенят русски-

ми монахами и нашел отражение в русских письменных источниках и иконописи в XIV–XVI вв.

Детство и отрочество Николая Майкова прошли в Москве на территории Кремля, в окружении храмов, расписанных Феофаном Греком, Андреем Рублевым, искусство которых не могло не оставить глубокий след в его душе. Воспитанный в семье московских дьяков, он рано приобщился к книжному чтению. Прежде всего это были книги Нового Завета, жития и поучения святых, Псалтырь, в которых, как полагали в то время, можно было найти ответы на экзистенциальные вопросы: в чем смысл жизни, как жить, осознавая бренность человеческого существа, что такое сострадание и т. п.

В середине 1450-х годов Николай Майков принял постриг в Успенском Кирилло-Белозерском монастыре в честь святого IV–V вв. Нила Синайского (Нила Постника) — отшельника, автора аскетических сочинений, ученика святого Иоанна Златоуста. С его сочинениями Нил Сорский познакомился в библиотеке Кирилло-Белозерского монастыря, которая считалась одной из самых богатых в средневековой Руси — центром хранилища духовных знаний, где были собраны уникальные книги, переписанные в монастырях Константинополя и Афона.

Сочинение Нила Синайского (Нила Постника), посвященное проблеме человеческих страстей и борьбе с ними (в славянской версии называется «О восьми духах лукавства»), является призывом к духовной борьбе человека с искушениями, грешными помыслами посредством контроля за своими мыслями и действиями, через состояние непрестанного внимания, тщательной бдительности к тончайшим движениям души. Святой говорил, что надо научиться вести внутреннюю борьбу и понимать, как помыслы зарождаются и проявляются в уме человека. Полагаю, что судьба древнего святого, в честь которого Нил Сорский принял постриг, определила его собственный жизненный сценарий: он стал последователем, проводником убеждений Нила Синайского. В главном сочинении Нила Сорского «О мысленном делании» (в исторической литературе чаще называют Уставом) также говорится о превосходстве внутреннего делания над внешним, о внутренней борьбе с греховными помыслами и страстями.

Решающее влияние на мировоззрение Нила Сорского оказало путешествие на Афон, в Константинополь и в Палестину (примерно между 1475—1485 гг.), где он получил возможность изучить не только в славянских переводах, но и в подлинниках самые распространенные в греческих монастырях сочинения признанных богословов — Василия Великого, Иоанна Златоуста, Нила Синайского, Иоанна Лествичника, Максима Исповедника, Симеона Благоговейного, Симеона

Нового Богослова и др. В их трудах он находил разъяснения об исихии («умной молитве», «безмолвии», «хранении ума») как о практике очищения человека от греховных помыслов и страстей, исправления «кривизны и угловатости» души. На Афоне Нил Сорский познакомился с правилами афонских монастырей и впоследствии повторил их в Уставе своего скита. Главные принципы жизни в ските — принципы нестяжания (не иметь излишнего, беспристрастно относиться к своим вещам) и безмолвия — он считал необходимыми условиями победы в духовной борьбе.

Л. И. Анцыферова неоднократно подчеркивала: уникальность человеческого существования в том, что «человек не просто живет, увлекаемый заключенными в нем силами, но и прилагает усилия, чтобы выстроить свою жизнь. Он способен относиться, занять оценочную позицию к жизни вообще и к своей в особенности. Он способен распоряжаться ею» (Анцыферова, 2006, с. 252), при этом «личность существует в процессе постоянного несовпадения с собой, в процессе выхода за свои пределы» (там же, с. 39), «преобразование потенциального в актуальное, в действительное — важный этап в процессе развития личности... В психологическом плане устойчивыми характеристиками личности, ее „формой“ могут быть сознательно-волевые установки, жизненные планы, позиции по отношению к себе и миру» (там же, с. 72), а источником психологического знания является «глубокая рефлексия личности над собой, своим внутренним миром и собственной жизнью» (там же, с. 498).

Позиция Л. И. Анцыферовой в определенной степени созвучна с аскетическими традициями православия, в частности, с учением Нила Сорского. Так, в сочинении «Послание великого старца пустычника к брату, вопросившего его о помыслах» Нил Сорский подчеркивал, что материальные блага привязывают душу к миру, делают невозможной борьбу с помыслами, становятся поводом к раздорам и спорам, развивают страсти сребролюбия, гордости, тщеславия, но к концу земного бытия слава, честь и богатство «как сень мимо проходят и как дым исчезают». Одни люди осознают пагубность жизни, проведенной в заботах о приобретении мирских благ, в их душе есть желание вести борьбу со страстями, но они не находят в себе сил избежать их коварства. Другие — не чувствуют «злосмрадной» сущности мира, думают только о своем телесном покое, о стяжании богатств. Нил Сорский призывал людей к внутреннему самосовершенствованию на основе работы над собственными помыслами — к борьбе со страстями.

Состояние внутреннего равновесия Нил Сорский ценил выше всех благ, оно было залогом всякого духовного делания. Призы-

вал к смирению, избавлению от осуждения, укорения, самоchinства, т. е. своеволия, поскольку это опустошает душу; самоchinство и гордость рассматривал как виды тяжелых грехов. В «Послании великого старца пустынника к брату, вопросившему его в помыслах» призывал внимательно относиться к своей манере вести беседу, дабы не обидеть никого: «Если придется тебе произносить слово, задавать вопрос или отвечать кому-либо, делай это благочестиво и доброжелательно, с любовью духовной и с истинным смирением, без лености и не обижая брата. Имей общение с благоговейными отцами, но лишь в надлежащее время и в меру. Творящих же иное избегай». В труде «Предание старца Нила пустынника своим ученикам» (полное его название: «О жительстве скитском от святого отца постника и отшельника старца Нила предание от божественных писаний ко присным ему ученикам единокровным») писал: «Воздвигая совесть к лучшему».

«Умное делание» («трезвение») Нил Сорский рассматривал как состояние «непрекращающейся кропотливой бдительности», как внимание к тончайшим движениям души до того, как разум сумел оценить опасность. Главное, как подчеркивал первооснователь скитского жития на Руси (Нило-Сорская пустынь), — это постоянно наблюдать, чтобы дурная мысль не проникла в сознание. При первом «нападении зла» необходимо немедленно его отразить, чтобы сохранить чистоту ума. Если проявить беспечность и уступить «безобидному удовольствию», оно может стать привычкой и перерасти в страсть.

В самом важном и наиболее объемном сочинении «Устав преподобного Нила Сорского» (его полное название «Монастырский устав в 11 главах») Нил Сорский отмечает важность и необходимость «мысленного делания, сердечного и умного хранения», т. е. внутреннего духовного самосовершенствования, и указывает на способы, которые могут помочь человеку в этом процессе. Автор сочинения дает психологический анализ страстей человеческой души:

- 1) указывает этапы развития страсти — «прилог» (первичный зародыш, простое впечатление, первый образ какого-либо предмета, всякая невольная, мимолетная мысль, не зависящая от человека), «сочетание» (удержание собственной волей этой мысли или чувства, интерес к ней, наблюдается проявление зачатка воли), «сложение» (постепенное усиление этой мысли или чувства, «врастание в сердце», начало страстного влечения, человек внутренне готов им следовать), «пленение» (укоренение, человек следует своим мыслям и желаниям, находится в возбуждении, теряет самообладание). На современном языке эти этапы можно

обозначить как восприятие—фиксация—адаптация—принятие. Следует особо отметить, что на этапах «сочетания» и «сложения», которые можно определить как борьбу мотивов, человек или противится возникающим желаниям, или почти готов последовать им. Долго находясь в душе человека, подчеркивает Нил Сорский, страсть входит в его характер, «во нрав» его, делается ему родной, всецело завладевает им;

- 2) анализирует восемь греховных помыслов и страстей (чревообъядение, блуд, сребролюбие, гнев, печаль, уныние, тщеславие, гордость), от которых появляются и развиваются все остальные, и для каждой из этих страстей предлагает свой способ борьбы;
- 3) дает советы, как подавлять и уничтожать страсть в различных ее фазах. Страсть нужно захватывать на первых этапах, в самом зародыше, иначе с ней будет трудно бороться. Необходимо противопоставлять каждому пороку добродетель. Истинное спокойствие наступает тогда, когда не только действия страстей, но и воспоминания о них не задерживаются в уме. Нил Сорский указывал на особую, духовную, «умную» молитву как средство борьбы со страстью, она выше обычной внешней молитвы, суть ее — внутреннее сосредоточение, углубление в себя. Важным условием борьбы со страстями является желание самого человека, его твердость — не унывать, не плыть по течению. Могущественным средством борьбы со всеми страстями души должна служить непрестанная память о конечности земной жизни — смертном часе. Эффективным средством против всех страстей души в представлении Нила Сорского являются «благодатные слезы» — слезы покаяния, слезы, очищающие мрак человеческого ума.

Сочинения Нила Сорского при всем своем исключительно монашеском содержании имеют психологическую направленность: проникновение в глубь человеческой души, изучение «страстной пленности», различных фаз психического состояния. Его сочинения интересовали не только монахов, они были предметом чтения грамотных людей того времени, поскольку духовное, религиозно-нравственное развитие было единственным способом общего умственного развития в средневековой Руси. Да и сегодня сочинения Нила Сорского по своему направлению и лежащим в основе их идеям являются весьма актуальными. Активность субъекта, постоянное движение, преобразование, изменение, рост и развитие душевной и духовной жизни человека — эти проблемы волновали как мыслителей прошлого, так и психологов нашего времени, в частности, Л. И. Анцыферову, автора динамического подхода к психологическому изучению личности.

## Литература

- Алексеев Ю. Г.* У кормила Российского государства: Очерк развития аппарата управления XIV–XV вв. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 1998.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Архангельский А. С.* Нил Сорский и Вассиан Патрикеев: их литературные труды и идеи в Древней Руси. Историко-литературный очерк. СПб.: Тип. И. Вошинского, 1882.
- Лихачев Д. С.* Культура Руси эпохи образования русского национального государства (конец XIV–начало XVI в.). Л.: ОГИЗ–Госполитиздат, 1946.
- Послания преподобного Нила Сорского. Послание великого старца пустынноика к брату, вопросившему его в помыслах. URL: <https://stnil.parod.ru/posl121.htm> (дата обращения: 12.12.2023).
- Предание старца Нила пустынноика своим ученикам. URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Nil\\_Sorskij/predanie-startsa-nila-pustynnika-svoim-uchenikam](https://azbyka.ru/otechnik/Nil_Sorskij/predanie-startsa-nila-pustynnika-svoim-uchenikam) (дата обращения: 12.12.2023).
- Преподобные Нил Сорский и Иннокентий Комельский. Сочинения / Изд. подгот. Г. М. Прохоров. СПб.: Изд-во Олега Абышко, 2008.
- Преподобный Нил Сорский. Нравственно-аскетические труды. Собрание сочинений. URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Nil\\_Sorskij](https://azbyka.ru/otechnik/Nil_Sorskij) (дата обращения: 12.01.2024).
- Романенко Е. В.* Нил Сорский и традиции русского монашества. М.: Памятники исторической мысли, 2003.
- Романенко Е. В.* Нил Сорский. М.: Молодая гвардия, 2021.
- Устав преподобного Нила Сорского. URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Nil\\_Sorskij/ustav-prepodobnogo-nila-sorskogo](https://azbyka.ru/otechnik/Nil_Sorskij/ustav-prepodobnogo-nila-sorskogo) (дата обращения: 10.01.2024).

## О специфичности российской научной традиции в работах Л. И. Анцыферовой

*И. А. Мироненко*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Работы Л. И. Анцыферовой развивают субъектно-деятельностный подход, специфичный для российской традиции в психологии. Эта специфичность, в основе которой лежит постановка антропологической проблемы, отличная от доминирующей в западноцентрическом мейнстриме второй половины XX в., обуславливает существенные отличия российской психологической традиции от западноцентрического мейнстрима.

Эта специфичность рассматривается в докладе как потенциал развития российской психологии и ее полноценной интеграции в мировую науку на текущем этапе существенных изменений в последней. Показана востребованность новых идей в контексте актуальных дискуссий в мировой науке. Показано, что идеи Л. И. Анцыферовой, сформулированные еще в 1960-х годах, открывают перспективы новой постановки актуальных проблем, обсуждаемых в мировом дискурсе, в области как психологии личности, так и когнитивных процессов.

*Ключевые слова:* история психологии, российская психология, Л. И. Анцыферова, субъектно-деятельностный подход, антропологическая проблема психологии, ситуационный подход к личности, целеполагание.

Российская психология изначально была и остается частью мировой науки, однако, в силу известной односторонней изоляции в советский период, интегрированность российской традиции остается проблемой, решение которой лежит на нашем психологическом сообществе. Усиленная интеграция российской психологии в мировую науку в постсоветский период была очевидно односторонней. Массированное, в десятки и сотни раз за короткое время, расширение психологического сообщества прежде всего за счет психологического образования и практики, происходило в форме превращения российской психологии в «развивающуюся провинцию» мирового мейнстрима, на основе усвоения переводных учебников, что породило в развитии российской науки ряд теоретико-методологических противоречий, не до конца отрефлектированных профессиональным сообществом.

В настоящее время, при том, что со страниц российских публикаций не сходит понятие субъектно-деятельностного подхода и имя С. Л. Рубинштейна, широко распространены ориентации на западно-центрический мейнстрим, при этом различия и противоречия между субъектно-деятельностным подходом и мейнстримом не обсуждаются, и более того – замалчиваются или прикрываются риторикой, целью которой – показать, что различия эти носят поверхностный или даже мнимый характер, а на самом деле субъектно-деятельностный подход вполне созвучен теориям мейнстрима, которым придается статус общающихся. Заметны усилия не видеть очевидных противоречий между субъектно-деятельностным подходом и основными теориями западной традиции второй половины XX в.

Между тем, такие противоречия очевидны, и, по моему убеждению, именно противоречия, идеи, альтернативные западноцентрическому мейнстриму, в нем же и представляют интерес, так как в настоящее время мировая наука переживает период принципиальных



изменений, смены парадигмы второй половины XX в. и поиска новых путей развития (Журавлев и др., 2018).

В свете субъектно-деятельностного подхода, мир, в котором существует человек, не противопоставлен ему как «объективная» реальность, предстоящая его сознанию. Сам человек находится внутри бытия, представляет собой часть бытия: «Человек находится внутри бытия, а не только бытие внешне его сознанию... Мир бытия, в котором мы находимся, – это его непосредственная данность, неотступность, очевидность, его неустранимость, со всех сторон нас объемлющая, его неотменяемость» (Рубинштейн, 2003, с. 288). Такая постановка антропологической проблемы обуславливает подход к исследованию личности, отличный от доминирующего в западнцентрическом мейнстриме второй половины XX века.

Показательно, что Л. И. Анцыферова, разрабатывая проблему личности, подчеркивала специфику субъектно-деятельностного подхода, его отличие от иных подходов (Воловикова, Харламенкова, 2017). Так, с большим интересом относясь к теории К. Левина, она критиковала эту теорию за то, что личность в теории поля оказывалась лишенной собственного содержания, описывалась преимущественно в терминах напряжения: «„Силы“, таким образом, существуют в психологическом окружении, а личность является лишь генератором напряжений... толкающих такую бессодержательную личность в разных направлениях по закону сложения векторов» (Анцыферова, 1960а, с. 153).

Для популярного сегодня в западнцентрическом мейнстриме ситуационного подхода к анализу личности (The Oxford handbook..., 2020; Ziegler et al., 2019) традиционной является постановка проблемы устойчивости/изменчивости личности в зависимости от ситуации. Имеется обширный опыт анализа зависимости постоянства/изменчивости личности от типа ситуации, включая так называемую силу ситуации, т. е. присущее ситуации в той или иной мере свойство диктовать личности жестко определенный тип поведения, и предложен ряд таксономий, где типы ситуаций характеризуются теми или иными параметрами (объективными, как пространство и время, реализуемыми в ситуации целями, субъективной значимостью).

Целевым ориентиром мейнстрима является формирование некоторого набора характеристик, в пространстве которых осуществляется таксономия – разделение ситуаций по типам, причем в идеале видится получение набора, который может стать единой рамкой для исследователей, каким для исследований личности стала «Большая пятерка». Едва ли не самой популярной в дискурсе является «Situational Eight DIAMONDS», или коротко – DIAMONDS (Rauthmann et al., 2014).

В этой таксономии каждая ситуация получает свою оценку по отношению к восьми параметрам: Duty (долг), Intellect (интеллект, необходимость использовать мыслительные способности), Adversity (бедствия, несчастья, угрозы), Mating (секс, взаимодействие с партнером), Positivity (позитивная, приятная), Negativity (негативная, неприятная), Deception (обман, мошенничество) и Sociality (общение). К популярным таксономиям относят также и SAAP (Brown et al., 2015), построенную в русле современной западной эволюционной психологии, в основе которой лежит предположение, что человек на протяжении всей своей истории и индивидуальной жизни решает определенные адаптационные проблемы, относительно которых и классифицируются ситуации. Такими основными проблемами выживания являются самозащита (защита тела от физического повреждения), избегание болезней (избегание больных людей и других рисков заболеть), аффилиация (взаимодействие и сотрудничество с другими), статус (уважение в сообществе), нахождение партнера, удержание партнера (включая обеспечение удовлетворенности партнера и поддержание позитивных отношений), забота о близких (детях и других родственниках).

Важной целевой ориентацией зарубежного дискурса является движение к созданию единой универсальной системы для описания восприятия людьми ситуаций. При этом ситуация рассматривается как восприятие и понимание субъектом заданной ему обстоятельствами реальности, как субъективный образ сложившихся обстоятельств, т. е. как отражение «внутренним» «внешнего», «внешним» задаваемое – как поле, в котором пребывает и действует личность (К. Левин). Жизненный контекст же понимается как состоящий из некоторого набора ситуаций, возникающих в разном пространстве и времени (на работе, дома, на спортивных соревнованиях), каждая из которых ставит перед индивидом те или иные задачи (выбор, избегание опасности, стресс) и т. д.

Является ли безальтернативным данный подход? В постнеклассическом мире и в русле постнеклассической эпистемологии, когда в потоке ускорившегося времени ситуации сливаются в единый поток реальности, перекрывают друг друга и наслаиваются друг на друга таким образом, что выделение какой-либо отдельной как целостной единицы анализа становится уже невозможным, на смену анализу личности в контексте отдельной ситуации приходит понимание контекста как единого целостного потока жизни субъекта, субъектом порождаемого и уже не делимого на отдельные ячейки-ситуации: «ребенок, перемещающийся из дома в школу и обратно, не переходит из одного контекста в другой, но изменяет свою позицию в единст-

ве и взаимодействии с динамичным и целостным контекстом своей жизни. Прерывание контекста означало бы конец жизни субъекта» (Valsiner, 2018, p. 6).

Не до конца осознанный психологами факт, однако, состоит еще и в том, что особенности личности в ситуации в существенной степени определяют не только восприятие реальности обстоятельств и те изменения в них, которые личность производит своим поведением. От особенностей личности зависят и сами обстоятельства, в которых оказывается личность. Люди различаются по тому, в каких типах ситуаций они оказываются, по частоте попадания в те или иные типы ситуаций, потому что личность не только действует в поле ситуации, но само это поле задается и порождается личностью как точка на ее жизненном пути. Поэтому «лабораторный» анализ поведения личности в условно заданной ситуации, где в зоне белого пятна находится место и значение ситуации в контексте целостного жизненного пути личности, позволяет судить разве что о темпераменте, об особенностях реагирования человека на какие-либо стимулы, но не о личности как субъекте изменения реальности, порождающем мир в процессе осуществления своего жизненного пути. Таким образом, становится очевидной невозможность рассматривать вопрос о личности в контексте ситуации без анализа самого этого контекста ситуаций, задаваемого личностью же.

В свете субъектно-деятельностного подхода общий целостный жизненный контекст ситуаций личности, напротив, предстает как объективация «внутреннего» во «внешнем», как непосредственное проявление личности, реально трансформирующей окружающий мир (в недетерминированном последнем направлении), что позволяет рассматривать переживаемые ею ситуации как объективацию свойств личности. Становится возможным переход от традиционно-анализа личности через призму дискретных, заданных внешними социальными структурами и обстоятельствами ситуаций к видению жизненного мира личности как динамически развивающейся целостности, не только в темпоральном и пространственном аспектах, но и с точки зрения созидательного потенциала личности по отношению к окружающей среде, трактуемой через призму «контекстов» и «ситуаций», которые предлагается рассматривать как не только формирующие личность, но и в первую очередь порождаемые ею самой.

Недооцененным представляется и потенциал субъектно-деятельностного подхода к исследованию познавательных процессов. Поиск решения задачи в такой постановке предстает не как «обработка информации», заданной на входе, но как процесс активной деятельности

субъекта, им инициируемой, в единстве внешнего и внутреннего, когда происходит изменение и целей, которые субъект ставит, и значения объектов в ситуации. На «субъектный» характер мышления обращала внимание Л. И. Анцыферова, показывая, что в процессе решения задачи происходит изменение проблемной ситуации, обусловленное активностью человека, который включает анализируемые объекты в новые типы каузальных связей, в новые типы отношений (Анцыферова, 1960б). Подобным же образом в работах А. В. Брушлинского целеполагание рассматривается не как выбор из некоторой совокупности предзаданных целей, как это часто представляют в теориях когнитивного мейнстрима, но как формирование самого психологического конструкта цели. Такая постановка вопроса представляется нетривиальной в русле современных когнитивных теорий и заслуживает внимания.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* О теории личности в работах Курта Левина // Вопросы психологии. 1960а. № 6. С. 149–158.
- Анцыферова Л. И.* Роль анализа в познании причинно-следственных отношений // Процесс мышления и закономерности анализа, синтеза и обобщения / Под ред. С. Л. Рубинштейна. М.: Изд-во АН СССР, 1960б. С. 102–120.
- Воловикова М. И., Харламенкова Н. Е.* Вклад Л. И. Анцыферовой в развитие психологической науки // Выдающиеся ученые Института психологии РАН. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. С. 8–28.
- Журавлев А. Л., Мироненко И. А., Юревич А. В.* Психологическая наука в глобальном мире: вызовы и перспективы // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 2. С. 58–71.
- Рубинштейн С. Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003.
- Brown N. A., Neel R., Sherman R. A.* Measuring the evolutionarily important goals of situations: Situational affordances for adaptive problems // *Evolutionary Psychology*. 2015. V. 13 (3). doi: 10.1177/1474704915593662
- Oxford handbook of psychological situations / Ed. J. F. Rauthmann, R. A. Sherman, D. C. Funder.* Oxford: Oxford University Press, 2020.
- Rauthmann J. F., Gallardo-Pujol D., Guillaume M. E., Todd E., Nave C. S., Sherman R. A., Ziegler M., Jones A. B., Funder D. C.* The Situational Eight DIMONDS: a taxonomy of major dimensions of situation characteristics // *Journal of personality and social psychology*. 2014. V. 107 (9). P. 677–718.
- Valsiner J.* Cultural psychologies and new general psychology: What has been learned in the past five years? // *The sixth Niels Bohr lectures on cultural psychology*. Aalborg, DK: Aalborg University, 2018. URL: <https://www.>

en.aau.dk/digitalAssets/361/361109\_valsiner-lecture-one-feb-26-2018.pdf  
(дата обращения: 12.08.2024).

Ziegler M., Horstmann K. T., Ziegler J. Personality in situations: Going beyond the OCEAN and introducing the Situation Five // Psychological Assessment. 2019. V. 31 (4). P. 567–580.

## **Ответственность личности в научном наследии Л. И. Анцыферовой**

*О. А. Москвитина*

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (Психологический институт), Москва

Анализируются основные научные труды Л. И. Анцыферовой, посвященные развитию личности как общественного субъекта и субъекта своей жизни. Показано, что понятие личной ответственности человека перед собой и обществом за особенности своего развития, основанного на разворачивании и проявлении ведущей деятельности, возможной только при активности личности, ее самостоятельности и самостоятельности, содержательно заложено в ее работах. Усиление ответственности личности происходит на протяжении всей ее жизни и достигает своего предельного уровня на поздних этапах развития. Представлены различия в особенностях развития личности, в ее отношении к жизни и уровне ответственности, а также характеристики отношения общества к личности в условиях разных социальных отношений.

*Ключевые слова:* Л. И. Анцыферова, научная школа С. Л. Рубинштейна, ответственность, личность, субъект жизни и деятельности, развитие, общественные отношения.

Людмила Ивановна Анцыферова – выдающийся отечественный психолог, последователь и одна из ярких представителей научной школы Сергея Леонидовича Рубинштейна, в частности, ее старшего «философского» поколения (Савенков и др., 2023). Сущностной чертой этой научной школы является следование принципу детерминизма, понимаемому как воздействие внешних причин сквозь призму внутренних условий, являющихся основой психического развития (Психологические исследования личности..., 2016).

Людмила Ивановна создала свою версию развития личности, основанную на подходах, заложенных в труде С. Л. Рубинштейна «Человек

и мир» (1973), и рассматриваемую ею сквозь призму экзистенциально-гуманистического подхода; также она обобщила свои многолетние исследования в новой междисциплинарной области человекознания — геронтопсихологии; осуществляла теоретические и эмпирические исследования в рамках созданного ею системно-динамического подхода; консультировала по вопросам «коррекции развития личности и раскрытия позитивного потенциала ее жизнедеятельности» (Семенов, Ковалева, 2023, с. 101).

Проблема ответственности в научной школе С.Л. Рубинштейна разрабатывалась самим Сергеем Леонидовичем и его ученицей К.А. Абульхановой-Славской, а затем Т.Г. Гаевой, Л.И. Дементий и др. Ответственность связана с понятиями долга и обязательств, свободы, самостоятельности, самодеятельности и сущности человека как общественного существа.

На сайте научного психологического общества имени С.Л. Рубинштейна при Институте психологии РАН дана типология личной ответственности, которая может включать противоположные типы — исполнительский, основанный на чувствах долга и вины, и самодостаточный, обладающий высокой степенью ответственности. Личность как субъект деятельности, берущий на себя ответственность, достигает необходимого результата в обозначенный срок, вне зависимости от неблагоприятных обстоятельств.

Несмотря на то, что Л.И. Анцыферова напрямую, непосредственно не занималась проблемами ответственности, в ее научных трудах, отражающих не только ее научные взгляды, но и дух времени, понятие ответственности незримо присутствует.

Анализируя бытие общественного индивида, т.е. человека, тесно связанного с жизнью общества, разделяющего и принимающего его порядки и правила, Людмила Ивановна отмечала высокую ее изменчивость и гибкость в силу крайней вариативности индивидуальных ситуаций и поведения, необходимого в качестве решения постоянно возникающих жизненных задач (Анцыферова, 1982). Для их решения человеку нередко требуется развитие у себя определенных черт личности, и эта «мотивационная установка человека... определяет выбор конкретных ситуаций поведения и деятельности... повышает сензитивность личности к определенным внешним воздействиям и т.д.» (там же, с. 6).

Способность к созданию мотивационной установки на изменение себя для определенной деятельности или отношений определяется не только характером, но и склонностью к саморазвитию. Это достигается воспитанием, целью которого является создание «детермина-

ционного поля» (там же). Воспитательные воздействия должны быть направлены «на формирование личности как активного субъекта своего целостного социального бытия в качестве строителя коммунистического общества, способного не только творчески решать поставленные перед ним цели, но и самому выдвигать новые задачи, в том числе и своего собственного развития» (там же, с. 14).

В современных условиях, когда перед обществом и отдельным человеком нет поставленной цели, нет образа общего будущего, выдвижение задач своего развития зависит во многом от окружающей среды и способности личности к преодолению деформаций своего развития (Анцыферова, 1999а).

Ответственность человека перед собой и окружающими лежит в области преодоления им животных основ своего поведения, развития себя в качестве — как было сказано в произведении М. А. Булгакова «Собачье сердце» — «хоть сколько-нибудь приемлемого члена социального общества». Для этого необходимо преодолеть «ситуативность поведения и кратковременность моментов активности, периодов психического напряжения, вызываемых на уровне животного мира преходящими органическими потребностями» (Анцыферова, 2004, с. 24).

Следует отметить, что Л. И. Анцыферова создавала свои научные труды преимущественно во время социализма. Поэтому особенности общественных отношений того периода накладывали отпечаток на ее характеристики развития личности. В статье, написанной в самом конце XX в., Людмила Ивановна анализировала особенности новых времен: «Наступила эпоха построения нового общественного строя, ориентированного на капиталистические общественные отношения, на рыночную экономику с жестким механизмом конкуренции» (Анцыферова, 1999а, с. 6). В этой статье ею были обозначены два утверждения, непосредственно связанные с проблемой ответственности: «наши сограждане не чувствуют себя субъектами своих социальных действий, поступков», а также «в новых условиях люди обрели свободу, но им трудно ответить на вопрос: „Свободу для чего?“ Ведь главное — свобода созидания, но есть ли условия для ее реализации?» (там же). Иными словами, люди, которые не чувствуют себя творцами своих поступков, относительно общественной жизни, неспособны и нести ответственность за них. Отсутствие свободы созидания, следовательно, проявления субъектности, также лишает возможности личность быть ответственной за свое жизнетворчество. Психологический аспект свободы личности предполагает необходимость действовать определенно, но у личности должны быть мотивы

вазия действия по необходимости и способность самостоятельно ее сформировать (Анцыферова, 2004).

Людмила Ивановна исследовала зарубежную психологию и указывала на многие психологические искажения, возникающие в западном обществе: сексуальные психоневрозы, неврозы отчаяния и пессимизма, тревожности и престижности в мире беспощадной конкуренции капитализма, неврозы потери идентичности при вынужденном резком переходе из одной социальной группы в другую (Анцыферова, 2004), а также на «неблагоприятное влияние на развитие личности таких „естественных“ для западного общества мотивов, как жажда власти, стремление к преуспеванию, к превосходству любой ценой» (там же, с. 52), появление представления о самоидеализации и его сочетание с презрением и ненавистью к самому себе. В таких условиях несвобода человека, сужение его ответственности до исполнительской вызывается болезненным, ненормальным, абсолютным долженствованием, перенесенным на большинство ситуаций и областей жизни. Она сделала вывод о том, что многое из выявленных психологических нарушений оказалось «порождением капиталистических общественных отношений, результатом принципа конкуренции, рыночной экономики» (Анцыферова, 1999а, с. 18).

Качественно другие обстоятельства жизни и деятельности личности были при социализме, когда было больше возможностей для полноценного развития личности в условиях большей свободы и когда усилия общества были направлены на такое удовлетворение жизненных потребностей организма индивида, когда их сила не была предельной. Это приводило к отсутствию резких перепадов психического напряжения. «В результате „жизненные силы“ человека могут концентрироваться вокруг иных – духовных потребностей. <...> все духовные потребности человека – связанные с эстетической, теоретико-познавательной деятельностью, этическим поведением – имеют в своей основе потребность в общении» (Анцыферова, 1982, с. 9). Общение между людьми происходило в условиях всеобщей занятости и отсутствия безработицы, когда соревновательность была невозможна без помощи тем, кто отстает, ощущение поддержки и чувство защищенности со стороны общества и его структур являлись предпосылками психического здоровья людей, а в таких условиях «созревает и развивается вся целостная побудительно-потребностная система индивида. <...> безграничным оказывается рост ненасыщаемых духовных потребностей, которые проникают и в чисто витальные потребности человека» (там же, с. 10). Стремление к духовному совершенствованию, этичному общению, соблюдению договоренности,



уважение к другому человеку лежит в основе ответственности личности перед собой и другими.

На первоначальных этапах развития общество помогает личности упражняться в самостоятельности и самодеятельности, предоставляя ему возможность обучаться и получать опыт самостоятельных действий в благоприятной обстановке, создает ему условия для самоопределения, разделяет с ним ответственность. Однако далее возрастает и требовательность по отношению к личности как субъекту своей жизни: «человек сам должен учиться структурировать и организовывать свой деятельный способ существования в мире, самостоятельно создавать психологические приемы оптимальной реализации своего деятельного существования» (Анцыферова, 1981, с. 10). Таким образом, человек сам ответственен за наполненность своей жизни через реализацию ведущей для него деятельности, которая на высших уровнях своего развития проявляет его «ярко выраженное отношение... к миру, способствует подтягиванию до своего уровня других видов активного отношения личности к действительности, вызывает развитие разносторонних ее способностей» (Анцыферова, 2004, с. 51).

Ответственность является неотъемлемым понятием нравственности и нравственного поведения. Изучая достижения западной психологии, Л. И. Анцыферова уделила внимание психологическим исследованиям Лоуренса Колберга и его школы (Анцыферова, 1999б). Ею был сделан вывод о том, что нравственное развитие субъекта сопряжено с согласованностью связи морального сознания и нравственного поведения, с согласованностью моральных операций. Моральная зрелость (появляющаяся на пятой стадии) не поднимается до 100%, хотя и достигает высшей стадии развития. Многофазный переход от сознания к действию порождает некоторые рассогласования между уровнями морального сознания и поведения. Поставленный вопрос о ситуативности морального поведения или его проявлении, основанном на устойчивом личностном качестве, был частично решен в аспирантской работе Т. Г. Гаевой, которая была посвящена моральной ответственности как качеству личности (Воловикова, 2014). Был сделан вывод о том, что моральная ответственность связана с объективной необходимостью и способностью человека поступать в соответствии с ней по отношению к широкому кругу общественных явлений. Механизмом регуляции качества моральной ответственности является совесть как нравственная самооценка высшего уровня личности последствий своих поступков (Гаевая, 1984).

Ответственность человека перед собой и обществом раскрывается Л. И. Анцыферовой в понимании возможности психологическо-

го исследования человека сознающего, действующего в мире природы и общества «как активного субъекта своей деятельности и своего внутреннего субъективного мира, который путем реорганизации собственных реальных, психически опосредствованных деятельных взаимоотношений с миром изменяет свое сознание, мир своих переживаний (Анцыферова, 2004, с. 18–19). Основные понятия, заключенные в приведенной цитате — «осознавание», «действие», «активность», «субъектность», «взаимоотношения с миром», «изменения внутреннего мира», — неразрывно и тесно связаны с понятием ответственности (как проводника) своеобразной обратной связью между замыслом, поступком и его последствиями, как объективными внешними, так и субъективными внутренними.

Для современных исследователей и по сей день остается множество неразрешенных злободневных вопросов, поставленных Людмилой Ивановной относительно бытия человека как субъекта своей жизни.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Анцыферова Л. И.* Методологические принципы и проблемы психологии // Психологический журнал. 1982. Т. 3. № 2. С. 3–17.
- Анцыферова Л. И.* Способность личности к преодолению деформаций своего развития // Психологический журнал. 1999а. Т. 20. № 1. С. 6–19.
- Анцыферова Л. И.* Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999б. Т. 20. № 3. С. 5–17.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Воловикова М. И.* Людмила Ивановна Анцыферова как организатор лаборатории психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 18–24.
- Гаевая Т. Г.* Моральная ответственность как качество личности: Дис. ... канд. психол. наук. М., 1984.
- Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Савенков А. И., Семенов И. Н., Ларионова Л. И., Поставнев В. М.* Пути развития когнитивной и педагогической психологии: к 100-летию юбилею научной школы С. Л. Рубинштейна // Психологическая газета. 11.01.2023. URL: <https://psy.su/feed/10733> (дата обращения: 20.07.2024).

Семенов И. Н., Ковалева Н. Б. Логика развития московской научной школы С. Л. Рубинштейна и ее вклад в общую и педагогическую психологию (к 50-летию юбилею ИП РАН) // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Сер. 4. «Педагогика. Психология». 2023. № 68. С. 89–117. doi: 10.15382/sturIV202368.89-117

## **Построение психологической классификации личности в 1920–1930-е годы в работах А. Е. Петровой**

*Е. Ю. Никонова, Г. Е. Рупцев*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В данной статье представлен анализ биографического и научного пути Анны Евгеньевны Петровой (1880–1962?), российского экспериментального, клинического и криминального психолога, активно работавшего в первой половине XX в. А. Е. Петрова в 1920–1930-е годы совмещала работу в лаборатории изучения личности преступника на должности психолога-исследователя в Государственном научно-исследовательском институте охраны детей и подростков и в психиатрической клинике I МГУ под руководством П. Б. Ганнушкина. Проведенные ею исследования легли в основу фундаментальной монографии «Психологическая классификация личностей. Элементарная методика психологического исследования: для психологов, психиатров, криминологов и педагогов» (1927), в которой она предложила свою типологию личности, основанную на концепции Э. Кречмера, представлениях о «примитивной» и «непримитивной» психике и многочисленных данных своей экспериментальной работы.

*Ключевые слова:* история психологии, психологическая классификация личности, экспериментальная психология, диагностические методы в психологии, примитивная и непримитивная психика.

В 1927 г. выходит монография А. Е. Петровой «Психологическая классификация личностей. Элементарная методика психологического исследования: для психологов, психиатров, криминологов и педагогов», в которой была описана многолетняя экспериментальная работа автора и проведен анализ классификаций типов личности и основных методов их исследования. Предисловие к монографии написал П. Б. Ганнушкин (1875–1933), он высоко оценил работу автора и значимость темы. Сведений о жизни и творчестве пионера использования теста Роршаха в СССР, об экспериментальном, клиническом

и криминальном психологе и ее концепции изучения и типологии личности спустя сто лет практически ничего не сохранилось, однако на ее работы в разные годы ссылались Л. С. Выготский (Выготский, 1935) и Б. В. Зейгарник (Зейгарник, Рубинштейн, 2020).

Анна Евгеньевна Петрова родилась 8 (20) марта 1880 г. в Москве в мещанской семье, получила хорошее домашнее образование и в 1903–1904 гг. отправилась в Европу для дальнейшего обучения. Из ее автобиографии известно, что она обучалась в Сорбонне и заинтересовалась психологией, посещая лекции П. Жане (1859–1947), А. Бине (1857–1911), А. Пьерон (1881–1964). В 1904 г. Анна Евгеньевна приезжала в Цюрих для практической работы под руководством Г. Штёрринга (1860–1946). Штёрринг также занимался экспериментальной психологией, но его интересы были связаны с вопросами патопсихологии: он видел в патопсихологии возможность выяснения механизмов нормальной психической деятельности (ГАРФ. Ф. А624. Оп. 1. Д. 1).

Получив опыт экспериментальной психологической и клинической работы, в 1906 г. Анна Евгеньевна стала вольной слушательницей на философском отделении историко-филологического факультета Московского университета и продолжила обучение. В 1912 г. она закончила университет, выдержала экзамен, представила историко-филологической испытательной комиссии при Московском университете работу на тему «Критика эстетики системы Гюйо» и получила золотую медаль. Ее упорство в научной работе было высоко оценено, и в 1913 г. А. Е. Петрову оставили в университете для подготовки к профессорскому званию. В 1919 г. она успешно сдала магистерские экзамены и начала читать лекции в Московском университете, где работала лектором до 1922 г. После этого А. Е. Петрова стала активно заниматься исследовательской деятельностью.

Как пишет Анна Евгеньевна в своей автобиографии, в 1920-е годы она перешла к изучению «живой личности». Она работала с детьми в детских домах, с больными, проходящими лечение в стационаре, и преступниками (ГАРФ. Ф. А624. Оп. 1. Д. 1).

С 1921 по 1926 гг. А. Е. Петрова занимала должность психолога-исследователя в Государственном научно-исследовательском институте охраны детей и подростков под руководством профессора М. О. Гуревича, где активно изучала развитие психики детей, оказавшихся в детских домах. Особый интерес в данной работе вызывали дети с «примитивной» психикой, изменявшейся под действием обучения и социализации (Петрова, 1925).

В 1922–1923 гг. при Московском университете была создана лаборатория по изучению личности преступника, которая объединила

юристов, социологов, антропологов, психиатров и психологов под руководством юриста Н. М. Гернета (1874—1953) для комплексного исследования «криминального мира» в Москве. А. Е. Петрова присоединилась к работе лаборатории, активно выступала на собраниях, писала статьи для сборников научных трудов и проводила экспериментальные работы. С 1923 по 1927 гг. она работала в лаборатории под руководством Е. К. Краснушкина (1885—1951) и Ц. М. Фейнберг (1885—1973). С 1925 по 1932 гг. А. Е. Петрова продолжала исследовательскую работу в Государственном институте по изучению преступности. Исследовательскую тему, связанную с преступниками, А. Е. Петрова завершила в начале 1930-х годов из-за смены вектора в системе исполнения наказаний с изучения личности преступника и возможностей ее коррекции на трудотерапию.

Помимо исследования преступников и детей, А. Е. Петрова продолжала работу в области клинической психологии. С 1922 по 1930 гг. она работала психологом в психиатрической клинике I МГУ под руководством П. Б. Ганнушкина. С 1935 по 1938 гг. сотрудничала в качестве психолога в клинике нервных болезней 1-го Московского медицинского института под руководством профессора Е. К. Сенна.

В 1920-е годы А. Е. Петрова опубликовала большое количество статей с описанием своей научной работы и на основе полученных данных издала монографию «Психологическая классификация личностей...» (1927), в которой систематизировала проведенные ею исследования. В монографии она отметила необходимость классификации психологических данных, полученных в экспериментах по вопросам функционирования восприятия, мышления, воображения, ассоциаций, памяти, эмоционально-волевой сферы, внушаемости, внимания, для описания типов личности. Она считала, что предыдущие классификации (имея в виду прежде всего систему А. Ф. Лазурского) не имели систематической и органической связности, и стремилась предоставить более последовательную структуру, основанную на психиатрической классификации Кречмера и нацеленную на более широкое и более тонкое дифференцирование типов личности. Концепцию диагностики личности Г. Роршаха по чернильным кляксам А. Е. Петрова считала невалидной, утверждая, что одного анализа восприятия для этого недостаточно, однако при этом активно использовала его тест в своих исследованиях.

Для диагностики личности А. Е. Петрова предлагала брать результаты комплексных психологических исследований познавательных и эмоциональных процессов, поведенческих особенностей и анамнеза человека. В качестве диагностических проб она использовала

тесты из лаборатории Бине, ассоциативный тест, отдельные пробы из работ Россоломо, пробы Эббингауза, Якобсона, Бурдона, атлас для экспериментально-психологических исследований Ф. Е. Рыбакова и тест Роршаха. Все методики детально были описаны в книге, а для теста Роршаха А. Е. Петрова подробно рассмотрела кодировку и интерпретацию.

Как и многие психологи 1920-х годов, А. Е. Петрова была увлечена антропологическим подходом и разделением психики на «примитивную» и «непримитивную», которые отличаются уровнем культурного развития. Соответственно этому подходу А. Е. Петрова выделила два типа испытуемых по уровню их культурного развития — «примитив» и «непримитив» (человек, воспитанный в богатой культурной среде и имеющий образование). Под «примитивом» понималась нормальная, но не развитая до пределов возможностей психика; она является основой для развития на основе культурного и индивидуального опыта, в то время как ненормальная психика ни при каких условиях не может пойти по пути такого развития (Петрова, 1925). В процессе работе с детьми-беспризорниками, родившимися в бедных крестьянских семьях, убежавшими в город и нередко становившимися малолетними преступниками, у А. Е. Петровой была возможность диагностики особенностей психического развития и лонгитюдного наблюдения за тем, как психика и личность детей меняется в ходе социализации и обучения. Изучая личность преступников, А. Е. Петрова обозначила среди них людей с «примитивной» психикой (Петрова, 1928) и определила их особенности; в качестве группы сравнения она брала показатели проб, выполненных больными в клинике и людьми в норме.

На основе представлений о «примитивной» и «непримитивной» психике Анна Евгеньевна предложила следующие типы личности:

- конкретно-эмоциональный тип: соответствует нормальному циклотическому темпераменту Кречмера и выделяется особыми психическими реакциями, связанными с конкретным эмоциональным восприятием;
- аффективно-абстрактный тип: характеризуется сочетанием глубоких эмоциональных реакций и способности к абстрактному мышлению; выделяется своей способностью эмоционально реагировать на различные стимулы, при этом сохраняя способность к анализу и обобщению; соответствует циклотимикам в типологии Кречмера;
- интеллектуально-волевой тип: обладает устойчивой интеллектуально-волевой установкой и способен к абстрактному мышлению, что способствует адаптации к различным ситуациям; в типологии

Кречмера наиболее близок к шизотимическому или шизоидному типу личности.

Между этими основными типами существуют промежуточные (конкретно-аффективный, импульсивно-абстрактный, конкретно-импульсивный), которые демонстрируют сочетание черт из двух основных типов, обеспечивая более гибкое и адаптивное поведение в различных условиях.

С 1931 по 1944 г. А. Е. Петрова работала старшим научным сотрудником и занималась психологической работой в психиатрическом отделении Центрального научно-исследовательского института экспертизы трудоспособности и организации труда инвалидов. В институте она придерживалась клинического подхода и сосредоточивалась на вопросах разработки диагностических методов для оценки трудоспособности у больных шизофренией и эпилепсией, имевших травматические повреждения мозга и поражение ЦНС от атеросклероза.

В 1937 г. выходит ее статья «Основные психологические особенности у эпилептиков» (Петрова, 1937), в которой исследовалась проблема дифференциации слабоумия как следствия эпилепсии или черепно-мозговой травмы. В этой работе виден строгий экспериментальный подход, не говорится о личности испытуемого, но проводится процедура оценки внимания, ассоциативных процессов, восприятия, мышления, простых и сложных реакций по методикам Россоломо, Штерна, Крепелина, Бурдона, простых и сложных реакций по аппарату Ширского. По причине запрета на использование тестов Петрова перестала использовать широко применяемый тест Роршаха.

В 1939 г. А. Е. Петровой было присвоено ученое звание кандидата биологических наук без защиты диссертации и она была утверждена в ученном звании старшего научного сотрудника. В январе 1944 г. А. Е. Петрова защитила докторскую диссертацию на тему «Основной компенсаторный фактор при эпилептическом и шизофреническом процессах» и была утверждена в ученой степени доктора педагогических наук по специальности «Психология». В июле этого же года она вышла на пенсию по состоянию здоровья — у Анны Евгеньевны начались проблемы со зрением.

После 1944 г. биографические данные о жизни и деятельности А. Е. Петровой отсутствуют. Переписка и документы, хранящиеся в архиве и датированные до 1962 г., указывают на то, что, возможно, А. Е. Петрова к тому времени полностью потеряла зрение и не могла вести записи. Дата ее смерти неизвестна. Архив с ее документами был передан в фонды Государственного архива Российской Федерации в 1972 г.

## Литература

- Выготский Л. С.* Проблема умственной отсталости (опыт построения рабочей гипотезы) // Умственноотсталый ребенок / Под ред. Л. С. Выготского, И. И. Данюшевского. М.: Гос. учеб.-педагог. изд-во, 1935. С. 7–34. Государственный архив Российской Федерации (ГАРФ). Ф. А624. Оп. 1. Д. 1.
- Зейгарник Б. В., Рубинштейн С. Я.* Экспериментально-психологические лаборатории в психиатрических клиниках Советского Союза. Часть 2 // Медицинская психология в России. 2020. Т. 12. № 3. С. 1. doi: 10.24412/2219-8245-2020-3-1
- Петрова А. Е.* Дети-примитивы // Вопросы педологии и детской психоневрологии: Сб. статей Государственного Медико-педологического института НКЗ. Вып. 2. Вопросы педологии и детской психоневрологии / Под ред. М. Гуревича. М.: Комиссия по улучшению жизни детей при ВЦИК и кооп. изд-во «Жизнь и Знание», 1925. С. 60–92.
- Петрова А. Е.* Психологическая классификация личностей: элементарная методика психологического исследования: для психологов, психиатров, криминологов и педагогов. М.: М. и С. Сабашниковы, 1927.
- Петрова А. Е.* Преступники-примитивы // Преступник и преступность: Сб. II / Под ред. Е. К. Краснушкина. М.: Мосздравотдел, 1927. С. 72–134.
- Петрова А. Е.* Основные психологические особенности у эпилептиков // Эпилепсия: Основные вопросы патогенеза / Под общ. ред. Е. К. Сепп. М.: 1 Моск. мед. ин-т, 1937. С. 353–398.

### **Вклад Л. И. Анцыферовой в изучение истории швейцарской психологии первой половины XX в.**

*М. Д. Няголова*

Великотырновский университет им. Святых Кирилла и Мефодия,  
София, Болгария

Статья посвящена 50-летию выхода в свет книги Л. И. Анцыферовой «Материалистические идеи в зарубежной психологии» (1974). Проведен историографический анализ историко-психологических исследований автором психологических концепций франкоязычных швейцарских психологов — Августа Фореля, Эдуарда Клапареда, Жана Пиаже, Барбельи Инельдер, Анны Шеминской. В качестве основного исследовательского концепта в работе Л. И. Анцыферовой применялось понятие материа-



листических идей. По результатам анализа сформулирован вывод о том, что Л. И. Анцыферова хорошо знала основные тенденции развития Женевской психологической школы и, в частности, идеи Жана Пиаже. Ее исследование отличается оригинальностью и перспективностью, в том числе и для современных историко-психологических разработок по истории Женевской школы генетической психологии.

*Ключевые слова:* история психологии, история швейцарской психологии, Женевская психологическая школа, Женевская школа генетической психологии, российская историография зарубежной психологии советского периода.

Столетие со дня рождения Людмилы Ивановны Анцыферовой является очередным поводом отметить ее огромный вклад в разработку истории зарубежной психологии (Кольцова, 2016). От своего учителя С.Л. Рубинштейна она переняла такие особенности проведения историко-психологического исследования, как историчность, систематичность и логическая последовательность интерпретации. Она не только владела несколькими иностранными языками, но и была хорошо знакома с терминологией психологии на этих языках.

Л. И. Анцыферова формировалась как историк науки и создавала историко-психологические труды в 1950–1970-е годы, когда история зарубежной психологии разрабатывалась всеохватно, систематично и энциклопедично. Современная историография психологической науки, однако, ориентированная на постмодернистскую методологию, предлагает и новые исследовательские подходы изучения работ историко-психологического характера. В настоящей статье при помощи применения лингвострановедческого подхода будет проведен историографический анализ исследований Л. И. Анцыферовой по истории швейцарской психологии.

### **Изучение истории психологии в Романской Швейцарии**

Общая систематическая история психологии в Романской Швейцарии (Романдии) все еще не написана, но существует немало публикаций, посвященных истории психологии Женевского кантона (Anzyferowa, Mansurov, 1969; Benrubi, 1933; Brožek, 1975; Ratcliff, Jaccard, 2020). Чаще всего речь идет о Женевской психологической школе или о Женевской школе генетической психологии. В книге Л. И. Анцыферовой «Материалистические идеи в зарубежной психологии» (1974) отдельный параграф посвящен именно Женевской школе генетической психологии, создателем которой был Жан Пиаже, а к ее членам относились его непосредственные сотрудники, ученики и последователи. История

Женевской психологической школы не являлась предметом исследования книги Л. И. Анцыферовой, потому что в ней рассматривались только те психологические направления, которые опирались на «материалистические идеи». В данном контексте, кроме Жана Пиаже и его школы, она упоминала только имена двух других франкоязычных швейцарских авторов – Августа Фореля (Auguste Forel) и Эдуарда Клапареда (Édouard Claparède).

Интерес представляет позиция Фореля о зависимости психических функций от деятельности головного мозга в рамках самонаблюдения. По словам Л. И. Анцыферовой, на рубеже XIX–XX вв. существовали теории, согласно которым мозг под влиянием внешних воздействий порождает психические явления, но эти последние доступны лишь интроспекции, не выражаясь в поведении» (Анцыферова, 1974, с. 48). Она цитировала Фореля по русскому переводу книги «Мозг и душа» (1908). В оригинале, однако, заглавие данной книги существенно отличается от русского: «L'âme et le système nerveux: hygiène et pathologie» («Душа и нервная система: гигиена и патология» (1906)).

Эдуард Клапаред – один из самых известных представителей Женевской психологической школы. На протяжении нескольких десятилетий он был ее руководителем, работал директором Института имени Жан-Жака Руссо и заведующим экспериментальной психологической лабораторией Женевского университета. По справедливому замечанию Л. И. Анцыферовой, именно Клапаред являлся родоначальником функционализма в Швейцарии и одним из самых известных представителей данного направления в европейской и мировой психологии (Анцыферова, 1974, с. 116). В методологическом отношении он осуществил переход от интроспективной психологии сознания к функционализму, а также остро критиковал первую. Не сбылось его желание быть ассистентом экспериментальной психологии в лаборатории В. Вундта, но ему удалось стать сотрудником экспериментальной лаборатории Теодора Флурноа (Grinevald, Piaget, 1973), и впоследствии, будучи уже ее заведующим, Э. Клапаред творчески объединил экспериментирование с методологией функционализма. По его приглашению и под его руководством в Институте имени Жан-Жака Руссо Жан Пиаже начал свою научную карьеру в области детской психологии именно.

Психологическая концепция Жана Пиаже, самого известного представителя швейцарской психологии, была рассмотрена в книге «Материалистические идеи зарубежной психологии» наиболее подробно и всесторонне. Л. И. Анцыферова проанализировала развитие методологического подхода Ж. Пиаже, который заключался в экспе-

риментальных и эмпирических исследованиях мышления и речи ребенка в онтогенезе. Основопологающим для его целостной научной деятельности являлся принцип изучения психики в процессе взаимодействия психических функций организма со средой. Это и позволило Л. И. Анцыферовой сформулировать свой вывод о том, что с начала 1930-х годов «философские взгляды Пиаже принимают все более сознательно-материалистический характер» (Анцыферова, 1974, с. 252). Методологию Пиаже она исследовала в развитии, прослеживая, как отдельные идейные влияния (психология поступка П. Жане, математическая логика Дж. Буля, теории структурализма) обогатили ее и привели к формулировке принципов генетического функционального структурализма в изучении интеллекта, эмоциональности и поведения человека.

Значительное место в своей монографии Л. И. Анцыферова отводила сопоставлению научных подходов и результатов исследований представителей двух школ генетической психологии — «парижской» Анри Валлона и «жневской» Жана Пиаже. В этой связи она провела подробный анализ вклада самых известных учеников и последователей Валлона и Пиаже, в том числе ближайших сотрудниц Пиаже Бербельи Инельдер и Анны Шеминской, а также, взглядов Рене Заззо, который учился у Валлона и Пиаже. Обобщая творческие результаты развития двух научных школ, Л. И. Анцыферова позитивно оценивала систему генетической психологии Валлона за целостность ее подхода, а школу Пиаже критиковала за то, что «он ищет основную движущую силу интеллекта в самом интеллекте» (там же, с. 269). Тем не менее, она отмечала важную научную роль, которую Пиаже выполнял в развитии жневской в частности и мировой психологии в целом.

### **Изучение творчества Карла Густава Юнга как представителя немецкоязычной психологии в Швейцарии**

Психологические принципы и теоретические положения психоанализа Карла Густава Юнга Л. И. Анцыферова рассмотрела в общем контексте изучения психоаналитического движения в совместной с М. Г. Ярошевским монографии «Развитие и современное состояние зарубежной психологии» (1974). В последнее десятилетие своего творческого пути она посвятила К. Юнгу самостоятельную историко-психологическую работу, направленную на анализ его психоаналитической теории личности (Анцыферова, 2006). В этих написанных в разное время текстах, посвященных разным сторонам творчества Юнга, Л. И. Анцыферова стремилась различить психоаналитический и психологический смысл его научных взглядов.

В 1974 г. она кратко изложила содержание психоаналитической концепции К. Юнга и уделила внимание прежде всего ее отличиям от классического психоанализа З. Фрейда. Согласно Л. И. Анцыферовой, главное отличие юнгианской теории от фрейдовской состоит в том, что неофрейдисты, к которым она относила А. Адлера и К. Г. Юнга, «оспаривают исходный тезис Фрейда об изначальной антисоциальности природы человека и его врожденной агрессивности, подвергают пересмотру положения Фрейда о ведущей роли инстинктов, в частности, сексуальных влечений, в жизни человека» (Ярошевский, Анцыферова, 1974, с. 253). Таким образом, отход К. Юнга от принципов З. Фрейда она понимала как очень важный шаг вперед в направлении усовершенствования методологии психоанализа.

Значимый вклад К. Юнга, по ее мнению, состоял в критике «пансексуализма Фрейда и его тезиса изначальной противоположности индивида и общества» (там же, с. 255). Эти принципы юнгианского подхода конкретизировались в обрисовке четырех сфер человеческой психики: «системы Я», социальной оболочки личности под названием «Маска», системы «темных» влечений и побуждений под названием «Тень», «Души» (Anima и Animus), которая понималась как «некоторый аналог интериоризованного образа матери или отца», и бессознательного – личного и коллективного» (там же, с. 253). Сопоставляя модели личности, сформулированные Фрейдом и Юнгом, Л. И. Анцыферова считала, что юнгианская модель более полно отражает связь индивида и общества.

Л. И. Анцыферова высоко оценивала и классификацию типов личности К. Юнга, указывая на то, что она отражает действительно существующие различия в психологических характеристиках людей (там же, с. 255). Таким образом, Л. И. Анцыферова убедительно показывала, что научное творчество швейцарского психоаналитика не ограничивается только рамками психоанализа, а затрагивает проблематику всей психологической науки.

Главный вклад К. Г. Юнга Л. И. Анцыферова видела в разработке психологии личности. В связи с этим она провела углубленный критический анализ его подхода к построению личностной концепции, основывавшейся на биографических обобщениях собственного жизненного пути. В результате она определила его концепцию как архетипическую теорию развития личности, или как «учение о самосознании, о фундаментальной роли в становлении и „расширении“ личности глубокого и адекватного осознания человеком себя» (Анцыферова, 2006, с. 153). Она исследовала основные понятия процесса саморазвития личности, введенные К. Юнгом: «психическая субстан-

ция», «Самость», «смена установок», «индивидуация», «ассимиляция», «адаптация». Л. И. Анцыферова проследила изменение их значения на разных жизненных этапах развития личности. Самыми важными понятиями юнгианской концепции саморазвивающейся личности, по ее мнению, являются «индивидуация» и «Самость». Последняя выступает как интеграл всех форм душевной жизни, а индивидуация — это «процесс обретения, человеком своей Самости» (там же, с. 155–157).

На базе этих феноменов К. Юнг обосновал смысл таких фундаментальных для психологии понятий, как «человек», «субъект», «личность», которые являются ведущими в изучении самодостаточности индивидуального психического развития. В конце своего исследования Л. И. Анцыферова отметила, что учение личности К. Юнга отличается оригинальностью и глубиной анализа душевной жизни человека. Наряду с этим она критиковала идеи ученого за то, что он уделял недостаточное внимание проблемам межличностных отношений. Взглядам Юнга она протипопоставила позицию С.Л. Рубинштейна, согласно которой «не существует „я“ вне отношения к „ты“ и не существует самосознания вне осознания другого человека как самостоятельного субъекта» (Рубинштейн, 1976, с. 330).

Заключительные выводы Л. И. Анцыферовой о месте теории личности К. Юнга в истории психоанализа и психологии позволяют считать, что важное значение в подходе швейцарского психоаналитика имеет интроспекция. Об этом говорит и применение им таких терминов, как «психическая субстанция», «анализ переживаний субъекта», «анализ душевной жизни». На интроспективном подходе основывались также психоаналитическая терапия и практика несмотря на то, что психоанализ учитывал не только сознательные, но и бессознательные проявления человеческой психики, а К. Г. Юнг ввел и разработал понятие коллективного бессознательного.

Л. И. Анцыферова рассмотрела также место К. Г. Юнга в истории психоанализа. В данном контексте она отметила его роль в жизни международного научного сообщества: в 1938 г. К. Юнг стал президентом Международного психоаналитического общества, а в 1948 г. в Цюрихе был открыт Институт Юнга (Анцыферова, 2006, с. 187). Однако она не ставила себе целью исследовать его место в развитии швейцарской науки на национальном и региональном (кантональном) уровне. В этой связи было бы уместно добавить, что во время Второй мировой войны К. Г. Юнг был председателем немецкоязычного общества швейцарских психологов, а также членом Международного комитета Лиги о Новом воспитании. На протяжении многих лет он принимал активное участие в научной жизни швейцарских психологов.

## Заключение

Результаты проведенного исследования вклада Л. И. Анцыферовой в изучение истории швейцарской психологии позволяет сформулировать вывод о том, что данная проблема интересовала ее на протяжении разных творческих этапов. Наиболее подробную разработку данный вопрос получил в книге «Материалистические идеи в зарубежной психологии», в которой исследовательница проанализировала идеи швейцарских ученых с позиции конструктивной критики. Работы Л. И. Анцыферовой могут служить основой для будущих историко-психологических исследований.

## Литература

- Анцыферова Л. И.* Материалистические идеи в зарубежной психологии. М.: Наука, 1974.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Кольцова В. А.* Разработка проблем методологии и истории психологии в трудах Л. И. Анцыферовой // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 43–54.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. М.: Педагогика, 1976.
- Ярошевский М. Г., Анцыферова Л. И.* Развитие и современное состояние зарубежной психологии. М.: Педагогика, 1974.
- Anzyferowa L. I., Mansurow N. S.* Behaviorismus, Gestaltpsychologie, Tiefenpsychologie. Psychologische Beitrage. Heft 11. Berlin: Volk und Wissen Volkseigener Verlag Berlin, 1969.
- Benrubi J.* Les sources et les courants de la philosophie contemporaine en France. Tome I—II. Paris: Librairie Félix Alcan, 1933.
- Brožek J.* Contemporary West European historiography of psychology // History of Science. 1975. V. 13 (1), P. 29–60. doi: 10.1177/007327537501300102
- Grinevald J., Piaget J.* Pour le centenaire de la naissance d'Edouard Claparède, le professeur Piaget évoque son ancien "patron" // Tribune de Genève. 15 novembre 1973.
- Ratcliff M., Jaccard C.* La Société romande de philosophie de sa création à sa institutionnalisation. Interdisciplinarité, fédéralisme et valeurs protestantes // Studia philosophica. Revue suisse de philosophie. Université de Lausanne, 2020. V. 79. P. 169–185. doi: 10.24894/stph-fr.2020.79012

**Теоретико-методологические и методические основания  
наукометрических исследований в истории психологии  
(на примере разработки проблем индивидуальности  
в отечественной психологии в 1992–2018 гг.)**

*Ю. Н. Олейник, И. Н. Елисеева*

Московский гуманитарный университет, Москва

Обоснована схема исследования развития психологического знания с использованием количественных показателей на примере разработки проблем индивидуальности в отечественной психологии в 1992–2018 гг. В основу положена система теоретико-методологических представлений Б. Г. Ананьева о структуре индивидуальности человека. Также использованы проблемологический подход к анализу динамики и состояния психологического знания и концепция системного описания объектов В. А. Ганзена. По элементам разработанной схемы описания объекта проведена классификация диссертационных исследований, содержащих в названиях категории и понятия, отнесенные к структуре индивидуальности. Предложены дополнительные коэффициенты, что позволило реализовать сравнительно-синхронистический метод и выявить особенности разработки базовых категорий индивидуальности в 1992–2018 гг.

*Ключевые слова:* история психологии, методология, наукометрия, системное описание объекта, проблемологический подход, индивидуальность, Б. Г. Ананьев.

В современной российской психологии все более популярными и востребованными становятся наукометрические исследования. Вместе с тем получение количественных показателей не может являться целью историко-психологического исследования, поскольку количественные индикаторы информативны только тогда, когда они получены в соответствии с определенными теоретико-методологическими ориентирами и базируются на конкретных концептуальных положениях. Будущее наукометрических исследований в психологии – и в истории психологии, в частности – во многом зависит от их теоретической целесообразности и методологической обоснованности. Количественные методы должны реализовывать определенный и отрефлексированный методологический замысел, их достоверность и обоснованность проверяется в наукометрических исследованиях. В такого рода работах важен принцип методологической ориентированности, в соответствии с которым, «определяя структуру исследований... необходимо с самого начала осознавать теоретико-методологическую

и рефлексивную направленность своей работы» (Журавлев, Костригин, 2023, с. 450–451). Только в таком случае этот подход может «выступить оригинальным подразделом современной методологии психологии» (там же, с. 451) и, по нашему мнению, обосновать свою оригинальность и новизну в ряду других подходов к пониманию закономерностей развития научного познания. Более того, наукометрические исследования, тем более рассматриваемые в своей совокупности как научный подход, должны использовать с другими подходами, представленными в психологии, или определенным образом соотноситься с ними (Научные подходы..., 2023).

Один из вариантов возможного теоретико-методологического обоснования наукометрических исследований и использования существующих методических подходов представлен в данной статье.

В основу исследования была положена система теоретико-методологических представлений Б. Г. Ананьева о структуре индивидуальности человека (подробнее см.: Головей, Журавлев, 2019 и др.). По мнению ученого, «единичный человек как индивидуальность может быть понят лишь как единство и взаимосвязь его свойств как личности и субъекта деятельности, в структуре которых функционируют природные свойства человека как индивида» (Ананьев, 2000, с. 241). Кроме этого, был использован проблемологический подход к анализу динамики и состояния психологического знания, предполагающий реконструкцию определенного объема знаний и выявление его динамики в процессе постановки и решения проблем (часто отражаемый в темах реализуемых исследований), а также рассмотрение проблемы как единицы анализа знания и процесса познания в историко-психологических исследованиях (Олейник, 2018, 2022). В данной работе нашла отражение концепция системного описания объектов на основе четырех базовых категорий (Ганзен, 1984, с. 44).

*Цель* проведенного исследования – наукометрический анализ динамики разработки и развития концепции индивидуальности Б. Г. Ананьева в отечественных психологических и других диссертационных исследованиях в период с 1992 по 2018 гг.

*Объектом* исследования выступила структура и динамика проблемного поля индивидуальной психологии (психологии индивидуальных различий или дифференциальной психологии в трактовке различных научных школ и подходов) в советской и российской психологии.

Источниковую базу исследования составили диссертационные работы, представленные к защите в Российской Федерации в 1992–2018 гг. Подробное обоснование выбора такого рода источников, а также обсуждение ограничений, возникающих в связи с таким выбором,



приведено в ранее опубликованных статьях (Елисеева, Олейник, 2019, 2020; Олейник, Елисеева, 2022). Анализировались диссертации, в названиях которых представлены структурные элементы индивидуальности по Б. Г. Ананьеву. В качестве единиц анализа выбраны базовые категории, соотносимые с проблемой индивидуальности: индивидуальность (основной концепт теории), а также темперамент (обобщенный показатель природно-врожденных особенностей индивидуальности), характер и способности (интегральные характеристики личности человека), индивидуальный стиль (субъекто-деятельностные особенности индивидуальности).

Для структурирования массива диссертаций, содержащих в названиях указанные категории, проведена классификация, которая позволила выделить тематические направления по каждой из категорий (для категории «индивидуальность» – 17, «темперамент» – 11, «характер» – 14, «способности» – 15, «индивидуальный стиль» – 5), а также число диссертаций по каждому направлению и периоду защит. Это дало возможность констатировать, что тематика диссертаций имела междисциплинарные связи с широким кругом отраслей психологии. Также выделены тематические направления, интерес исследователей к которым был постоянным во всем изученном временном периоде.

Несмотря на то, что данные представляли интерес для дальнейшей интерпретации, сопоставить их между категориями не представлялось возможным. Поиск оснований для возможной универсальной тематической классификации привел к необходимости использования метода системного описания В. А. Ганзена как наиболее адекватного задачам исследования методологического базиса. Согласно данному методу, состав элементов системного описания объекта определяется целями исследования, профессиональными установками ученого, особенностями изучаемого объекта и другими факторами, а сами эти элементы могут быть детализированы через дихотомию его компонентов (Ганзен, 1984). Для исследования нами выделено десять элементов: феноменология объекта, его особенности; основные функции объекта; разновидности объекта (типы, виды), структура объекта, его элементы; объект как подструктура (элемент); изменчивость и динамика объекта; факторы, определяющие состояние объекта или влияющие на него; воздействия на объект, методы воздействия; диагностика состояния объекта; представления об объекте; история изучения объекта.

Классификация массива диссертаций по указанным элементам описания объекта показала интересную картину особенностей разработки базовых категорий индивидуальности в 1992–2018 гг. Например, феноменология объекта и его особенности представлены

в названиях 88% диссертаций, содержащих в названиях категорию «характер», и только 5% – «способности». Объект изучения как подструктура отражен в названиях 45% диссертаций по «темпераменту» и 7% – по «способностям». Изменчивость и динамика объекта изучения выделена в названиях 33% диссертаций по «индивидуальному стилю» и 7% – по «способностям». В свою очередь факторы, влияющие на состояние объекта, зафиксированы в названиях 36% диссертаций по «способностям» и 2% – по «темпераменту». История изучения объекта отражена в названиях 2% диссертаций по «способностям» и в 3% по «индивидуальности», по другим категориям подобные работы не выявлены. При этом только для категории «индивидуальность» в названиях диссертаций нашли отражение все элементы системного описания объекта. Наименьшее число элементов описания – пять из десяти – охватывают диссертации по индивидуальному стилю (Елисеева, Олейник, 2019, 2020; Олейник, Елисеева, 2022).

На основе полученных количественных показателей правомерно сделать вывод о том, что с 1992 по 2018 г. наиболее полно в диссертациях была разработана категория «индивидуальность». Разработанность категории «способности» достаточно высока, однако акцент был сделан в большей мере не на фундаментальных свойствах объекта, описываемого этой категорией, а на прикладных вопросах развития и диагностики способностей. Разработка проблем характера, темперамента и индивидуального стиля в этот период имеет больше лакун: в частности, не описаны основные функции объектов и не представлены вопросы истории их изучения и т. д.

Таким образом, предложенная модель описания изучаемого объекта позволила провести сравнительно-синхронистический анализ изучения указанных выше категорий.

Стоит обратить внимание на то, что в приведенном примере указаны показатели не в абсолютных, а в относительных единицах измерения, что позволяет провести более детальное сопоставление полученных данных. Это, как представляется, отражает тенденцию обращения к относительным единицам при использовании наукометрических методов (Елисеева, 2021).

С учетом специфики историко-психологических исследований, помимо традиционных в наукометрии коэффициентов, позволяющих проводить различного рода сопоставления, нами были разработаны и описаны дополнительные коэффициенты. Например, в качестве количественного показателя продуктивности центров подготовки диссертаций использовался показатель концентрации исследований в научном центре, представляющий собой разность единицы и отно-

шения количества научных центров к количеству выполненных в них диссертационных исследований (Елисеева, Олейник, 2019).

Так, для диссертаций с категорией «индивидуальность» показатель концентрации исследований в научном центре равен 0,75 (всего 58 центров, места подготовки 13 диссертаций установить не удалось и они не учитывались при расчете показателя); «темперамент» – 0,57 (27 центров, 3 не установлены); «характер» – 0,34 (61 центр, 2 не установлены); «способности» – 0,57 (145 центров, 4 – не установлены); «индивидуальный стиль» – 0,71 (4 центра). Таким образом, наибольшая специализация центров подготовки диссертаций выявлена для категории «индивидуальность» и «индивидуальный стиль», а наименьшая – для категории «характер».

Другой разработанный коэффициент – показатель специализации организаций, на базе которых защищались диссертации (показатель концентрации защиты диссертационных работ), – позволил получить следующие результаты: для категории «индивидуальность» коэффициент равен 0,72; «темперамент» – 0,35; «характер» – 0,3; «способности» – 0,69; «индивидуальный стиль» – 0,43. Можно сделать вывод о том, что наиболее специализированные центры защиты выявлены для категории «индивидуальность», а наименее – для категорий «характер» и «темперамент».

Были обоснованы и другие показатели: оценка продуктивности научных руководителей/консультантов, коэффициент концентрации научных руководителей/консультантов на разработке определенной проблематики (коэффициент концентрации наставников).

Таким образом, дополнительные к универсальным показателям наукометрические и библиометрические коэффициенты, учитывающие задачи и специфику историко-психологических исследований, позволяют выявить неочевидные при качественном анализе факты и обогатить знания о развитии психологических исследований.

Представляется, что на основе описанного методологического подхода, дополнительных библиометрических и наукометрических коэффициентов может быть предпринята попытка операционализации некоторых функций истории психологии в развитии психологического познания в условиях постоянно возрастающих объемов научной информации.

## Литература

*Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. М.: Наука, 2000.

*Ганзен В. А.* Системные описания в психологии. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1984.

- Головей Л. А., Журавлев А. Л.* Комплексные исследования человека в научной школе Б. Г. Ананьева: разработка проблемы индивидуальности // Историческая преемственность в отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Харитонова, Е. Н. Холондович. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 268–276.
- Журавлев А. Л., Костригин А. А.* Наукометрический подход в психологии // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 450–458.
- Елисеева И. Н.* Количественные методы в истории психологии: несколько проблемных вопросов // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2022. № 5. С. 277–301. doi: 10.38098/ipran.sep\_2021\_24\_4\_12
- Елисеева И. Н., Олейник Ю. Н.* Наукометрический анализ как метод изучения состояния и динамики научного направления (на примере использования категории «индивидуальность» в названиях диссертационных исследований, 1992–2018 гг.) // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 218–233.
- Елисеева И. Н., Олейник Ю. Н.* Наукометрический анализ отечественных диссертационных исследований, содержащих в названиях категорию «способности» (1992–2018) // Индивидуальное, национальное и глобальное в сознании современного человека: новые идеи, проблемы, научные направления / Отв. ред. Н. В. Борисова, М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 76–94. doi: 10.38098/univ.2020.55.72.005
- Олейник Ю. Н.* История психологии как история научных проблем: проблемологический подход // ИП РАН. Человек и мир. 2018. Т. 2. № 1. С. 20–40.
- Олейник Ю. Н.* К вопросу о единице анализа знания и процесса познания в историко-психологических исследованиях // История, современность и перспективы развития психологии в системе Российской академии наук: Материалы Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию создания Института психологии РАН / Отв. ред. Д. В. Ушаков, А. Л. Журавлев, А. В. Махнач, Н. Е. Харламенкова, А. В. Юревич, И. И. Ветрова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. С. 152–153.
- Олейник Ю. Н., Елисеева И. Н.* История исследований темперамента и характера в отечественной психологии: наукометрический анализ диссертационных исследований // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2022. Вып. 1. С. 65–77. doi: 10.17072/2078-7898/2022-1-65-77

**Когниции и метакогниции в жизнетворчестве  
Л. И. Анцыферовой: от логики мышления  
через психофизиологию познания до психотренингов мудрости  
личности (к 100-летию юбилею корифея психологии)**

*И. Н. Семенов, И. Г. Калашников*

Московский городской педагогический университет, Москва

В статье с позиций взаимодействия человекознания и когнитологии впервые эксплицирована следующая общая логика развития научно-познавательной деятельности выдающегося психолога Л. И. Анцыферовой как представителя школы С. Л. Рубинштейна: от опытов с творческим мышлением через анализ психофизиологии элементарных познавательных процессов до изучения сознания личности в рефлексивно-смысловых практиках ее консультирования и психотерапии мудрости. Ее жизнетворчество членится на шесть ключевых периодов, дифференцированных на основе анализа когнитивных и метакогнитивных аспектов, изучавшихся ею в процессах мышления и формирования личности. С учетом достижений их исследований в зарубежной и российской психологии характеризуются когниции мышления и метакогниции сознания личности в жизнедеятельности Л. И. Анцыферовой как субъекта научного творчества.

*Ключевые слова:* история психологии, логика развития, периоды жизнетворчества, творческое мышление, рефлексия, личность, когниции, метакогниции.

Перспективное направление психологии – ее тесное взаимодействие с возникшей в конце XX в. когнитологией как комплексной наукой о механизмах познания и ментальных ресурсах человека. Важный вектор ее развития – переход от психологического изучения когниций как форм манипулятивного отражения объективного мира и образов ориентировки в нем к исследованию метакогниций как инкорпорированных в эти формы рефлексивно-смысловых регулятивов в виде субъективных презентаций опыта социокультурного бытия и коммуникативных свойств личности, в том числе ресурсов человеческого капитала (Семенов, 2022; Семенов, Калашников, 2023) как продуктивного механизма непрерывного образования и профессионального творчества. Традиционно когнитивные компоненты человеческого капитала включают такие познавательные процессы, как восприятие, мышление, память, внимание, воображение и решение проблем. Эти компоненты определяют способность субъекта к обучению, адапта-

ции к новым ситуациям и успешному выполнению различных задач. Метакогнитивные компоненты человеческого капитала представляют собой знание о собственных познавательных процессах и способность их регулировать. Это включает оценку своих знаний и умений, умение планировать и мониторить свою деятельность, а также понимание, рефлексия (осознание, переосмысление) и саморегуляцию.

Историко-научный интерес представляет развитие творческого опыта Л. И. Анцыферовой (1924–2013) в психологическом анализе когнитивных и метакогнитивных как эвристического достижения российского человекознания рубежа XX–XXI вв. Методологическая проблема этого – в двойной онтологической трактовке когнитивных и метакогнитивных. Они, с одной стороны, характеризуют продуктивные формы человеческого капитала, генерируемые, накапливаемые, развиваемые Л. И. Анцыферовой как субъектом ее научного жизне творчества. С другой – они выражают знаниевые презентации предметно-психологического изучения исследуемых видов психической реальности во взаимодействии ее логико-рациональных трактовок при анализе мышления, а также – с пластическим динамизмом при экзистенциальном понимании развития сознания личности, противоречиво изменчивой в обстоятельствах жизни, активизирующих интуицию и резервы подсознания и стимулирующих рефлексия и преобразования бытия.

Современным ученым наиболее известны классические труды Л. И. Анцыферовой 1960–1970-х годов по истории западной психологии (в основном мышления) и по методологии развития личности 1980–1990-х годов. На этом фоне теоретического анализа ею психологического познания менее известны как оригинальные экспериментальные исследования 1950-х годов (Анцыферова, 1953, 1957) когнитивных аспектов решения творческих задач (что, наряду с классическими опытами Я. А. Пономарева и Ю. Б. Гиппенрейтер (Леонтьев и др., 1981), имело первопроходческое значение для послевоенной экспериментальной психологии творческого мышления), так и обобщение ею знаний о психофизиологической природе элементарных познавательных процессов (Анцыферова, 1961). Ныне же многообразные достижения 70-летних научных поисков Л. И. Анцыферовой (Семенов, 2022а) более известны изучавшимися ею на рубеже XX–XXI вв. когнитивными познаниями и метакогнитивными личностного роста. Они выражают возрастную динамику полифонии мудрости личности и ее консультативное развитие посредством рефлексивно-психологических практик и психотерапевтических тренингов, ассимилированных, модифицированных и практиковавшихся Л. И. Анцыферовой в об-

щении с клиентами. Тем самым ее жизнедеятельность реализовала следующую логику развития познания психологической реальности: от исследования творческого мышления и формирования интеллектуальных навыков (Анцыферова, 1953, 1957), через анализ психофизиологии элементарной деятельности (Анцыферова, 1961) до изучения роли сознания и подсознания в динамичной полифонии бытия личности (Анцыферова, 2004) и рефлексивно-смысловой практике ее психотренингового консультирования и психотерапии мудрости (Анцыферова, 2005).

С учетом рефлексии жизнетворчества Л. И. Анцыферовой следует дифференцировать в его развитии шесть ключевых периодов (Семенов, 2022а).

В период пропедевтики (1948–1952) она начала постигать психологию путем историко-научного анализа: сначала студенткой МГУ им. М. В. Ломоносова в дипломной работе о взглядах публициста XIX в. М. А. Антоновича на психику под руководством П. Я. Гальперина (в 1940-е годы историка психологии) и затем аспиранткой, исследуя трактовку И. П. Павловым мышления в кандидатской диссертации, руководимой С. Л. Рубинштейном (в 1950-е годы философа психологии) в русле стратегии его научной школы (Семенов, 2022б) на переход от анализа природных психофизиологических предпосылок мышления (в трудах И. М. Сеченова и И. П. Павлова) к его экспериментальному логико-психологическому исследованию. Развивая вслед за С. Л. Рубинштейном идеи И. П. Павлова о практическом наглядно-действенном мышлении, Л. И. Анцыферова акцентировала такие его когнитивные, как анализ и синтез, общие для психофизиологии животных и человека, что позднее было обобщено в специальной книге (Анцыферова, 1961).

Экспериментальный период (1952–1961) ознаменовался тем, что на Всесоюзном совещании психологов, состоявшемся в год успешной защиты диссертации, научный сотрудник Института экспериментальной психологии АПН РСФСР Л. И. Анцыферова выступила с докладом, впервые в послевоенной отечественной психологии посвященным экспериментальному исследованию решения творческих задач. Материалы этого совещания (в том числе с ее тезисами (Анцыферова, 1953)) были опубликованы через год под редакцией академика АПН РСФСР А. Н. Леонтьева, который в своем докладе, опубликованном еще через год, обобщил (Леонтьев, 1954) руководимые им эксперименты Я. А. Пономарева и Ю. Б. Гиппенрейтер также по решению творческих задач. Исследование продуктивного мышления продолжила под руководством С. Л. Рубинштейна сотрудник созданного им сек-

тора философских проблем психологии Института философии АН СССР Л. И. Анцыферова. С докладом по полученным ею результатам (Анцыферова, 1957) она выступила в 1957 г. на организованном в АН СССР С. Л. Рубинштейном Всесоюзном совещании по психологии познания. На нем он обосновал стратегию на ассимиляцию опыта экспериментатики и теоретических достижений как отечественной, так и мировой психологии в изучении мышления и личности как субъекта познавательной деятельности. Это далее реализовали его ученики в четырех сборниках, изданных в 1963–1966 гг. под редакцией нового заведующего сектором в ИФ АН СССР Е. В. Шороховой. В 1960-е годы учениками С. Л. Рубинштейна (Л. И. Анцыферова, А. В. Брушлинский, А. М. Матюшкин, В. Н. Пушкин, К. А. Абульханова-Славская) и последователями А. Н. Леонтьева (В. В. Давыдов, А. В. Запорожец, В. П. Зинченко, Я. А. Пономарев, О. К. Тихомиров) был издан ряд книг (Анцыферова, 1961; и др.) по когнитивной психологии. Их эвристический корпус послужил конструктивной теоретико-методологической базой и экспериментальным опытом для интенсивного развертывания в отечественной науке в конце XX в. разнообразных исследований продуктивного, оперативного, учебного мышления (П. Я. Гальперин, В. В. Давыдов, А. В. Брушлинский, Д. Н. Завалишина, Б. Ф. Ломов, А. М. Матюшкин, Я. А. Пономарев, Н. Ф. Талызина, И. С. Якиманская) в общей, инженерной, педагогической психологии.

В историко-научном плане оказалось, что позднее на статью трех авторов, переизданную в ряде хрестоматий (Леонтьев и др., 1981), регулярно – и внеисторично – идут ссылки (без упоминания более раннего труда (Анцыферова, 1953)) как на начало отечественной экспериментальной психологии творческого мышления (автором же первой монографии о нем в 1960 г. стал Я. А. Пономарев, начавший в МГУ им. М. В. Ломоносова ставить опыты с решением задач на смекалку в курсовых работах, руководимых П. Я. Гальпериным). При этом подчеркнем, что когниции мышления (как его интеллектуальные свойства) изучались ранее – во время Великой Отечественной войны – Б. М. Тепловым в 1943 г. на материале анализа креативного практического мышления выдающихся полководцев с характеристикой их предметно-интуитивных когниций и личностно-культурологических метакогниций.

В теоретический период (1962–1974) – в русле завещанной С. Л. Рубинштейном стратегии на ассимиляцию его школой (Семенов, 2022б) опыта мировой науки – Л. И. Анцыферова изучала в секторе философских проблем психологии ИФАН логику развития ключевых направлений зарубежной психологии (вюрцбургской школы, О. Зельца,



гештальтизма, А. Валлона, необихевиоризма и др.) и концептуально обобщала основные трактовки ими когний, характеризовавших свойства и закономерности процессов мышления в контексте междисциплинарного анализа достижений материалистической психологии в своей докторской диссертации, защищенной в 1974 г. в ИПАН.

В методологический период (1974–1989) заместитель главного редактора «Психологического журнала» Л. И. Анцыферова, изучая в ИПАН философские основы психологии, акцентировала ее теоретические подходы и методологические средства их реализации в исследованиях формирования личности. Интегрируя естественно-научный и социогуманитарный подходы, она анализировала категориальный строй и обобщила тенденции психологического познания с экспликацией его системно-предметных когний и рефлексивно-методологических метакогний при изучении механизмов мышления и анализе сознания и поведения личности.

В персонологический период (1990–2004) в творчестве главного научного сотрудника ИП РАН Л. И. Анцыферовой доминировала экзистенциально-субъектная проблематика на материале как ассимиляции зарубежной персонологии и психотерапии, так и собственного консультативно-развивающего опыта. Это констеллировалось в системно-динамическую концепцию (Анцыферова, 2004) перманентного развития человека в полидетерминированном и вариативном процессе его личностного роста, генерирующего эмпатийно-рефлексивные и мотивационно-смысловые метакогниции пластического поведения, в том числе в трудных жизненных ситуациях общения и поведения изменчивой повседневности.

В геронтопсихологический период (2005–2013) она в ИП РАН, ассимилируя и рефлексирюя аксиологию экзистенциализма (С. Кьеркегор, К. Юнг, К. Роджерс и др.), выстраивает онтологию динамизма жизненного пути (в том числе периодов взрослости и старости), изучая перипетии возникновения в опыте проживания личностью трудностей и потерь, успехов и обретений. Совладание с ними изживает комплексы и генерирует в процессе жизненного роста позитивные узлы эмоционально-рефлексивных метакогний мудрости (в том числе геронтопсихологических), актуализирующих как латентные подсознательные резервы человека, так и сознательно активируемые ресурсы его позитивного опыта и творческого потенциала, чему способствует также проживание процесса непрерывного образования и постижения призвания (в том числе профессионального) личности (Анцыферова, 2005).

Таким образом, начав с логико-психологического изучения когнитивных функций мышления (Анцыферова, 1953) и выяснения роли их латентных свойств в решении творческих задач (Анцыферова, 1957), дойдя до обобщения нервной природы элементарной познавательной деятельности (Анцыферова, 1961) и методологической экспликации рефлексивно-категориальных метакогнитивных психологии, она вновь обратилась (Анцыферова, 2004) к анализу динамизма взаимодействия подсознательных резервов и латентных ресурсов сознания личности как рефлексивно-смысловых регулятивов ее жизненного роста. Это позволило исследовать механизмы и практики развития мудрости (Анцыферова, 2005) в жизненном пути человека, что ныне конструктивно изучается последователями Л. И. Анцыферовой в современной экзистенциальной психологии личности и творчества.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Исследование процесса решения творческих задач // Материалы совещания по психологии / Отв. ред. А. Н. Леонтьев. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1953.
- Анцыферова Л. И.* Роль анализа в процессе решения творческих задач // Тезисы докладов на Совещании по вопросам психологии познания / Под ред. С.Л. Рубинштейна. М.: Институт философии АН СССР; Изд-во АН СССР, 1957. С. 95–111.
- Анцыферова Л. И.* О закономерностях элементарной познавательной деятельности. М.: Изд-во АН СССР, 1961.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Анцыферова Л. И.* Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: способы постижения истинного Я и призвания человека // Психологический журнал. 2005. Т. 26. № 3. С. 5–14.
- Леонтьев А. Н.* Опыт экспериментального исследования мышления // Доклады совещания по вопросам психологии / Под ред. А. Н. Леонтьева. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1954. С. 5–12.
- Леонтьев А. Н., Пономарев Я. А., Гиппенрейтер Ю. Б.* Опыт экспериментального исследования мышления // Общая психология: психология мышления. Хрестоматия / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. В. Петухова. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981. С. 269–280.
- Семенов И. Н.* Анцыферова Людмила Ивановна // Научно-образовательный портал «Большая российская энциклопедия». М.: БРЭ, 2022а. URL: <https://bigenc.ru/c/antsyferova-liudmila-ivanovna9fe147> (дата обращения: 12.08.2024).
- Семенов И. Н.* К 50-летию юбилею Института психологии в системе Академии наук: научно-организационный вклад креативно-человеческо-

го капитала школы С.Л. Рубинштейна // Известия РАО. 20226. № 3. С. 224–249. doi: 10.51944/20738498\_2022\_3\_163

*Семенов И. Н., Калашников И. Г.* Методологические проблемы психолого-педагогического исследования когнитивных и метакогнитивных элементов человеческого капитала одаренных учащихся // Известия ИППО. 2024. URL: <http://izvestia-ippo.ru/semenov-i-n-kalashnikov-i-g-metodologi> (дата обращения: 12.08.2024).

## **Индивидуальность как психическое бытие в учении В. В. Зеньковского**

*О. Е. Серова*

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва

Проблема индивидуальности остается одной из самых притягательных для психологического рассмотрения и, несмотря на крупные достижения в области психологической расшифровки целого ряда своих составляющих, требует разработки новых методологических подходов для определения своей интегрирующей целостности. В целях установления преемственности и альтернативности подходов, сложившихся в истории отечественной психологической науки, обогащения современного теоретико-концептуального поля был проведен анализ психологического учения об индивидуальности отечественного психолога, богослова и педагога В. В. Зеньковского (1881–1962). В аналитическом рассмотрении результатов достижений психологической теории ученым была доказана необходимость введения в современную ему психологию метафизической методологии как инструмента раскрытия внутренней сложности душевных явлений. Индивидуальность в его описании дана как живое единство психической жизни, ее реальная основа, источник и причина.

*Ключевые слова:* история психологии, В. В. Зеньковский, психологическая теория индивидуальности, метафизический анализ.

### **Введение: к постановке проблемы**

Понятие «индивидуальность» междисциплинарно. Более того, интегрируя в единство ряды онтологических, аксиологических, психологических, методологических характеристик, оно в своем понимании, по сути, соизмеримо с пониманием общей проблематики человеко-

знания (см., например: Головей, Журавлев, 2019; Журавлев, Кольцова, 2008; и др.). Обратная сторона такой содержательной и функциональной перенасыщенности — размытость конкретных смыслов его психологических определений по существу.

В рамках характерных для современной отечественной психологии подходов к изучению индивидуальности — как системного объекта исследования (Б. Г. Ананьев, 1968; В. С. Мерлин, 1986; В. Д. Небылицын, 1978; Б. М. Теплов, 1961, 1985; Э. А. Голубева, 1993, 1995, 1997; В. М. Русалов, 1988, 1990 и др.) и как субъекта познания (К. А. Абульханова-Славская, 1986, 1991; В. В. Семенова, 1998; Г. М. Андреева, 1999, 2000; В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев, 2000; А. В. Брушлинский, 2001, 2002; А. А. Волочков, 2002; А. М. Ким, 2002; В. В. Знаков, 2002, 2003; А. К. Мукашева, 2003; Д. И. Дубровский, 2004; Е. А. Сергиенко, 2005 и др.) — был получен богатейший эмпирический материал и сформулировано немало прогностически значимых теоретических концептов, само разнообразие, множественность и разноплановость которых позволяет трактовать их в качестве только различных линий анализа при рассмотрении архисложного явления, приоткрывающего для исследователя свои отдельные грани, но по-прежнему ускользающего от последних определений (Жданова, 2005; Калугин, 2019).

Анализируя современную исследовательскую ситуацию, В. А. Мазилев отмечает, что при изучении индивидуальности ученый сегодня сталкивается с трудностями, «которые происходят от недостаточной разработанности методологических проблем психологической науки» (Мазилев, 2012, с. 208). Этот вывод, с которым трудно не согласиться, определил собой историко-психологическую направленность выполненного нами исследования, в рамках которого, по классическому определению Б. М. Теплова, открываются возможности обращения к богатству научной традиции, поиска и теоретического анализа исторических альтернатив в методологии выдвинутых в современном контексте научных проблем (Теплов, 1960).

С точки зрения обогащающей познавательной альтернативы, значимым в качестве предмета исследования выступило философско-психологическое учение В. В. Зеньковского (1881–1962) об индивидуальности (Зеньковский, 1911), осуществившего метафизический синтез результатов эмпирического исследования проблемы индивидуальности в современной ему психологии: «кто серьезно смотрит на проблемы научной психологии», тот не может ограничиться «рассмотрением только области феноменального и неизбежно обращается к понятиям метафизики, дополняющим непосредственный опыт» (Зеньковский, 1911, с. 375), примером чему может послужить введение понятия «бессознательное».

## Понятие индивидуальности: логический аспект

Особенностью семантической разработки понятия индивидуальности в психологии, кроме прочего, выступает необходимость преодоления специфического логического затруднения: возможно ли познание индивидуального? Ведь познание — это установление общего в многообразии данных опыта путем сравнения. Соответственно, несравнимое, индивидуальное является «пределом нашего познания, его предельным понятием» (там же, с. 376). Индивидуальное, неповторимое мы переживаем, носим и осуществляем в себе.

Люди непохожи друг на друга, но конкретная непохожесть повторяется, типизируется, и, хотя существо индивидуальности непознаваемо, наличие типического, общего в индивидуальности создает возможность ее относительного познания. Так, в целостном переживании индивидуальности внимание выделяет путем абстрагирования общее и типическое как его элементы. «Но эти элементы есть продукт нашей абстракции, психологически вовсе не предшествующий тому целостному акту восприятия индивидуальности, который является подлинным фактом опыта. Но когда отдельные, полученные путем абстракции элементы вновь объединяются в логической связи, выступающей уже как понятие, то здесь понятие, логически воссоставляющее целостное переживание, следует за своими элементами, появляется позднее его, представляет как бы результат сочетания независимых ранее элементов» (там же, с. 377). Так индивидуальное вырастает из общего, и в этом начало метафизики индивидуальности (В. Дильтей).

Однако не случайно философы говорили о «загадке индивидуальности»: в ней есть нечто, что не избывается принципом типизации, или «единственное в своей единственности» (А. Шопенгауэр). Это «ядро индивидуальности» признается подлинной реальностью, эмпирически непознаваемой, однако способной выступать предметом научного описания не как объект изучения, а как ценность, объект оценки (Г. Риккерт). Ценность индивидуальности, данной в нравственных переживаниях, и делает ее для человека реальной.

Чувственное познание, вследствие своего дискурсивного характера, в состоянии приблизиться к индивидуальности настолько, насколько в ней присутствуют типические черты. Однако это не указывает на абсолютную непознаваемость индивидуальности, если учитывать не только рациональный спектр познавательных сил души. Ее реальность, причем во всей тайне своего бытия, целостно выступает и удостоверяется в нравственном, религиозном и эстетическом опыте, и характер освоения этой реальности динамичен, поскольку, обогащаясь,

изменяется наш опыт. Как постоянная принадлежность нашего личного опыта, индивидуальность остается в сфере нашего познания, но тип этого познания специфичен: ей соответствует не рассудочное, а интуитивное, непосредственное познание. Данные интуитивного (мистического), внечувственного опыта могут быть предметом научной обработки, так как являются составляющей в едином контексте многообразного познавательного опыта человека. В его неразрывном психологическом континууме индивидуальное выступает не только предметом оценки, но и «целью наших стремлений», и «носителем идеала» (там же, с. 380).

### **Понятие индивидуальности: психологические характеристики**

Представление о научности психологии в начале XX в. было связано с применением аналитической методологии и переходом от познания души к исследованию закономерностей душевных явлений, сняв с рабочей повестки вопрос о формировании целого из отдельных элементов. Проблема индивидуальности, неизбежно нося на себе отпечаток общей тенденции, в своем рассмотрении предполагала достижение ответа на вопросы: что такое индивидуальность с психологической точки зрения – как живой носитель тех или иных процессов? Как целое слагается из своих частей?

С периода учения Лейбница признавалось, что индивидуальность создается неодинаковостью «материала» души и различием комбинаций организации в целое этого «материала», зависимых от конкретных условий времени и пространства ее существования. Исследования Э. Меймана, А. Бине, И.-Ф. Гербарта, В. Штерна выдвинули еще один составляющий ее фактор – типические различия, наблюдаемые в психических явлениях. Общим свойством души оставалась функциональность, но было установлено, что осуществление однородных функций у различных индивидуумов настолько специализировано, что часто не поддается сравнительному анализу, и только «факт типизма» делает их объектами научного изучения (дифференциальная психология). Однако вывод о важности индивидуальных различий и возникновение дисциплины их изучения не привело к решению основного вопроса о том, что такое индивидуальность как форма психического бытия.

В плане методологии начала XX в. понятие индивидуальности имело номиналистическую, актуалистическую и субстанциональную трактовку.

С номиналистической точки зрения утверждение об индивидуальной душе означало, что некий комплекс психических явлений

единственно и неповторимо связан с определенным телом. Но когда индивидуализирующим началом выступают физические данные, предрасположения и задатки, в зависимости от которых актуализируется психический опыт, то собственно психологическую сторону составляет утверждение индивидуальности в качестве суммы тех особенностей и различий в материале и формах внутренней жизни, которые характерны для данной души (Э. Гартман, А. Лазурский). Таким образом, индивидуальность в номиналистическом рассмотрении представала как понятие суммы индивидуальных различий (материалистическая метафизика) и не имела психического обоснования.

В контексте актуалистической теории различия, характерные для данной души (особенности памяти, внимания, воображения и пр.), понимались как живая и целостная система, и акцент ставился на психологическом понимании индивидуального, так как исходил из основного постулата актуализма о душе как принципе психологической причинности. Представление об индивидуальности в виде комбинации разномодальных элементарных свойств (Г. Геффдинг) породило популярное среди ученых убеждение в возможности синтетического воссоздания на их основе реально существующих между индивидуумами различий. Однако тот факт, что никем не была доказана жизнедеятельность элементов, отдельная от целостной связи, в которой они функционируют (например, ощущения вне восприятия), говорил не в пользу этой точки зрения, и общепринятым стало положение теории Вундта: целое дано вместе со своими частями. Соответственно, актуалистическая точка зрения позволила утвердить положение: индивидуальность столь же реальный факт, сколь очевидна реальность ее отдельных проявлений.

Как считал В. В. Зеньковский, на новый уровень понимания индивидуальности как психологического бытия выводит рассмотрение проблемы изменяемости индивидуальных различий при сохранении единой внутренней логики в развитии и раскрытии индивидуальности, поскольку «делает неизбежным отделение реальной основы индивидуальности, определяющей ее развитие, от ее проявлений. Это отделение, приводящее к признанию метафизического ядра индивидуальности, совершенно неизбежно для систематической психологии, не игнорирующей факта целесообразности и внутренней логики в развитии индивидуальности» (там же, с. 388). ИмPLICITное признание реальной основы индивидуальности заложено в учениях о диспозициях и задатках, несмотря на то что понятие основы может быть только метафизическим, вводимым в дополнение к данным эмпирии.

Из этого следует, что раскрытие индивидуальности, испытывая воздействие внешних причин, может происходить (в зависимости от характера и силы их влияния) различно у разных людей, быстрее или медленнее, но с момента вступления в жизнь всякая индивидуальная душа имеет в себе те начала, которые и определяют основное в человеке. Таким образом, в психологии понимание индивидуальности имеет метафизический смысл, интегрируя в себе элементы изменчивости и неизменности. Психическая индивидуальность отчасти нам дана, отчасти задана, и нравственное развитие человека происходит как «выпрямление» (Г. Успенский) начала, лежащего в основании индивидуальности, гармонизирующего наличное многообразие проявлений внутренней жизни. «Хаотическое многообразие индивидуальных сил обосновывает нравственное развитие и тем оправдывает реальное значение того идеала, который смутно, но вполне индивидуально каждый из нас носит в себе (там же, с. 393).

## **Выводы**

В учении В. В. Зеньковского методология исследования проблемы индивидуальности была дополнена метафизическим уровнем, позволившим осуществлять рассмотрение индивидуальности в качестве целостного психологического бытия. Было показано, что забвение психологией своей метафизической основы и породило проблему неразработанности ее основных понятий и классификации душевных явлений при наличии обширной фактологической базы.

## **Литература**

- Головей Л. А., Журавлев А. Л.* Комплексные исследования человека в научной школе Б. Г. Ананьева: разработка проблемы индивидуальности // Историческая преемственность в отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Харитоновна, Е. Н. Холондович. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 268–276.
- Жданова С. Ю.* Психология познания индивидуальности человека: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Пермь, 2005.
- Журавлев А. Л., Кольцова В. А.* Введение: уникальность научного подхода Б. Г. Ананьева // Методология комплексного человекознания и современная психология. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 9–13.
- Зеньковский В. В.* Принцип индивидуальности в психологии и педагогике // Вопросы философии и психологии. Кн. 108. М., 1911. С. 369–393.
- Калугин А. Ю.* О некоторых методических аспектах исследования индивидуальности человека // Психология. Психофизиология. 2019. Т. 12. № 2. С. 29–40. doi: 10.14529/jpps190203



*Мазилев В. А.* Методологические проблемы исследования индивидуальности в психологии // Ярославский педагогический вестник. 2012. № 1. С. 208–218.

*Теплов Б. М.* О некоторых общих вопросах разработки истории психологии // Материалы второй Закавказской конференции психологов / Под ред. М. А. Мазманяна. Ереван: Армучпедгиз, 1960. С. 3–13.

## **Проблемы психологии личности в ярославской психологической школе\***

*Ю. Н. Сленко*

Ярославский государственный педагогический университет  
им. К. Д. Ушинского, Ярославль

В статье обсуждается начало разработки проблем психологии личности в ярославской психологической школе в 1950–1970 гг., инициированные В. С. Филатовым. Утверждается, что в постановке проблемы и развитии направлений ее исследований, в организационных способах ее решения имеются общие черты, связывающие В. С. Филатова и Л. И. Анцыферову. Анализ показал, что в обозначенный период в Ярославле проблемы психологии личности исследовались в трех направлениях: роль труда в развитии личности; психология и педагогика воспитания личности; развитие и формирование личности в учебной деятельности. Принимая во внимание недостаток систематических исследований истории психологии личности в ярославской психологической школе, статья имеет постановочный характер и обозначает вклад ярославских психологов в разработку данной проблемы. Утверждается, что перспективными для систематизации исследований представителей данной школы являются коммуникативная методология и модель соотношения теории и метода в психологии.

*Ключевые слова:* история психологии, психология личности, ярославская психологическая школа, деятельность, воспитание.

Личность и деятельность Л. И. Анцыферовой занимают особое место в истории отечественной психологической науки. В недавно вышедших в свет биографических очерках о выдающихся ученых Института психологии РАН авторы статьи о Л. И. Анцыферовой пишут: «Вид-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00599. URL: <https://rscf.ru/project/24-28-00599>.

ный методолог, историк психологии, Анцыферова многое сделала для развития отечественной психологии, для того чтобы психология личности нашла в ней достойное место. Она явилась организатором и заведующей первой в Академии наук СССР лаборатории психологии личности. Ответственный редактор коллективных монографий, автор книг по различным проблемам психологической науки, вдумчивый исследователь и уникальный мыслитель, беззаветно преданный науке, — таким предстает образ Анцыферовой в памяти тех, кто ее знал или только слышал о ней» (Воловикова, Харламенкова, 2020, с. 257).

Л. И. Анцыферова занималась исследованием множества актуальных проблем психологии. Отмечается ее вклад в развитие не только психологии личности и индивидуальности (Журавлев, Харламенкова, 2016 и др.), но и психологии развития (Сергиенко, 2014), истории и методологии психологии (Мазилев, 2019), в другие направления психологической науки.

Обращение в настоящем тексте к истории разработки проблем психологии личности в ярославской психологической школе и к трудам Л. И. Анцыферовой не случайно. Начало ее пути в психологическую науку совпало с новым этапом развития отечественной психологии, в частности, психологии в Ярославле в 1950-е годы. В это время заведующим кафедрой психологии Ярославского педагогического института был В. С. Филатов, внесший значительный вклад в становление ярославской психологической школы, подготовку молодых кадров психологов, постановку и разработку проблем психологии личности, психологии развития и воспитания, психологии труда, социальной психологии и др. (Мазилев, Слепко, 2022).

Несмотря на существенно разные задачи, стоявшие в те годы перед В. С. Филатовым и Л. И. Анцыферовой, между ними есть важная связующая нить, повлиявшая как на формирование их индивидуального стиля научной деятельности, так и на организационные решения в развитии психологической науки. В 1952 г. в Институте философии АН СССР В. С. Филатов защищает докторскую диссертацию по философии на тему «Учение о характере и его формировании в условиях социалистического общества». В этом же году Л. И. Анцыферова защищает кандидатскую диссертацию по психологии мышления на тему «Учение И. П. Павлова о высшей нервной деятельности и проблема мышления». В обоих случаях научным руководителем выступал С. Л. Рубинштейн, взаимодействием с которым у обоих его учеников продолжалось несколько десятилетий. Так, еще в 1940 г. В. С. Филатов защитил под руководством С. Л. Рубинштейна кандидатскую диссертацию по психологии на тему «Речь школьника».

Многое в характеристике Л. И. Анцыферовой как ученого и организатора науки созвучно оценке работы В. С. Филатова по развитию ярославской психологической школы. Словами, сказанными о ней, в полной мере можно охарактеризовать и В. С. Филатова: «Семь лет (с 1984 по 1991 гг.), в течение которых Людмила Ивановна руководила лабораторией психологии личности Института психологии АН СССР, были отмечены ее огромным трудом по налаживанию научной жизни и выполнению большого объема организационных работ. Руководство аспирантами, обсуждение научных проблем на заседаниях лаборатории (где по традиции, принятой еще С. Л. Рубинштейном, слово обязательно давалось каждому – от профессора до лаборанта), научное редактирование коллективных трудов, участие в работе научных конференций, взаимодействие с коллегами из других организаций и международное сотрудничество» (Воловикова, Харламенкова, 2020, с. 270). Как и Л. И. Анцыферова, В. С. Филатов внес огромный вклад в развитие психологии в Ярославле: достаточно вспомнить создание в 1947 г. отделения логики и психологии в ЯГПИ, открытие в 1949 г. психологической аспирантуры в институте, создание в 1964 г. при институте головной для Министерства просвещения РСФСР проблемной лаборатории психологии труда, трудового обучения и воспитания; организация в 1960-е годы конференций по проблемам психологии труда, трудового обучения и воспитания, получение в 1966 г. Ученым советом ЯГПИ права проведения защит кандидатских диссертаций по психологии, создание в 1970 г. третьего в СССР психологического факультета в Ярославле (ЯрГУ). Вне всякого сомнения, общность истории их становления как ученых и организаторов позитивно повлияла на развитие ими психологической науки в России.

Помимо сказанного, необходимо отметить, что, как и Л. И. Анцыферова, В. С. Филатов инициировал разработку в ярославской психологической школе многих проблем психологии личности. Тем более, что данная проблематика сопровождала его на протяжении фактически всей научной карьеры. Еще в 1933 г. в подготовленном для студентов педагогических институтов конспекте лекций по психологии В. С. Филатов обозначил перспективы разработки проблем психологии личности на основе марксистской психологии: были раскрыты социально-психологические факторы формирования личности, психология личности была соотнесена с разработкой проблемы психологических типов, отдельное место отводилось разработке проблемы характера в психологии и др. (Филатов, Александров, 1933). В последующие годы эта проблема изучалась им в аспектах социального развития личности, психологии и педагогики воспитания и форми-

рования характера, изучения роли труда в психическом развитии человека. Неслучайна и тема его докторской диссертации, посвященная выявлению общественно-исторических и естественно-научных основ учения о характере. Особое внимание следует обратить на работу 1966 г., посвященную психологии индивидуальности (Филатов, 1966): представленные в ней результаты психологического наблюдения за развитием ребенка являются одним из немногих в отечественной психологии образцов индивидуального подхода к анализу процесса психического развития в дошкольном возрасте.

Сказанное лишь частично характеризует сферу научных интересов В. С. Филатова. Важно обратить внимание на то, что его исследования позволили начать разработку в ярославской психологической школе широкой проблематики психологии личности. Все многообразие последней можно структурировать вокруг трех основных направлений: изучение влияния трудовой деятельности, профессии в целом на развитие личности; разработка проблем психологии и педагогики воспитания личности; исследование развития личности в учебной деятельности. Учитывая ограниченный объем настоящей публикации, тезисно раскроем содержание обозначенных направлений.

Вопросы формирования личности в труде изучались ярославскими психологами в рамках более широкой проблемы, имеющей условное название «Человек и труд». Если решение проблемы взаимодействия человека и техники было направлено на «описание психофизиологических характеристик человека, определяющих его взаимодействие с машиной» (Б. Ф. Ломов), то более широкое понимание роли труда в жизни человека связано с развитием и воспитанием личности в труде — ее способностей, мотивации, индивидуальных качеств и др. (В. С. Филатов). В рамках этого направления исследований следует обратить внимание на работы двух ярославских психологов — Ю. П. Вавилова и Н. П. Воронина. В предмет исследований Ю. П. Вавилова в 1970-е годы входила проблема личностного и профессионального самоопределения старшеклассников; помимо этого, самоопределение школьников рассматривалось как один из этапов более широкого и длительного процесса жизненного самоопределения (Вавилов, 1971). Предметом исследований Н. П. Воронина была проблема мотивации выбора рабочих профессий старшеклассниками, противоречий в мотивационном выборе между обучением в среднем профессиональном и высшем образовании и др. (Воронин, 1974). Конечно, разработка проблем формирования личности в труде не ограничивалась указанными работами. Однако и они позволяют заключить, что это направление исследований приобрело в ярославской психологической школе самостоятельный научный статус.

Еще одним направлением, имеющим длительную историю изучения в ярославской психологической школе, является разработка проблемы психологии и педагогики воспитания личности. Необходимо обратить внимание на работы И. М. Цветкова (Цветков, 1948 и др.), связанные с реконструкцией методики воспитания любви к труду и привычки трудиться, по К. Д. Ушинскому, с разработкой проблемы управления мотивацией школьников, использования вербальных и невербальных средств их оценки и воспитания, приемов воспитания средствами положительного и отрицательного оценивания в школе.

Не меньшее внимание в ярославской психологической школе уделялось разработке проблемы развития и формирования личности в учебной деятельности. Так, в работах Т. В. Карповой (Карпова, 1958 и др.) решалась проблема внедрения психологических знаний в школьную практику; ею была разработана методика и технология проведения этической беседы со школьниками. В 1970-е годы кафедры психологии ЯГПИ издавала специальные сборники научных трудов: «Педагогическая психология и школьная практика» (1972, отв. ред. Н. П. Ерастов), «Психологические проблемы рациональной организации учебной работы школьников» (1972, отв. ред. Н. П. Ерастов), «Психологические основы рационализации познавательно-практической деятельности учащихся» (1975, отв. ред. Г. А. Мурашев), «Формирование личности в учебной и трудовой деятельности» (1978, отв. ред. Г. А. Мурашев) и др.

Обобщая сказанное, необходимо заключить, что в 1950–1970-е годы проблематика психологии личности приобрела в ярославской психологической школе самостоятельный научный статус наравне с разработкой вопросов психологии труда, инженерной психологии, педагогической психологии. Важно, что выделенные направления исследований психологии личности продолжают развиваться и в настоящее время.

Проведенный анализ неизбежно носит предварительный характер. Это объясняется явной недостаточностью систематических обобщений истории разработки проблем психологии личности в ярославской психологии. Актуальными задачами дальнейшего историко-психологического исследования являются не только более детальное и глубокое изучение опыта разработки проблем психологии личности в ярославской психологии, но и их встраивание в более широкий контекст развития отечественной психологической науки. Учитывая сказанное, а также значительный объем исследований разного уровня и типа, автор считает необходимым заключить, что перспективным направлением систематизации отмеченных и многих других исследований

психологии личности является использование коммуникативной методологии психологической науки (Мазиллов, 2017). Наличие единой теоретической базы изучения проблемы личности в ярославской психологической школе позволит выявить общие методологические основы исследований на уровне компонентов их предтеории – предмета и опредмеченной проблемы, моделирующих представлений, идеи метода, базовой категории и организующей схемы.

### Литература

- Вавилов Ю. П.* Психологические особенности и основные факторы профессионального самоопределения старшеклассников средних школ: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 1971.
- Воловикова М. И., Харламенкова Н. Е.* Анцыферова Людмила Ивановна. Вклад в развитие психологической науки // Выдающиеся ученые Института психологии РАН: Биографические очерки / Под ред. А. Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 256–283.
- Воронин Н. П.* Психологический анализ мотивов выбора рабочих профессий учащимися старших классов средних общеобразовательных школ: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 1974.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Современные представления о личностном развитии и преемственность идей динамического подхода Л. И. Анцыферовой // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2016. Т. 1. № 4 (4). С. 61–73.
- Мазиллов В. А.* Методология психологической науки: История и современность. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2017.
- Мазиллов В. А.* Профессионал и время: о работах Л. И. Анцыферовой в области истории психологии // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 261–273.
- Мазиллов В. А., Слепко Ю. Н.* Филатов Василий Степанович: Методолог, психолог, организатор науки. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2022.
- Сергиенко Е. А.* Психология развития: идеи Л. И. Анцыферовой и их разработка в современной науке // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 25–34.
- Филатов В. С.* Ребенок открывает мир. Ярославль: Верхне-Волжское книжное издательство, 1966.
- Филатов В. С., Александров Н. М.* Психология (конспект лекций). Ставрополь-н/К.: Пролетарий, 1933.
- Цветков И. М.* Воспитание трудолюбия у детей (по Ушинскому) // Ученые записки. Вып. 13 (23). Педагогика и психология. Ярославль: ЯГПИ, 1948. С. 105–133.

## **Выбор в пользу жизни: осмысляя некоторые моменты научного наследия Л. И. Анцыферовой**

*Е. Е. Соколова*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

Представлен анализ одного из аспектов многогранного творчества Л. И. Анцыферовой – обсуждаемых ею вопросов жизни и смерти в контексте личносно ориентированных подходов в психологии. Согласно одному из них, выбор в пользу жизни может быть сделан даже в случае потери дорогих для скорбящего человека близких, если он продлевает их жизнь путем воспоминаний о них. Однако более продуктивным представляется второй путь: выход за пределы ранее сложившихся отношений и смыслов в новую деятельность, ориентированную на иных Других, следствием чего является появление и новых смыслов. Приводятся примеры подобной самотрансценденции в творчестве родителей, опубликовавших книги-исповеди об отношениях с их умирающими детьми, и откликов читателей этих книг, открывших для себя новые смыслы.

*Ключевые слова:* жизнь, смерть, смысл, деятельность, гуманистическая психология, экзистенциальная психология.

В настоящей статье представлен анализ лишь одного, но очень значимого, на мой взгляд, аспекта многогранного творчества Л. И. Анцыферовой, – обсуждаемых ею в ряде работ вопросов жизни и смерти человека в контексте личносно ориентированных подходов в психологии. Эти вопросы, несомненно, имеют отношение к ставшей чрезвычайно модной в последние десятилетия проблематике совладания с трудными жизненными ситуациями, к которой Людмила Ивановна обратилась едва ли не первой в отечественной науке. Однако размышления Л. И. Анцыферовой на указанную тему выходят за рамки обсуждения различных копинг-стратегий и затрагивают фундаментальные механизмы построения человеком его жизни, в том числе и особенно в период «поздней зрелости».

Совершенно справедливо указывая на то, что – по разным причинам – целостная личность и ее жизненный путь не были в центре внимания во многих направлениях научной психологии, включая отечественные психологические школы, Л. И. Анцыферова заинтересованно и прочувствованно разрабатывала основанный на идеях своего учителя С. Л. Рубинштейна субъектно-деятельностный подход к психологическому изучению развития личности, который в ее ра-

ботах оказался в той или иной степени связанным прежде всего с гуманистической традицией в зарубежной науке.

Однако внимательное чтение работ Л. И. Анцыферовой привело меня к выводу, что в них недостаточно ясно разводились довольно разные по своим методологическим основаниям линии развития этой гуманистической традиции — собственно гуманистическая в узком смысле слова и экзистенциальная. Об этом можно судить хотя бы по названию одной из глав фундаментального труда Л. И. Анцыферовой: «Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: способы постижения истинного Я и призвания человека» (Анцыферова, 2006, с. 400). Между тем различие двух указанных линий в конце XX в. стало предметом особого внимания и обсуждения, в том числе в отечественной литературе (Леонтьев, 1997), где и было показано, что, несмотря на многие сходные черты собственно гуманистической и экзистенциальной психологии, отдельные фундаментальные проблемы решаются в этих направлениях не просто по-разному, а прямо противоположным образом.

Судя по рассуждениям, представленным в указанной книге Л. И. Анцыферовой, ей ближе гуманистическая психология в узком смысле слова. Так, многократно цитируя труды К. Роджерса и А. Маслоу, она разделяла их убеждения в том, что в каждом человеке имеются силы, «мотивирующие его по направлению к здоровью, плодотворному усилию, к реализации своих лучших возможностей» (Анцыферова, 2006, с. 376), что в человеке исходно заложено стремление развиваться в позитивном направлении, иначе, по ее словам, психотерапия была бы невозможна. В то же время она видела и прописывала в ряде своих публикаций принципы и положения экзистенциальной психологии, представленной, в частности, в логотерапии В. Франкла, который, как известно, был серьезным критиком гуманистической психологии.

Рассмотрим более подробно, как подходила сама Л. И. Анцыферова к решению самых главных вопросов человеческого существования — жизни и смерти. С ее точки зрения, человек всегда стоит перед выбором: отыскать смысл собственной жизни и отстаивать его несмотря ни на что или уступить смерти, т. е. чувствам безысходности и отчаяния, в крайнем случае даже решившись на самоубийство. Однако, по мнению Людмилы Ивановны, в любом состоянии человек может найти если не радость, то отраду, ибо жизнь полна доброго и светлого, и поэтому человек может и должен противостоять трудностям, делать жизнь определенной, а не бежать от нее, т. е. осуществлять выбор в пользу жизни, а не смерти.



Зададимся вопросом: о выборе в пользу какой жизни идет речь? В цитируемой нами книге неоднократно утверждается, что это жизнь, насыщенная различными переживаниями. Л. И. Анцыферова полагала, что в самой природе человека «заложено стремление к переживанию всей полноты жизни» (там же, с. 253) и что чем более наполнена подобными переживаниями, даже мучительными, жизнь человека, тем меньше он тревожится по поводу собственной будущей смерти. За всем этим стоит, по ее мнению, изначально существующая в человеке потребность в самоактуализации, которая никуда не исчезает вместе с потерей физических сил с возрастом; напротив, человек все равно «может сохранить способность прогрессивно развиваться как личность» (там же, с. 270), особенно если образ его жизни ранее носил творческий характер. Даже на заключительных этапах жизни человек может «расширить субъективное пространство своего жизненного мира» (там же, с. 275) за счет появившихся возможностей актуализации своих «виртуальных личностей». Отсюда, отмечала Л. И. Анцыферова, исходят наблюдаемое у многих представителей так называемого продуктивного типа старения стремление даже в преклонном возрасте приобрести новую профессию или навыки, которыми человек по разным причинам не сумел или не позволял себе овладеть в молодые годы, тяга к необычным переживаниям во время рискованных путешествий, экспериментирование с жизненными ролями, стремление к автономии и инициативе и т. п.

Однако в то же время старение человека сопровождается и утратой части значимых переживаний в связи с потерей любимых и дорогих ему людей. Изучение соответствующих материалов и собственное наблюдение за подобными случаями привело Л. И. Анцыферову к выводу, что с задачей понять или найти новый смысл жизни в данных ситуациях легче всего справляются верующие люди, которые надеются на посмертную встречу с любимыми. А как быть тому, кто не является верующим человеком?

В собственной практике общения с такими людьми Л. И. Анцыферова сталкивалась с тем, что многие из них говорили или писали ей, что жизнь потеряла для них всякий смысл, и поэтому они приняли решение уйти из жизни. В этом случае она предлагала такой способ совладания с горем: «осмыслить свою жизнь как продолжение жизни дорогого человека в форме не только образов и чувств, но и сохраняющихся ощущений от его прикосновений, чувств, возникавших в его присутствии. Мысленные беседы с ним, рассказы о своих неудачах, обидах и успехах упрочивают переживание непрерывающейся связи с ним» (там же, с. 259–260). К примеру, человеку, потерявшему горячо

любимую жену, Людмила Ивановна написала, что, убив себя, он убьет образ своей любимой, который только он и хранит в памяти во всей полноте. Кто-то, констатировала Л. И. Анцыферова, без всякого обращения к психологу находит приемы, облегчающие его переживания горестной утраты: так, например, родители, потерявшие ребенка, превращают комнату умершего в своеобразный мемориал, даже музей, в котором отражены этапы его жизненного пути. Таким образом, в подобных случаях смысл продолжать жить заключается в том, чтобы продлить жизнь любимого в мире переживаний оплакивающего его человека. Однако, согласно В. Франклу, чьи труды также цитировались Л. И. Анцыферовой, существует другой, более адекватный, путь обретения нового смысла жизни.

Во многих своих работах В. Франкл утверждал, что подлинный смысл человек обретает лишь при самотрансценденции своего существования: «...человеческое бытие всегда ориентировано вовне на нечто, что не является им самим, на что-то или на кого-то», и только «в служении делу или любви к другому человек осуществляет сам себя» (Франкл, 1990, с. 29). Именно поэтому он выступал критиком гуманистической психологии с ее центрацией на собственных переживаниях и стремлениях человека, не имеющих в виду этого Другого. Таким образом, предлагаемый Франклом путь обретения нового смысла предполагает выход за пределы ранее сложившихся отношений и смыслов в новую, более сложную и трудную, деятельность, ориентированную не столько на ушедших, сколько на иных Других, живущих в этом мире.

В рассматриваемых случаях потери любимого это может означать, например, продуктивную деятельность по написанию и изданию книги, посвященной воссозданию последних месяцев, недель и дней умирающего человека и переживаний ухаживающих за ним его близких. Литература подобного типа, особенно если речь идет о неизлечимо больных детях (Харьковский, 2019), часто вызывает отторжение у тех читателей, которые ищут в книгах прежде всего развлечение и которые не сталкивались, к счастью, с подобными ситуациями в жизни. Однако работы такого рода не только облегчают горе потерявших ребенка родителей, ставших авторами соответствующих книг, — они придают им новый смысл жизни, выходящий за пределы собственных воспоминаний о горестных потерях. И если считать смысл, в соответствии с учением школы А. Н. Леонтьева, следом «взаимодействия с объектом, явлением, ситуацией в виде отношения к ним» (Артемьева, 1987, с. 11), или, короче, просто «следом деятельности», то обрести новые смыслы можно путем построения новой деятельности, имеющей в виду не только ушедших, но и иных Других.

В упомянутой работе А. Н. Харьковского, автор которой много лет занимается психологическим сопровождением тяжело болеющих детей и их родителей, приводятся два ярких примера подобного родительского подвига: не просто пережить уход любимых детей, но найти в себе силы рассказать об этом Другим и тем самым внести свой вклад в возможное изменение их смыслов. 15-летняя героиня одной из историй в последние недели жизни писала дневник специально для своих родителей, и ее мать обнародовала данное завещание дочери в своей книге, уверенная в том, что это было желанием и самой девочки. В откликах на аналогичную книгу, написанную отцом 9-летней Сашеньки (Бобров, 2018), ее потрясенные читатели писали, что автор стремился не только поведать Другим о своей боли, но и помочь тем родителям, которые уже оказались или могут оказаться в подобной ситуации. Кроме того, один из читателей признался, что книга побудила его переосмыслить собственную жизнь, освободив ее от груза переживаний по поводу мелочной повседневности.

Предложенные же Людмилой Ивановной способы продления жизни дорогого существа в образах, чувствах и ощущениях оплакивающего его человека, на мой взгляд, приводят к консервации старых смыслов, а не к созданию новых, которые станут «следами» новой продуктивной деятельности, ориентированной прежде всего на иных Других. Даже когда Л. И. Анцыферова советовала при совладании со своим горем «подготовить жизнеописание любимого человека, припомнить не только важные события, но и мелкие эпизоды из его жизни и рассказывать о них другим» (Анцыферова, 2006, с. 260–261), акцент опять-таки сделан на собственных переживаниях человека, потерявшего близкого, а не на трансценденции в смысле В. Франкла.

В заключение отмечу, что выбор «в пользу смерти» в определенных случаях может, напротив, свидетельствовать о выборе «в пользу жизни», когда человек сознательно жертвует собой ради Других. Но это уже совсем другая история, которая заслуживает отдельного обсуждения.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Артемьева Е. Ю.* Психология субъективной семантики: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 1987.
- Бобров Н. П.* Сашенька. Последний год. Записки отца. М.: Никая, 2018.
- Леонтьев Д. А.* Что такое экзистенциальная психология // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсовет-

ской психологии / Под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. М.: Смысл, 1997. С. 40–54.

Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

Харьковский А. Н. Дитя и болезнь. Неведомый мир по ту сторону диагноза. М.: Никея, 2019.

## **Николай Ладовский – известный архитектор и неизвестный психотехник**

*Н. Ю. Стоюхина, Д. В. Миронов*

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского, Нижний Новгород

В данной статье речь идет о новом для историков психологии имени известного архитектора, лидера такого направления в советском авангарде, как рационализм, Николая Александровича Ладовского (1881–1941), о котором писали историк искусства М. Ферингер и историк архитектуры С. О. Хан-Магомедов. Н. И. Ладовский организовал и возглавил Объединенные левые мастерские (Обмас) ВХУТЕМАСА, ставшие основой формирования рационализма, организовал Ассоциацию новых архитекторов (АСНОВА); он преподавал пропедевтическую дисциплину «пространство», ставшую основной дисциплиной для всех студентов ВХУТЕМАСа. В 1927 г. Ладовский открыл архитектурную психотехническую лабораторию и архитектурный кабинет при ней для изучения психофизиологии восприятия различных объектов искусства (архитектурных форм, пространства и цвета), разработал программу обучения для будущих архитекторов.

*Ключевые слова:* история психотехники, архитектурная психотехническая лаборатория, Н. И. Ладовский, изучение восприятия.

Появление нового термина в современной истории психологии – «неканоническая история психологии» (Гусельцева, 2024) – свидетельствует в первую очередь о развитии историко-психологической мысли, которое мы сейчас переживаем. Следуя словам автора, под канонической понимается та история психологии, которая отражена в содержании учебников и учебных пособий с сохранением интерпретаций, заимствованных из советского дискурса; соответственно, неканоническая история психологии – это рождающееся стихийное движение исследователей, в результате кропотливой и добросовестной

работы которых складывается новое видение советской психологии «как айсберга, где за очевидной – отраженной в анналах, канонической – частью скрывается основательная, но не попадающая в поле зрения, не отрефлексированная часть» (там же, с. 36).

На фоне новых исследований (История отечественной и мировой..., 2023; Методология советской психологии..., 2022; Советская психология..., 2024) привлекает внимание история, рассказанная не историками психологии, а историком искусства из Геттингенского университета им. Георга-Августа М. Фёрингер и исследователем архитектуры русского авангарда Селимом Омаровичем Хан-Магомедовым (1928–2011) о советском архитекторе Николае Александровиче Ладовском (1881–1941), организовавшем психотехническую мастерскую и активно применявшем экспериментальные методы психологии (Хан-Магомедов, 2011).

О жизни советского архитектора, лидера рационализма в советской архитектуре, педагога, члена-корреспондента Академии архитектуры СССР Николая Александровича Ладовского известно немного: «у него не было семьи, он жил один. Умер он в Москве в первый, самый трудный для нашей страны, год войны, когда проблемы архитектуры отошли на второй план, а многие его соратники и ученики были на фронте или в эвакуации» (там же, с. 16). Пятьдесят лет С. О. Хан-Магомедов восстанавливал текстуальное и проектно-графическое наследие творческой школы Ладовского, искал и обрабатывал многочисленные архивные документы, неопубликованные оригиналы и фотокопии проектов и эскизов, проводил беседы и интервью с представителями этого и смежных направлений в архитектуре, что позволило автору реконструировать концепцию одного из оригинальных явлений советской архитектуры XX в. – рационализма, объединив материалы в одном издании.

С. О. Хан-Магомедов писал, что после февраля 1917 г. студенты Училища живописи, ваяния и зодчества (в конце 1920 г. объединенного с бывшим Императорским Строгановским центральным художественно-промышленным училищем и преобразованного в Высшие художественно-технические мастерские – ВХУТЕМАС, а позднее – во ВХУТЕИИ), где учился Н. А. Ладовский, требовали реформирования обучения, и весной был приглашен И. Н. Жолтовский, горячо принятый студентами, – более того, «все будущие основатели архитектурного течения рационализма пришли к Октябрю 1917 года убежденными приверженцами неоклассики и поклонниками И. Жолтовского» (там же, с. 31), но вскоре – через два года – проявился творческий конфликт с И. Жолтовским, в результате которого начал формиро-

ваться рационализм (рационалистическая архитектура, рацио-архитектура (Хан-Магомедов, 2011)). В конце 1920 г. Ладовский возглавил Объединенные левые мастерские (Обмас) ВХУТЕМАСА, ставшие основой формирования рационализма, а в 1923 г. он с соратниками организовал Ассоциацию новых архитекторов (АСНОВА), отделившись от своего факультета во ВХУТЕМАСе в собственное автономное отделение, где начал преподавать пропедевтическую дисциплину «пространство», которая стала основной дисциплиной для всех студентов ВХУТЕМАСа. Междисциплинарный подход, поиск нового лежали в основе этой дисциплины, что соответствовало потребностям нового общества в организации пространства.

Как считает М. Фёрингер, «психоанализ в терминологии Ладовского не имеет ничего общего с фрейдистским его пониманием, а обозначает только анализ влияния пространства на человеческую психику» (Фёрингер, 2019, с. 67). Как же понимал Ладовский психику? — как функцию зрения и движения, проявляющуюся через координацию визуального восприятия и телесного движения, которое меняет творческий процесс творца-архитектора: «его визуальные впечатления должны исходить непосредственно из наблюдений за природой, из физических ощущений от архитектуры, и через пространственную модель, на которой испытывается их воздействие, переноситься на пространство реальное, то есть путем, отличным от традиционно принятого» (там же, с. 67). Первым этапом в обучении будущих архитекторов стало составление пространственной модели, скульптурного моделирования в пространстве. Хан-Магомедов и Фёрингер приводят слова Ладовского: «Художник видит лучше обыкновенного зрителя и должен передать зрителю свои чувства». Чтобы архитектор мог развивать пространственное воображение и развивать чувства, Николай Александрович с 1926 г. стал создавать психотехническую лабораторию для научного исследования «объективных психофизиологических закономерностей восприятия человеком архитектурных форм, пространства и цвета» (там же, с. 77). Он обосновал необходимость открытия лаборатории: для архитектурного мастерства каждому специалисту необходимы научные знания, в том числе о закономерностях восприятия, а также о способах воздействия на него и другие психические процессы. Наукой, активно входившей в различные сферы искусства и техники, была тогда развивавшаяся психотехника (Хан-Магомедов, 2011, с. 213). Последняя также стала важной частью архитектуры.

15 февраля 1927 г. заработали Архитектурная научно-исследовательская лаборатория и архитектурный кабинет при ней. Лаборатория

включала сектор анализа архитектуры, исследовавший непосредственное воздействие на психику элементов архитектуры, их взаимодействие, влияние цвета, света, фактуры на архитектурное сооружение и т. д.; организационно-экономический сектор, изучавший социально-бытовые и технико-экономические проблемы архитектуры; педагогический сектор, определявший профессиональную пригодность. Среди исследований, проделанных под руководством Н. А. Ладовского, значатся психотехнический анализ деятельности архитектора, подготовка экспериментальных материалов для дисциплин по изучению пространства, изучение воздействия зрительных переживаний на выполнение трудовой деятельности, использование кинокамер при планировке комплексов зданий, анализ цветового выбора при проектировании архитектуры, рационализации архитектурной техники и алгоритмов, определение профиля потребителя в сфере архитектуры, составление программ по конструированию социального типа жилища и др. (там же). Ладовский сам сконструировал приборы для измерения глазомера: лиглазомер, плоглазомер, оглазомер, углазомер, предназначенные не только для проверки глазомера, но и развития его у студентов. Чувство соотношения величин, форм в пространстве он считал важным показателем профессионального мастерства архитектора.

Исследователи творчества Ладовского не нашли подтверждения того, что он был знаком или общался с психотехниками, но М. Фёрингер убедительно показывала, что культурная атмосфера в Советском Союзе была буквально пропитана психотехническими идеями. К тому же было и обратное движение — от психотехников к архитекторам. В июне 1931 г. И. В. Сталин выступил на совещании для представителей хозяйственных организаций со знаменитыми «шестью условиями» — комплексом хозяйственно-политических мероприятий в деле хозяйственного строительства. Было развернуто всесоюзное движение по внедрению этих условий в деятельность всех организаций. Председатель Всесоюзного общества психотехники и прикладной психофизиологии И. Н. Шпильрейн в одном из выступлений говорил: «В нынешнем 11 году работы по психотехнике в СССР задача „по-новому работать, по-новому руководить“, поставленная шестью условиями, упомянутыми в речи тов. Сталина, встает во весь рост и перед психотехниками...каждое из них [условий. — Н. С., Д. М.] является целой программой для психотехнической работы. <...> Необходимо применить все средства, которые знает наша наука, для того чтобы обеспечить помощь социалистическому строительству в „покрытии всех... культурных потребностей... и в смысле продовольственного снабже-

ния, и в смысле жилищ<sup>4</sup>. Надо, чтобы психотехника помогала в этом деле, чем она может — серьезными исследованиями — и с непременным практическим выводом — того, как при имеющихся налицо средствах возможно создать наиболее обеспечивающие удовлетворение культурных и материальных потребностей жилища» (Шпильрейн, 1931, с. 282—283). К характеристикам зданий и жилья, в проектировании, разработке и рационализации которых могла использоваться психотехника, Шпильрейн относил освещенность помещений, цвет стен, распределение, размер и форма комнат, мебели и других предметов. При строительстве городов психотехнические знания могли применяться к проектированию улиц, путей сообщения внутри города и между городами, размещению магазинов и культурных учреждений, организации уличного движения, снижению аварийности и др.

По системе Ладовского и его соратников и сейчас ведется обучение студентов Московского архитектурного института. От архитектора Н. А. Ладовского остались два реализованных проекта: вестибюль станции метро «Красные ворота» и вестибюль и перронный зал станции «Лубянка».

Память о нем возрождается: в 2017 г. прошла выставка «Эксперимент Ладовского»<sup>\*</sup>, посвященная психотехнической лаборатории ВХУ-ТЕИНа. В экспозиции были представлены различные инструменты, с помощью которых осуществлялось определение у учащихся степени развития зрительного восприятия, в частности, «пространственной одаренности». Кроме того, среди экспонатов можно было найти разные материалы (эскизы, фотографии и макеты), которые использовались на учебных занятиях по дисциплине «Пространство», преподававшейся Н. А. Ладовским в 1920-е годы. Данная выставка проводилась галереей «На Шаболовке», которая сейчас находится в Хавско-Шаболовском жилмассиве — уникальном архитектурном проекте, выполненном в стиле рационализма под руководством Н. А. Ладовского.

Историкам психологии имя этого архитектора, оценившего психотехнику и самостоятельно ее разрабатывавшего в рамках решения своих практических задач, неизвестно, — тем ценнее опыт специалистов других дисциплин, открывающих его для психологов.

## Литература

*Гусельцева М. С.* Неканоническая история советской психологии: постановка проблемы // Советская психология: этап истории науки и мен-

---

\* Подробнее см.: <https://gallerix.ru/pr/vystavka-eksperiment-ladovskogo>; <https://smotrim.ru/audio/2294414> (дата обращения: 12.08.2024).



- талитет / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. В. Ушаков, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024. С. 35–100.
- История отечественной и мировой психологической мысли: знать прошлое, анализировать настоящее, прогнозировать будущее: Материалы международной конференции по истории психологии «VII Московские встречи», 01 июня–03 июня 2021 г. / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Ю. В. Ковалева, Ю. Н. Олейник. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Методология советской психологии в период открытого кризиса: Антология / Сост. и отв. ред. Н. Ю. Стоюхина, А. А. Костригин, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022.
- Советская психология: этап истории науки и менталитет / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. В. Ушаков, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024.
- Ферингер М.* Авангард и психотехника: наука, искусство и методики экспериментов над восприятием в послереволюционной России. М.: Новое литературное обозрение, 2019.
- Хан-Магомедов С. О.* Николай Ладовский. М.: С. Э. Гордеев, 2011.
- Шпильрейн И. Н.* О повороте в психотехнике // Психотехника и психофизиология труда. 1931. № 4–6. С. 247–285.

## **Поступок как ключевая психологическая характеристика исторической личности\***

*Е. Н. Холоднович*

Институт психологии РАН, Москва

В статье анализируется понятие «поступок» в истории отечественной психологии, рассматриваются представления о поступке в работах М. М. Бахтина, С. Л. Рубинштейна, К. А. Абульхановой-Славской, В. А. Роменца, В. П. Зинченко, Е. Е. Соколовой и др. Обосновывается значение поступка для исторической психологии. Дается обобщенная характеристика поступка как социально-психологического понятия: структура, факторы детерминации, важность для определения направленности личности, ее самостроительства, формирования индивидуальности и субъекта жизни. Подчеркивается значение исторического времени в формировании поступка исторического лица, его роль для последующих поколе-

---

\* Исследование выполнено по Госзаданию № 0138-2024-0010.

ний. Обосновывается необходимость использования данного понятия для комплексной реконструкции целостной жизнедеятельности исторической личности. Делается вывод о том, что поступок является ключевой характеристикой исторической личности и ее жизненного пути.

*Ключевые слова:* историческая психология, историческая личность, поступок, структурно-динамическая модель, комплексное изучение исторической личности, структура поступка, этапы жизненного пути.

В исторической психологии объектом изучения выступают личность и/или группа, включенные в конкретное историческое время. И то, и другое, как правило, удалено от исследователя, поэтому современные методы анализа не всегда применимы для их изучения. Чтобы преодолеть имеющиеся трудности, в психолого-исторической реконструкции используется теоретическая модель, опирающаяся на современные научные представления, позволяющая задать траекторию движения исследования и изучить психологическую реальность, удаленную во времени. Структурно-динамическая модель комплексного изучения исторической личности была разработана нами при изучении гениев русской словесности. Она базируется на представлениях о человеке Б. Г. Ананьева, субъектно-деятельностном подходе С. Л. Рубинштейна, системном подходе Б. Ф. Ломова и представлениях В. А. Кольцовой о системном изучении исторических объектов (Холондович, 2021). Важнейшим понятием, системообразующим фактором в данной модели выступает поступок.

Л. И. Анцыферова, определяя личность как развивающуюся систему, писала, что «развитие личности, в каком бы направлении оно ни шло, — это не то, что с личностью „случается“: личность — это субъект своего собственного развития, постоянно находящийся в поиске и построении тех видов деятельного отношения к миру, в которых могут полное всего проявиться и развиться уникальные потенции конкретного индивида» (Анцыферова, 1981, с. 5). При этом она настаивала на том, что развитие происходит в деятельности на всех этапах жизненного пути личности. Вступая во взаимодействие с миром, личность осуществляет его в активном самостроительстве, неотъемлемой частью которого выступает поступок. Именно он дает возможность человеку «постоянно выходить за свои пределы, достигать возможной полноты воплощения в индивидуальной форме своей родовой сущности» (там же, с. 4). Таким образом, человек должен реализовываться в своих поступках, межличностных отношениях, своих делах, совершенствоваться и выходить за свои пределы, достигая уровня субъекта собственной индивидуальной жизнедеятельности.

Поступок в отечественной психологии исследовался М. М. Бахтиным, В. А. Роменцом, С. Л. Рубинштейном, К. А. Абульхановой-Славской, В. П. Зинченко и др. Так, М. М. Бахтин писал, что человек осуществляет свое бытие через поступок, который он определял как ответственный индивидуально-персоналистический акт. Его характеризуют аксиологичность, событийность, единственность и ответственность. При это Бахтин подчеркивал, что поступок не может быть сам по себе нравственным или безнравственным: моральную окраску ему придает человек. Бахтин указывал на то, что поступком может быть вся жизнь человека (Бахтин, 2003).

В. А. Роменец выделял структуру поступка: ситуация (отношение человека к миру), мотивация (цели и средства, система ценностей), действие (поведение), последствие, где наибольшее значение имеет «совесть поступка», или «самонаказание», за которым следует новое действие. Таким образом, идет трансформация самосознания в самоанализ и в последующее самосозидание. Последствие напрямую связано с рефлексивным уровнем сознания, на котором сосредоточена готовность к новому поступку (Кольцова, Олейник, 2012).

Для С. Л. Рубинштейна действие становится поступком по мере формирования самосознания человека, осознанного отношения к самому себе и окружающему, в том числе к нормам общественной морали. Он писал, что через анализ поступка можно говорить о «семантике» поведения человека – в его основу заложены смысл и значение явления, а также внутренние мотивы человеческого поведения. Через поступок осуществляется замысел жизни в целом, поэтому он должен быть важнейшим показателем при изучении личности. В нем заключены часто смысл жизни, переоценка ценностей, «переинтонирование духовной жизни человека», как писал С. Л. Рубинштейн (Рубинштейн, 1997). Вслед за ним К. А. Абульханова-Славская, указывая на то, что поступок присущ только субъекту жизни и говорит о его активной позиции, выделяет событие как контекст поступка, в котором осуществляется связь человека с историческим временем. Именно эта связь через конкретное событие, выбор человека, совершаемый им поступок и придает ему особое значение (Абульханова-Славская, 1991).

В. П. Зинченко выделял поступок как свободное, осознанное и ответственное действие человека, выводящее его на предпоследний уровень, предшествующий становлению личности и человека исторического. Для осуществления поступка необходимы ситуация, ее осмысление, мышление и рефлексия. Поступок, «порожденный всем опытом жизни, деятельности и прежде всего сознания», уника-

лен по своей природе. Может показаться, что он совершается на неосознанном уровне, но это не совсем так, так как он подготовлен всем опытом жизни человека, поднимает его на новый уровень сознания — рефлексивный. Поступок имеет значение смысловое (вневременное) и персоналистическое (конкретно-историческое). Он разворачивается в пространстве и времени конкретно-индивидуальном и конкретно-историческом (Зинченко, 1991).

Значение поступка для исторической психологии было отмечено Е. Е. Соколовой, глубоким исследователем творческого пути А. Н. Леонтьева и его школы (Соколова, 2021). В ее докторской диссертации был выполнен анализ данного понятия с позиции школы А. Н. Леонтьева (Д. А. Леонтьев, В. В. Столин, В. В. Петухов, В. А. Иванников и т. д.), осмысление и переработка его для исторической психологии: предложено использовать психолого-историческую реконструкцию поступка, совершенного исторической личностью, связанного со значимым историческим событием, выделение его значения для конкретного времени и конкретного исторического лица. Исследователь также рассматривает поступок (его мотивационно-смысловую и операционально-техническую составляющую, основанную на индивидуальных свойствах) конкретной личности как важную причину становления и развития целого поколения. В ее интерпретации поступок, кроме предложенных С. Л. Рубинштейном этапов его совершения (наличие цели, конфликта мотивов, принятие решения, связанного с выбором одного из мотивов, и совершение поступка), дополняется факторами, детерминирующими целеполагание и мотивационную сферу личности, и в целом историческим контекстом, эту личность воспитавшим. Важным показателем, по мнению Е. Е. Соколовой, становится также последствие поступка, так как он может стать примером поведения для других людей. Это имеет большое значение для воспитания людей — поступок личности дает ключ к пониманию социально-психологических характеристик целого поколения в определенное историческое время.

Таким образом, возможно выделить следующие характеристики поступка как психолого-исторического понятия:

- поступок имеет свою структуру: ситуация, цель, борьба мотивов, действие, последствие;
- поступок формируется на уровне самосознания и на рефлексивном уровне сознания и включает весь опыт жизни человека;
- поступок всегда ценностно обусловлен, конкретно-индивидуален, ситуативен, ответственен, включает всю систему отношений, переживаний, притязаний, в нем актуализируется вся стра-

тегия жизни человека, поэтому поступок выводит его на уровень индивидуальности и субъекта собственной жизни;

- на каждом этапе жизненного пути человека поступок присутствует, его наличие или отсутствие определяется стратегией жизни человека;
- поступок исторической личности детерминирован конкретным историческим временем;
- поступок может выступать примером для поведения представителей последующих поколений.

В структурно-динамической модели комплексного изучения исторической личности поступок является показателем индивидуальности человека, где происходит достраивание личности до духовно-нравственных глубин, а также формирование и проявление рефлексивного уровня сознания, выход на уровень субъекта собственной жизни. На данном уровне важнейшее значение имеют самосовершенствование личности (или другая крайность – моральное разложение) через ситуации выбора и формирования собственной конкретно-индивидуальной стратегии жизни. В этой связи необходимо рассматривать активность исторической личности, которая детерминируется ее мотивами, желаниями, намерениями и т. п., реализуемыми в конкретных действиях – поступках. Через совокупность поступков проявляется жизненная позиция личности и жизненная линия – на каждом этапе жизни ее субъект совершает череду поступков, определяющих ее следующие этапы и возможности. Через поступки реализуется отношение человека с другими людьми и миром и в целом направленность личности. Таким образом, поступки, совершаемые исторической личностью в процессе осуществления жизни, являются центральной психологической характеристикой, системообразующим, стержневым фактором, через который проявляется сама историческая личность, ее значение для исторического времени. Поэтому в процессе психолого-исторической реконструкции именно анализ совершаемых личностью поступков на каждом этапе жизнедеятельности дает возможность выявить и показать историческую личность как индивидуальность, собственно личность, субъект деятельности и субъект собственной жизни во всей ее полноте и многообразии.

### Литература

- Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
- Анциферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системе // Психология формирования и развития личности. М.: Наука, 1981. С. 3–19.

- Бахтин М. М.* К философии поступка // Собр. соч.: В 7 т. Т. 1. М.: Русские словари—Языки славянской культуры, 2003.
- Зинченко В. П.* Проблемы психологии развития: Читая О. Мандельштама // Вопросы психологии. 1991. № 4–6. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1991/915/915139.htm> (дата обращения 14.08.2024).
- Кольцова В. А., Олейник Ю. Н.* Поступок как бытийное определение личности: жизнь и творческое наследие В. А. Роменца в истории психологии // Психологія вчинку: Шляхами творчості В. А. Роменця: Зб. ст. / Упоряд. П. А. М'ясоїд; відп. ред. А. В. Фурман. К.: Либідь, 2012. С. 231–244.
- Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. М.: Наука, 1997.
- Соколова Е. Е.* Становление и пути развития психологии деятельности (школа А. Н. Леонтьева): Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2021.
- Холондович Е. Н.* Комплексная реконструкция жизненного пути и психологических характеристик исторической личности как метод исторической психологии // Ярославский педагогический вестник. 2021. № 4 (121). С. 97–109.

## **Научная биография Августа Крогиуса как творческий диалог с Вильгельмом Вундтом**

*А. Л. Южанинова*

Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н. Г. Чернышевского, Саратов

В статье представлены результаты исследования характера и степени влияния Вильгельма Вундта как учителя на творчество и профессиональную деятельность его ученика Августа Крогиуса. Использовались следующие методы: биографический, интерпретация фактологического материала, психологический анализ научных источников. Установлены элементы рецепции, а также критического и творческого переосмысления идей Вундта в трудах и профессиональной деятельности Крогиуса. В этой связи выделены периоды научной биографии Крогиуса: этап восхищения и подражания Вундту в начале 1900-х годов, время критического переосмысления концепции учителя и создания собственной научной позиции, выраженной Крогиусом в диссертации в 1909 г.; стадия самостоятельной научной работы Крогиуса и появление у него учеников.

*Ключевые слова:* история психологии, экспериментальная психология, В. Вундт, научное наставничество, А. А. Крогиус, экспериментальная тифлопсихология, этапы научной биографии.

Рассказывая о своем профессиональном пути, Л. И. Анцыферова отметила, что в научных биографиях многих выдающихся деятелей можно обнаружить жизненную ситуацию их общения с ярким, талантливым учителем, после которой у ученика менялись мироощущение, вектор жизненной направленности, содержание профессиональной деятельности. В качестве наиболее яркого и незабываемого события в своей судьбе Людмила Ивановна назвала встречу с С. Л. Рубинштейном, наставником, живой диалог с которым одухотворял, вызывал душевный подъем, порождал у нее множество новых идей (Анцыферова, 2006, с. 500).

Такой же судьбоносной была встреча Августа Адольфовича Крогиуса (1871–1933), основоположника российской экспериментальной тифлопсихологии, специалиста в области физиологической психологии, участвовавшего в 1900-е годы в становлении отечественной экспериментальной педагогики и педологии, с родоначальником экспериментальной психологии Вильгельмом Вундтом (1832–1920).

Путь Крогиуса в психологию был труден, долг и занял первую половину его 62-летней жизни: сначала он учился в Николаевском инженерном училище (1889–1892), затем – на медицинском факультете Юрьевского университета (1893–1898), успешно специализируясь в психиатрии и как практик, и как начинающий ученый. Однако весной 1900 г. он принял решение отправиться в центр европейской философской и психологической мысли – Лейпциг, к не имеющему себе равных в то время, выдающемуся ученому профессору Вундту, чтобы пройти обучение в его психологической лаборатории при Лейпцигском университете. У Вундта Крогиус три семестра (1900–1901) обучался философии и экспериментальной психологии (Крогиус, 1909, с. 237). Участие в исследовательской работе под руководством Вундта убедило Крогиуса посвятить свою дальнейшую научную деятельность не психиатрии, а психологии.

В целях определения характера и степени влияния Вундта на творчество и профессиональную деятельность Крогиуса нами использовались следующие методы: биографический, интерпретация фактологического материала, психологический анализ научных источников.

### **Август Крогиус как последователь Вильгельма Вундта**

Учитель Вундта Г. Гельмгольц сказал: «Кто раз пришел в соприкосновение с человеком первоклассным, у того духовный масштаб изменен навсегда, тот пережил самое интересное, что может дать жизнь». Выступая на Втором Всероссийском съезде по педагогической психологии в 1909 г., спустя восемь лет по возвращении из Лейпцига в Петербург,

Крогиус отметил: «Вообще говоря, я являюсь сторонником экспериментального метода в психологии» (Труды Второго Всероссийского съезда..., 1910, с. 73). После встречи с Вундтом экспериментальная психология составляла главное содержание профессиональной деятельности Августа Адольфовича всю его дальнейшую жизнь.

Как последователь Вундта, в петербургский период своей жизни (1901–1919) Крогиус преподавал физиологическую (экспериментальную) психологию на Педологических курсах при Педагогическом музее военно-учебных заведений, в Психоневрологическом институте и Императорском Санкт-Петербургском университете; руководил экспериментальным отделением Петербургской биологической лаборатории П. Ф. Лесгафта; проводил экспериментально-психологические исследования и защитил докторскую диссертацию; публиковал статьи и книги по экспериментальной психологии; участвовал в работе международных конгрессов (Рим, 1905; Инсбрук, 1910) и первых российских экспериментально-психологических съездов (Петербург, 1906, 1909 и 1910 гг.); был членом научных обществ (Русского общества нормальной и патологической психологии, Немецкого общества экспериментальных психологов) (Маслов, 2014). Кроме того, Крогиус был редактором с А. Ф. Лазурским отдела экспериментальной психологии в журнале «Вестник психологии, криминальной антропологии и гипнотизма» и с А. П. Нечаевым — русского отдела в журнале «*Zeitschrift für experimentelle Pädagogik*». В Саратове Крогиус преподавал экспериментальную психологию в Саратовском университете на базе созданной им совместно с учениками Г. П. Ивановым и Э. Л. Берковичем психологической лаборатории (1920–1926), репродуцируя систему обучения психологии Вундта (Южанинова, 2023).

Сразу по возвращении из Лейпцига Август Адольфович опубликовал свою первую научную статью, посвященную В. Вундту и его учителю Г. Фехнеру (Крогиус, 1901). Ее восторженный стиль указывает на обретение Крогиусом в Германии нового значимого смысла жизни и на научную экспериментально-психологическую работу как найденную ведущую деятельность. Называя Фехнера, основателя психофизики, и Вундта, родоначальника экспериментальной психологии, «гордостью Лейпцигского университета», Крогиус обозначил свой идеал ученого как человека, способного к открытию нового направления в науке. Осуществление же желаемого возможно, по его представлению, если быть «человеком одной идеи», служащей целью и смыслом всей работы и жизни (там же, с. 100).

В своих трудах Крогиус часто ссылался на идеи, высказанные Вундтом. Совместно с коллегами А. Ф. Лазурским и А. П. Нечаевым,



также бывшими учениками Вундта, Крогиус много лет (1908—1914 гг.) участвовал в редактировании перевода на русский язык произведения Вундта «Основы физиологической психологии», состоявшего из 14 выпусков.

Рецепция идей Вундта в трудах Крогиуса обнаруживается по многим положениям. Так, Вундтом были обозначены границы физиологического, философского и психологического направлений в науке и методологически обоснована физиологическая психология как самостоятельная наука (Вундт, 1880, с. 1–2). Подтверждая приверженность этой идее Вундта, Крогиус в 1909 г. утверждал, что психология должна быть не физикой или физиологией, а психологией (Труды Второго всероссийского съезда..., 1910, с. 75).

Вундтом было выражено мнение об устарелости материалистического понимания природы психики, поскольку при психологическом акте происходят два процесса — физический и психический (Вундт, 1880, с. 998–1000). Крогиус также был противником материалистического понимания природы психического и утверждал, что психология является основной наукой о духе и ее развитие осуществляется в борьбе с односторонностью догматического материализма (Крогиус, 1909, с. 236).

Предметом физиологической психологии Вундт считал не сложные, а элементарные явления психической жизни, зависящие от внешних условий (например, ощущение как психологический факт) и проявляющиеся в движении (физиологический факт). Для их установления целесообразно применение эксперимента. Поэтому вундтовская психология — это экспериментальная психология, в отличие от психологии, основанной на самонаблюдении и изучающей сложные психические явления (Вундт, 1880, с. 1–5). Крогиус солидаризировался с Вундтом в понимании предмета и метода физиологической психологии. Он говорил, что «в более или менее тесной связи с внешними раздражениями и потому доступными для экспериментального исследования являются, вообще говоря, самые поверхностные, периферические... элементы... К тому, что есть в душе глубокого и важного, эксперимент не должен, не имеет права подступать. А если бы он и пытался это сделать, то оказался бы бессильным» (Труды Второго всероссийского съезда..., с. 74).

### **Критическое и творческое переосмысление Крогиусом концептуальных положений Вундта**

Вслед за Монтенем, Л. И. Анцыферова подчеркивала важность передачи наставником суммы знаний своему ученику. Однако ученик, по ее

мнению, не должен излагать усвоенное в том же виде, каким оно было ему передано. Его задача — эти знания «переплавить» так, чтобы они стали по сути уже иными, чтобы в них появились собственные связи, чтобы они слились с личными чувствами и убеждениями ученика (Анцыферова, 2006, с. 502). Именно так произошло в отношениях двух ученых — Вундта и Крогиуса: оставаясь адептом экспериментальной методологии в психологии, Крогиус переосмыслил центральные положения вундтовской концепции.

Вернувшись из Лейпцига в Петербург в 1901 г., Август Адольфович начал собственные экспериментально-психологические исследования, нашедшие отражение в его докторской диссертации «Процессы восприятия у слепых» (Крогиус, 1909), первом систематическом экспериментальном изучении психологии незрячих. Создавая свою оригинальную тифлопсихологическую концепцию, Крогиус был последователем Фехнера в использовании математических методов и Вундта — в применении методологии лабораторного экспериментального подхода к изучению периферических отделов души.

За годы работы над диссертацией Крогиус критически переосмыслил центральные идеи философии Вундта и выразил свое понимание концептуальных основ психологии в выносимых на защиту положениях диссертации. Так, методологический принцип психофизического параллелизма, провозглашенный Вундтом (Вундт, 1897, с. 369–371), утверждал соответствие в протекании психических и физических процессов. По мнению же Крогиуса, в силу различия природы тех и других явлений внесение физиологических точек зрения в психологию и обратно является методом недопустимым. Вместо этого Крогиус предложил теорию взаимодействия физических и психических процессов, которая не содержит в себе непреодолимых логических трудностей (Крогиус, 1909, с. 235–236).

Критике подверглось и учение Вундта о локализации психических функций в мозге (Вундт, 1880, с. 547–553). Крогиус считал, что это учение не считается с основным фактом душевной жизни — единства сознания, физиологический субстрат для которого не найден, поэтому понятие локализации следует заменить понятием функциональной зависимости. Учение о локализации душевной деятельности в коре головного мозга, по мнению Крогиуса, связано с некритическим атомизированием психики. Атомизм в концепции Вундта проявился в выделении им элементов (ощущений, чувствований), из которых составляются иные психические образования (Вундт, 1897, с. 35–47). По мнению Крогиуса, атомизм в психологии означает рассмотрение переживаний как какой-нибудь материальный объект, и душевная

жизнь при этом разлагается на более или менее обособленные и самостоятельные атомы. Однако значение каждого элемента душевной жизни зависит от всех других ее элементов, а также от того контекста, с которым он составляет одно неразрывное целое (Труды Второго всероссийского съезда..., 1910, с. 73).

Важным положением концепции Вундта был принцип творческого синтеза, проявлявшийся в духовной жизни в том, что продукт сочетания элементов содержит в себе нечто большее, чем простую их сумму (Вундт, 1897, с. 379). Душевная жизнь, по мнению Крогиуса, «не исчерпывается механическим присоединением одних элементов к другим» (Крогиус, 1909, с. 1). Мощь индивидуальности, ее творческое начало выступает как невидимое, неосоздаваемое, но непосредственно чувствуемая связь, которой проникнуты все явления души как единого целого. К разнообразию различных комбинаций присоединяется активность сознания, творческая сила личности как интегрирующего начала в душевной жизни человека.

### **Заключение**

В биографии А. А. Крогиуса ясно прослеживается «некий повторяющийся (архетипический) круг научной жизни», характерный для многих выдающихся ученых: от восхищения и подражания учителю до обособления и обретения самостоятельности ученика (Братусь, Умрихин, 2011, с. 6). Первоначально (в начале 1900-х годов) наблюдался этап восхищения и подражания Крогиусу Вундту, затем наступил период критического переосмысления методологических положений концепции учителя и создания собственной научной позиции, выраженный Крогиусом в 1909 г. в его диссертации; потом пришло время самостоятельной научной работы Августа Адольфовича и появления у него учеников. И как критика Крогиусом творчества А. Ф. Лазурского была «прежде всего данью уважения к трудам А[лександра] Ф[ёдоровича]» (Крогиус, 1919, с. 30), так и критическое обсуждение Августом Адольфовичем концепции Вундта осуществлялось с целью обозначить свою отличительную точку зрения и было позицией заинтересованного ученика, соучаствовавшего в научном творчестве вместе с учителем.

### **Литература**

- Аницферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Братусь Б. С., Умрихин В. В.* Л. С. Выготский и А. Н. Леонтьев: личностные основания преемственности идей // *Методология и история психологии.* 2011. Т. 6. Вып. 2. С. 5–17.

- Вундт В.* Основания физиологической психологии. М.: Изд-во Н. А. Абрикосова, 1880.
- Вундт В.* Очерк психологии / Под ред. Н. Я. Грота. М.: Типо-лит. тов-ва Н. И. Кушнарева и К<sup>о</sup>, 1897.
- Крогиус А. А.* Вундт о Фехнере // Мир Божий. 1901. № 8. С. 100–107.
- Крогиус А. А.* Процессы восприятия у слепых: Дис. ... д-ра медицины. СПб., 1909.
- Крогиус А. А.* Ступени познания, проложенные в характерологии А. Ф. Лазурским // Вестник психологии, криминальной антропологии и педологии. 1919. Т. XIV. Вып. 1. С. 4–30.
- Маслов К. С.* В свете незримого: жизнь и судьба А. А. Крогиуса. Таллин: Изд-во Таллинского университета, 2014.
- Труды Второго Всероссийского съезда по педагогической психологии. СПб.: Тип. П. П. Сойкина, 1910.
- Южанинова А. Л.* Применение А. А. Крогиусом в Саратовском университете системы обучения психологии В. Вундта // Личность в ситуации социальных изменений / Под ред. А. Ю. Смирновой. Саратов: ИЦ «Наука», 2023. С. 183–189.

## **Историко-психологический анализ исследований одиночества личности в Узбекистане**

*М. Б. Юлдашева*

Ферганский государственный университет, Фергана, Узбекистан

Проблема одиночества является одной из серьезных проблем человечества. Толкование одиночества имеет древние корни. Согласно религиозным воззрениям ислама, пребывание в уединении предпочтительнее во время потрясений и невзгод. В таких ситуациях в результате покорности, настойчивости и послушания Всевышний прощает наши грехи. В современной психологической науке одиночество считается психическим состоянием, обычно сопровождающимся болезненными эмоциональными переживаниями. В данной статье представлен метаанализ одиночества с психологической и теологической точки зрения.

*Ключевые слова:* одиночество, уединение, ислам, суфизм, религиозные воззрения, эмоциональный дисбаланс, склонность к одиночеству.

Интерпретация одиночества основана на теории самосознания личности, ряде закономерностей психологической устойчивости лич-

ности, представлениях о роли одиночества в жизни человека, которые сложились в теологическом, а точнее – в индивидуалистическом учении Ислама как средстве саморазвития в достижения истины. С богословской точки зрения одиночество присуще Всевышнему. Вот почему в шариате запрещено оставаться в одиночестве, жить в одиночестве, даже спать в одиночестве. Ибн Умар розияллаху анху (человек, внесший огромный вклад в передачу исламского учения следующим поколениям) сказал: «Пророк отговаривал людей от одиночества, жить и спать в одиночестве или путешествовать в одиночку» (Yuldasheva, 2023, с. 34).

Ислам также утверждает, что сатана может причинить страдания тому, кто спит один. Это состояние иногда принимает очень серьезный характер, приводящий к тому, что человеку даже может понадобиться помощь других. По словам великого ученого-хадисоведа Имам Бухари, «наш Пророк, чтобы спасти свою веру, оставался наедине с самим собой на вершине горы в дождливую погоду» (Imot Ismoil al-Vuxoriy, 1991, с. 15). Этот хадис (суннитское предание) свидетельствует о том, что человек должен со временем оставаться в одиночестве и держаться подальше от других людей, чтобы сохранить свою веру, убеждение и религию.

Согласно хадисам, Пророк говорит, что раб, проявляющий в общении снисходительность и смирение, заслуживает высоких наград, по сравнению с рабами, которые избегают общения и отворачиваются от искренности: «лучше беседовать, чем молчать, лучше быть одиноким, чем быть плохим собеседником» (шайх Мухаммад Содик Мухаммад Юсуф, 2017, с. 131).

Согласно исламскому богословию, добрые дела совершаются вместе, а не в одиночку. Следует отметить, что Пророк прежде всего подчеркивал физическое одиночество. Проанализируем истолкование понятия одиночества в тарикате. Тарикат – это школа суфизма, концепция мистического учения которой возвышает мистическое познание хакиката (истины). Важным элементом в образовании и воспитании секты является хильват, означающий в словаре феномен «наедине с самим собой», «в одиночестве», «уединенно». Хильват в суфизме означает «духовно быть наедине с Аллахом, где нет ни других людей, ни мирских благ»\*. В тарикатах с целью воспитания страсти и очищения духа иногда люди должны входить в хильват и заниматься только молитвой в течение определенного периода один на один с Аллахом, вдали от мирских занятий. С хильватом ассоциируется понятие

---

\* URL: <https://islom.uz/view/hilvati-saxixa>.

«Чилла», происходящие от персидского «чех» и арабского «Арбаин» (сорок дней). Это означает пребывание человека в уединении, наедине с самим собой. Вступление в хильват служит орудием регуляции страстных желаний и духовного развития души. Ключевым моментом является то, что душа может быть наедине с Аллахом, полностью отключаясь от иных благ. Каждый праведник должен воспринимать мир как многообразие, а это осуществляется в полном уединении. В мистическом учении суфизма понятие одиночества признается отдельной категорией как средство пути человека к достижению Аллаха.

Трактовке чувства одиночества в современной психологической науке присуще многообразие. Г. Б. Шоумаров, Н. А. Сагинов, У. Д. Кадыров, З. Д. Палуанова в своих исследованиях предоставили научно-теоретическую информацию о механизмах, с помощью которых возможно идентифицировать и различать предсуицидные эмоциональные реакции, происходящие у человека, а также изменения в поведении при профилактике суицида. При ипохондрической форме суицидального поведения наблюдалось чувство тревоги, аффективности, одиночества, заброшенности. Авторы признают стойкое одиночество как симптом эмоционального расстройства. Также авторы отмечают, что для предотвращения роста количества самоубийств в Узбекистане необходимо уделять внимание здоровью женщин, ведущих одинокий образ жизни: попытки самоубийства часто происходят у людей, склонных к одиночеству (Shoumarov va boshqalar, 2020).

Экспериментальные исследования Н. А. Сотина были посвящены проблеме социально-психологических особенностей удовлетворенности браком в узбекских семьях. В результате исследований были выявлены этнопсихологические особенности чувства удовлетворенности браком в узбекских семьях, проживающих в городской и сельской местности. Автор делит узбекские семьи на категории «благополучные» и «неблагополучные». И именно в неблагополучных семьях, которые считаются нетипичными, склонность к одиночеству имеет приоритет. Затрагивая в своей исследовательской работе ценности узбекских семей, исследователь раскрыл положительную сторону сватовства (Сотин, 1990).

В проведенном исследовании Г. К. Тулягановой в рамках изучения мотивационной сферы «трудных» подростков упоминается вопрос о том, что подростки, не испытывающие личного удовлетворения от общения, склонны к одиночеству. Социальная изоляция подростка в семье и учебном заведении возникает в результате дисбаланса между существующими социальными нормами и естественными потребностями (Туляганова, 1993).

А. Б. Сабирова в своей исследовательской работе определила, что особенности субъективности и эмоциональной сферы человека на поздних стадиях онтогенеза (у пожилых людей) связаны с одиночеством. Автор отмечает, что низкая самооценка эмоционального состояния в этот период вызывает повышенную личностную тревожность; кроме того, при низкой самооценке эмоций возрастает уровень тревожности, связанный с ситуацией. Таким образом, научно обосновано, что по мере увеличения тревожности человека увеличивается его склонность к одиночеству (Сабирова, 2009).

В исследованиях Э. Г. Газиева и Н. Г. Камиловой были изучены психические особенности детского и подросткового возраста, в которых основное внимание уделялось девиантному и суицидальному поведению, акцентуациям характера, а также проблемам самооценки и самоконтроля подростков (Yuldasheva, 2023).

Т. Г. Сулейманова провела эмпирическое исследование суицидального поведения в подростковом возрасте. Было выявлено, что неправильное педагогико-психологическое воздействие на учебно-воспитательный процесс, социальную дезадаптацию, недостаточное внимание со стороны родителей, педагогов, сверстников подростка к негативным изменениям в особенностях его личности и эмоциональных состояниях снижает социальную интеграцию. Автор считает, что причины проявления суицидального поведения заключаются в нарушении взаимоотношений подростка и его социального окружения, затруднении межличностных контактов, давлении со стороны родителей и работников образовательных учреждений, игнорирующих потребности, интересы подростка, утрате чувства защищенности и «нужности» (Suleymanova, 2011).

Исследование Н. Ш. Муллабоевой посвящено профилактике и коррекции проблемы чувства одиночества среди подростков. Исследователем изучались факторы, провоцирующие одиночество у подростков (отсутствие общения, низкая самооценка, неспособность адаптироваться к группе), локальные (связанные с национальным образом жизни) особенности их влияния, определялись детерминанты (неадекватная самооценка, отсутствие коммуникативных способностей, подчиненность и эскапизм (избегание проблемы)); научные представления о роли возрастного и полового фактора в возникновении и развитии чувства одиночества. По мнению автора, в подростковом возрасте осознание собственного одиночества считается когнитивным компонентом; отрицательное переживания одиночества относится к эмоциональному компоненту; наличие депривационного фактора относится к социальному компоненту. В исследованиях были выявлены следу-

ющие особенности проявления чувства одиночества: формирование позитивного отношения к себе, связанного с рядом социально-психологических факторов (социальная адаптация, коммуникативные навыки), осознание личностью своей ценности, повышение коммуникативной компетентности, дружеские отношения со сверстниками. В результате исследования была предложена психокоррекционная программа, состоящая из методических разработок для практических занятий, служащих дополнению определенных в науке классификаций эмоций посредством специального и систематического изучения чувства одиночества как фактора, способного тормозить индивидуальное и социально-психологическое развитие личности. Н. Ш. Муллабаева определила социально-психологические особенности проявления чувства одиночества у подростков, факторы, которые формируют возрастные и половые особенности одиночества; научно обосновала программу социального тренинга, позволяющую корректировать чувство одиночества у подростков. Она также разработала рекомендации педагогам и практическим психологам в работе с подростками, испытывающими чувство одиночества, описала принципы психологической помощи в педагогической деятельности (Mullaboyeva, 2019).

Н. З. Расулева, изучая в своих исследованиях этнопсихологические особенности мотивации вступления в повторный брак, обнаружила, что ею является избавление от чувства одиночества. Анализируя феномен «повторного брака», исследователь утверждает, что новая семья, которая будет перестроена, приведет считающих себя «одиночками» к уменьшению числа внебрачных сексуальных отношений и неполных семей. Согласно ее исследованиям, для одинокой женщины или мужчины вопрос о вступлении в повторный брак считается оптимальным решением. Стоит отметить, что Расулева делает акцент в основном на физическое одиночество. Мотив «одиночества» показал, что у респондентов, вступающих в повторный брак, пробуждается отношение к экзистенциальной реальности, в частности, повышается внутреннее стремление продолжить свою жизнь, достигнув осознания своего присутствия в жизни после разлуки с супругом (Rasuleva, 2020).

На основе проведенного анализа можно сказать, что одиночество как многомерное явление присуще всем социальным системам общества. Теоретическое изучение данной проблемы имеет древние корни. Кроме того, можно отметить двойственность данного явления: индивидуальное и социальное измерения человеческого существования формируются на основе рефлексии чувства одиночества. Разнообразие идей и мнений по этому вопросу свидетельствует о широком спектре мировых и региональных исследований данного явления.



На основании теологических, теоретических и эмпирических исследований было показано, что подходы к проблеме одиночества в Узбекистане различаются по содержанию. Изучение социально-психологических характеристик одиночества требует дальнейшего анализа.

### Литература

- Сабирова А. Б.* Особенности субъективности и эмоциональной сферы человека на поздних этапах онтогенеза: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ташкент, 2009.
- Сотинов Н. А.* Социально-психологические особенности удовлетворенности браком в узбекской семье: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Киев, 1990.
- Туляганова Г. К.* Интересы «трудных» подростков как отражение особенностей мотивационно-потребностной сферы: Дис. ... канд. психол. наук. Ташкент, 1993.
- Шайх Муҳаммад Содиқ Муҳаммад Юсуф.* Куръони Карим ва ўзбек тилидаги маънолари таржимаси. Hilol nashr, 2017.
- Imom Ismoil al-Buxoriy.* Sahihi Buxoriy. 1-jild. Qomuslar bosh tahririyati. 1991 yil.
- Mullaboyeva N. Sh.* O'smirlarda yolg'izlik hissi shakllanishining psixoprofilaktikasi va psixokorreksiyasi: Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. Toshkent, 2019.
- Rasuleva N. Z.* Qayta nikohga kirish motivatsiyasining ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlari: Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. Toshkent, 2020.
- Shoutarov G' B., Sog'inov N. A., Qodirov U. D., Paluanova Z. D.* Suitsid holatlarini tadqiq etish: muammo va yechimlar. Toshkent: Ilm-ziyo-zakovat, 2020.
- Suleymanova T. G.* O'smirlik davriga xos suitsidal xulqning psixologik korreksiyasi xususiyatlari: Psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun taqdim etilgan dissertatsiya avtoreferati. Toshkent, 2011.
- Yuldasheva M. B.* Yolg'izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari. Farg'onaб, 2023.

### Индивидуальность в гуманитарных науках

*И. А. Юров*

Сочинский государственный университет, Сочи, Краснодарский край

Л. И. Анцыферова считала, что на высшем уровне развития личности на первый план выступают качества индивидуальности – не просто уни-

кальности, но общественно-исторической значимости субъекта. Индивидуальность имеет важное значение в гуманитарных науках – философии и др. Индивидуальность в зарубежной философии представлена работами Г. В. Лейбница и др. Психология индивидуальности в зарубежной психологии описана в разных парадигмах: психоанализе (З. Фрейд и др.), теории черт (Г. Оллпорт и др.), гуманистической психологии (А. Маслоу и др.), экзистенциальной психологии (М. Хайдеггер и др.), социально-когнитивной психологии (У. Мишел, А. Бандура). В отечественной психологии индивидуальность рассматривается с позиций философии, психофизиологии, педагогики, социологии, физической культуры и спорта.

*Ключевые слова:* история психологии, историческая психология, личность, индивидуальность, философия, социология, педагогика, физкультура.

*Цель* исследования – сравнить понимание индивидуальности в зарубежных и отечественных социогуманитарных науках.

Личность по Л. И. Анцыферовой – многоплановое, многоуровневое, многокачественное образование (подробнее см.: Журавлев, Харламенкова, 2019 и др.). Она выделяет три уровня развития личности. На первом субъект недостаточно адекватно осознает свои истинные побуждения. На втором – личность выступает как субъект, сознательно соотносящий цели и мотивы действий. На третьем высшем уровне личность становится субъектом своего жизненного пути. На первый план здесь выступают качества индивидуальности – не просто уникальности, которая характеризует каждого человека, но общественно-исторической значимости, неповторимости субъекта.

Анцыферова особое внимание уделяла проблеме соотношения личности и индивидуальности, считая, что они имеют важное значение для гуманитарных наук – философии, социологии, культурологии, педагогики, психологии (Анцыферова, 1981).

Индивидуальность в философии представлена работами Г. В. Лейбница, Г. Гегеля, И. Фихте, Л. Фейербаха. Так, Г. В. Лейбниц отмечал, что индивидуальность связана с деятельной сущностью и выступает как целостная замкнутая в себе духовная сущность (монада) (Лейбниц, 2023). И. Фихте понимал индивидуальность как основу выделения из абсолютного Я многообразия эмпирических Я (см.: Юров, 2021, с. 8). Г. Гегель писал: «Индивидуальность есть то, что есть ее мир как мир, ей принадлежащий; она сама есть круг своего действия» (Гегель, 1977, с. 164). Л. Фейербах отмечал: «Индивидуальность – это неделимость, единство, целостность, бесконечность» (Фейербах, 1955, с. 496).

В зарубежной психологии индивидуальность как научный феномен исследовалась в разных парадигмах: психоанализе (З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорни, Г. С. Салливан, Ж. Лакан, Э. Фромм, К. Г. Юнг, Э. Эриксон), теории черт (Г. Оллпорт, Г. Виткин, Р. Кеттелл), гуманистической психологии (Г. Мюррей, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл), экзистенциальной психологии (М. Хайдеггер, М. де Унамуно, Р. Мэй, Г. Томэ, А. Лэнгле), социально-когнитивной психологии (У. Мишел, А. Бандура).

В психоанализе индивидуальность предстает как результат борьбы двух тенденций – подсознательных и бессознательных механизмов – с социумом. Так, за период активной научной деятельности и клинической практики З. Фрейд выделил три основные системы: ид, эго, суперэго. Суперэго выполняет функции самоконтроля: 1) препятствовать импульсам ид, ибо негативные их проявления осуждаются социумом; 2) помочь эго сменить реалистические цели на моральные; 3) бороться за совершенство (Фрейд, 2023).

Несколько иначе рассматривали проблему индивидуальности представители теории личностных черт. Г. Оллпорт подчеркивал, что индивидуальность есть выдающееся свойство человека. Он считал, что зрелая личность должна обладать самопротяженностью, важная часть которой – адекватная реальность и проекция в будущее: планы, программы, надежды, мечты. Чтобы быть зрелым, индивидуальность должна обладать эмоциональной безопасностью и самопритием (см.: Юров, 2023, с. 31).

Х. Виткин изучал индивидуальные различия «зависимости от поля» и установил наличие «полезависимых» и «полenezависимых» субъектов. Автор сделал попытку определить основу стойких индивидуальных различий в обнаруженном перцептивном феномене, сопоставляя их с личностными чертами. Обнаруженное им соответствие интерпретировалось как существование согласованности в психической организации. Перцептивные аспекты полезависимости–полenezависимости могут быть рассмотрены как проявления более общей когнитивной структуры. На уровне интеллектуального функционирования полезависимые субъекты глобальны в своем подходе к проблемам и не дифференцируют когнитивно свой опыт. Напротив, полenezависимые субъекты отделяют объект от поля и, следовательно, могут быть более «аналитическими» (см.: там же, с. 251).

Гуманистические психологи рассматривали индивидуальность с позиций самоактуализации и внутренней свободы человека. В гуманистически ориентированной концепции К. Роджерса основными являются конструкты «организм», «Я-концепция», «идеальное Я»,

«самоактуализация». Он утверждает, что индивидуальность представляется как высший и одновременно интегральный уровень личности. Самоактуализация и есть индивидуализация, выражающаяся в раскрытии себя.

В рамках гуманистической психологии индивидуальность – это структура, находящаяся в состоянии конгруэнтности между Я-концепцией и собственным опытом, система восприятия и субъективного опыта Я-концепции и качества, связанные со стремлением к самоактуализации и к Я-идеальному (Роджерс, 1997).

А. Маслоу отмечал, что личность представляет собой интегрированное, организованное целое. Вот почему является важным изучение индивидуальности и уникальности (а не индивидуальных различий в классическом понимании) (Маслоу, 2020).

К. Роджерс и А. Маслоу в своих работах выдвинули идею личностного роста, под которым понималась самостоятельная работа личности над своими психологическими качествами и свойствами, способствующая повышению квалификации, статуса, самоактуализации, т. е. изменению себя (знаний, умений, навыков) в положительном плане.

С позиций экзистенциальной психологии были рассмотрены формы существования индивидуальности в мире. Центральная идея хайдеггеровской онтологии заключается в том, что индивид есть бытие-в-мире. По его мнению, психология индивидуальности – это гармоничное сочетание физического окружения, человеческой среды и самого человека, включая тело, модусы существования, свободу, ответственность, трансценденцию, пространственность, темпоральность (см.: Юров, 2023, с. 15).

Согласно социально-когнитивной теории, индивидуальность – это система социальных навыков и условных рефлексов, с одной стороны, и система внутренних факторов – самооффективности, субъективной значимости и доступности – с другой (см.: там же, с. 256).

В отечественной психологии индивидуальность рассматривалась с позиций философии, психофизиологии, педагогики, социологии, физической культуры и спорта.

С.Л. Рубинштейн писал: «Человек есть индивидуальность в силу наличия у него особенных, единичных, неповторимых свойств; человек есть личность в силу того, что он сознательно определяет свое отношение к окружающему» (Рубинштейн, 2020, с. 307).

По мнению психофизиолога В. А. Либина, индивидуальность человека, анализируемого в качестве субъекта взаимодействия с окружающим предметным и социальным миром, является предметом дифференциально-психологического исследования, для составле-

ния целостной характеристики индивидуальности необходим учет всех аспектов – от интраиндивидуальной изменчивости до группового статуса, от биологических характеристик человека как организма до содержательного анализа различий во внутреннем мире индивидуальности (см.: Юров, 2023, с. 322).

Педагог Б. М. Бим-Бад термин «индивидуальность» употребляет как синоним термина «индивид» для обозначения неповторимой совокупности признаков, присущих отдельному организму и отличающих его от всех других (индивидуально-психологические различия). Предпосылкой формирования человеческой индивидуальности служат анатомо-физиологические задатки, которые преобразуются в процессе воспитания, порождая широкую вариативность проявлений индивидуальности. В социальной психологии процесс индивидуализации, т. е. осознания человеком своей индивидуальности, рассматривается как вторичный по отношению к социализации. Индивидуальность реализуется как через поведение человека в ситуациях общения, так и через культивирование им различных способностей в актах деятельности (см.: там же, с. 295).

Социолог В. А. Ядов выделил предметы индивидуальности: в философии – особая форма бытия человека в окружающем мире (индивидуальная форма существования); в социологии – индивид в социальном мире; в психологии – биосоциальная целостность природных задатков, процессов, свойств; в социальной психологии – социальная индивидуальность, проявляющаяся в специфической системе диспозиций (см.: там же, с. 308).

В физической культуре и спорте индивидуальность представлена как интеграция биологических характеристик (биохимических, физиологических, соматических, психофизиологических и др.), личностных (целеполагание, уровень притязаний, мотивы, фрустрация, эмоциональное регулирование, внутриличностные кризисы и конфликты, волевые качества и др.), социальных (формы и методы проведения теоретической, технической, функциональной, физической, тактической, моральной, материальной, психологической подготовки, уровень жизнеобеспечения, СМИ и др.) (Юров, 2021, с. 147).

Зарубежные психологи при описании индивидуальности исходят из идеи индивидуализации. В отечественной психологии индивидуальность представляет собой сложное иерархическое образование. Отдельный уровень (индивидный – психофизиологический, личностный, субъектный) не дает оснований назвать его индивидуальностью. Только согласованные и взаимосвязанные уровни от генетического до социального могут называться индивидуальностью.

В структуре индивидуальности индивидуальные, личностные и субъектные характеристики являются равноправными, способствующими достижению необходимых результатов.

### Литература

- Анциферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системе // Психология формирования и развития личности. М.: Наука, 1981. С. 3–18.
- Гегель Г.* Энциклопедия философских наук: В 3 т. Т. 3. М.: Мысль, 1977.
- Лейбниц Г.*Monadologia. М.: Рипол-классик, 2023.
- Маслоу А.* Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2020.
- Роджерс К.* Клиенто-центрированная терапия. Нью-Йорк: Ваклер, 1997.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии / Под ред. К. А. Абульхановой. М.: Литрес, 2020.
- Фейербах Л.* Избранные философские произведения: В 2 т. Т. 1. М.: Наука, 1955.
- Фрейд З.* Основные принципы психоанализа. Минск: Попурри, 1998.
- Юров И. А.* Психология индивидуальности. М.: Русайнс, 2021.
- Юров И. А.* Психология человека: индивид, личность, субъект, индивидуальность. М.: Русайнс, 2023.

## РАЗДЕЛ 3

# ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ПРОБЛЕМА ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

### Сравнение характеристик дискурса при рассказывании о травматической истории жизни на родном и иностранном языках

*В. О. Аникина\**, *Ю. В. Тамбовцева\*\**

\* Санкт-Петербургский государственный университет,  
Санкт-Петербург

\*\* частная практика, Санкт-Петербург

Непереработанное травматическое событие может иметь долгосрочное влияние на психологическое функционирование человека. Одним из способов переработки является рассказывание о травматическом событии с целью его переосмысления и интеграции. Мы предположили, что одна и та же история, рассказанная на родном и иностранном языках, может иначе перерабатываться. Были обнаружены различия в дискурсе: рассказывая ситуацию на русском языке, участницы склонны больше использовать обвинения себя, оправдания себя и других, распределять адекватно обвинения и оправдания, чем когда они рассказывают ситуацию на английском языке. Исследование показало, что у испытуемых сформированы три из четырех компонентов вторичной языковой личности, кроме лингвистической легкости. Переработка истории на иностранном языке занимает больше времени, что, возможно, снижает ее эмоциональный накал для респондента, и это не зависит от того, в каком порядке рассказывается история.

*Ключевые слова:* вторичная языковая личность, переработка информации, травматическое событие, привязанность, внутренние рабочие модели, дискурс.

В течение жизни большинство населения (60,7% мужчин и 51,2% женщин) сталкиваются с травмирующими событиями (Yabuki, Fukunaga, 2019). Психическая травма — это индивидуальная реакция на трагическое или чрезвычайно значимое для личности событие, вызывающее чрезмерное психическое напряжение и последующие негативные переживания. Человек, живущий с переработанной травмой, может повторно пережить ее различными способами. Например, воспоминания заставляют человека действовать или чувствовать так, как будто травма повторяется снова, и человек может действовать на основе этих реакций. Глубокая, хроническая, переработанная травма, особенно полученная в раннем детстве, последующая ретравматизация встраиваются в личность человека, его образ восприятия мира, людей, влияют на структуру его межличностных отношений.

Таким образом, важной является переработка травматического опыта, его интеграция с уже имеющимися представлениями о мире и отношениях. То, как перерабатывается информация, — в том числе стрессовая, травматическая, — поступающая из внешнего мира и соотносимая с внутренними переживаниями и репрезентациями отношений и собственным опытом, отражено в концепции «внутренней рабочей модели», разработанной Джоном Боулби, создателем теории привязанности, и далее более детально описано в динамической модели привязанности П. Криттенден (Crittenden, Landini, 2015). Внутренние рабочие модели составляют глубинную структуру самосознания, благодаря им человек осознает себя, воспринимает и интерпретирует события окружающей действительности, выстраивает определенные отношения.

Одним из часто используемых способов переработки травматического опыта, его переосмысления является рассказывание человеком о произошедшем с ним стрессовом событии или травматическом опыте. Такое рассказывание часто происходит в процессе психологической работы, что дает возможность клиенту выстроить представления о событии, рассказывая свою историю, когда само событие уже не действует, в безопасном пространстве кабинета, в присутствии поддерживающей фигуры психолога. Так сложное событие жизни получает интерпретацию, в том числе ретроспективно, способствуя его переосмыслению и переработке (Калмыкова, 2012).

Понимание процессов проговаривания и переосмысления может осуществляться при помощи анализа дискурса, который позволяет понять происходящие у человека бессознательно процессы переработки информации о прошлых событиях и текущих отношениях, оценить, как он видит себя в настоящем и какие выводы де-



лает на будущее. Для понимания дискурса как части опыта личности мы обратились к понятию «языковая личность» (Караулов, 2022). Под «языковой личностью», с одной стороны, понимают человека как конкретного носителя языка, с другой — это личность, для которой характерна способность к репрезентации созданных собственных текстов с помощью различных языковых средств, отображающих окружающую действительность с различных сторон проявления (Бузинова, 2019). Нас также интересовал вопрос, схожим ли образом или иначе перерабатывается информация при рассказе о травматическом событии на родном и иностранном для человека языке, которым он владеет свободно. В связи с этим мы обратились к понятию вторичной языковой личности. Осваивая иностранный язык, человек овладевает «языковой картиной мира» носителей этого языка и концептуальной картиной мира, позволяющей ему понять новую для него социальную действительность (Халыпина, 2006). Вторичная языковая личность — это индивидуальность, которая формирует в себе языковое сознание и самосознание, на базе которого выстраивается согласованность между родным языком и изучаемым иностранным, фундаментом чего становятся ценности мультикультурализма и толерантности. Исследования, проведенные в США и Мексике на выборке билингвов (Ramírez-Esparza et al., 2006), а также среди обучающихся иностранному языку в российском вузе (Думнова, Солдатов, 2019), показывают влияние языка на изменение личности.

Целью данного исследования явилось сравнение характеристик дискурса при рассказывании о травматической истории жизни на родном и иностранном языках. Мы предположили, что одна и та же травматическая история, рассказанная на разных языках, может иметь различный дискурс, т. е. по-разному перерабатываться, и эта переработка может быть связана с характеристиками вторичной языковой личности респондента.

Методы: «Структура вторичной языковой личности», «Национальные черты языковой личности» (Думнова, Солдатов, 2019); рассказ о травмирующем событии и последующий анализ дискурса на основе критериев оценки интервью по привязанности у взрослых в рамках динамической модели привязанности (Crittenden, Landini, 2015), которой обучалась В. О. Аникина (Аникина, 2007).

Сначала участники заполняли опросники онлайн, затем рассказывали свою историю на одном языке и затем на другом языке. В исследовании приняли участие 26 женщин в возрасте от 21 до 54 лет, владеющих английским языком не ниже уровня Upper Intermediate,

случайным образом распределенных в две группы: группа 1 – сначала рассказ на русском, затем на английском языках, группа 2 – наоборот.

Исследуя вторичную языковую личность, мы получили следующие результаты: лингвистическая легкость  $M (SD) = 6,59 (1,3)$ , ( $\min = 4$ ,  $\max = 8$ ); отношение к культуре изучаемого языка  $M (SD) = 9,9 (1,9)$ , ( $\min = 6$ ,  $\max = 13$ ); психическое состояние  $M (SD) = 18,2 (3,6)$ , ( $\min = 12$ ,  $\max = 26$ ); коммуникативная активность  $M (SD) = 9,15 (2,1)$ ; ( $\min = 4$ ,  $\max = 12$ ); вторичная языковая личность  $M (SD) = 43,9 (6,6)$ , ( $\min = 29$ ,  $\max = 58$ ). При сравнении с нормативными значениями было получено, что все компоненты показателя «вторичная языковая личность» выше нормативных, кроме лингвистической легкости, которая в целом отражает скорость освоения иностранного языка, а также способность к преодолению «языкового барьера». Таким образом, в среднем по выборке сформированы практически все структурные компоненты вторичной языковой личности, и в целом имеющийся уровень владения английским языком (от Upper-Intermediate и выше) при наличии позитивного отношения к культуре изучаемого языка, уверенности в его использовании и коммуникативной активности свидетельствует о сформированности вторичной языковой личности в нашей выборке: участницы достаточно свободно владеют английским языком, принимают нормы и ценности англоязычной культуры, способны идентифицировать себя с представителями данной культуры.

Анализируя интервью, мы постарались выделить основной характер дискурса, соотносимый с выделяемыми в литературе типами привязанности:

- сбалансированный, где респондентом балансируются представления информации о событии (фактах, последовательности, причинно-следственных связях) и чувства участников события;
- избегающий, где наблюдается эмоциональное дистанцирование от рассказываемого события и чувств, скорее, фактическое рассказывание истории;
- поглощенный, когда респондент поглощен чувствами, связанными с событием, наблюдается смешение людей, событий, последовательность рассказа нарушается, сложно уловить фактическую часть события в рассказе.

Эти типы дискурса соответствуют выделяемым в литературе паттернам привязанности у взрослых: В (надежный), А (избегающий) и С (амбивалентный), соответственно. В нашей выборке было получено, что наиболее часто используемый тип дискурса – избегающий.

Сравнение характеристик дискурса показало, что участницам при рассказывании травматической истории на английском языке понадобилось больше времени, чем на русском ( $p \leq 0,01$ ), что может быть связано с тем, что английский являлся не родным языком и потому, возможно, переработка воспоминания шла более длительно.

Показатель «количество оправданий других» в ситуации рассказывания историй на русском языке значимо выше, чем в ситуации рассказывания на английском языке. Это говорит о том, что, рассказывая травматические истории на русском языке, участницы чаще оправдывают других людей в рассказываемом событии ( $p = 0,017$ ). Показатель «количество образного языка» в ситуации рассказывания на русском языке достоверно выше, по сравнению с рассказом на английском языке, что говорит о том, что участники чаще используют эмоционально насыщенные, негативные образы, ненормативную лексику, сленг, рассказывая свою историю на родном для них русском языке ( $p = 0,041$ ). Также были выявлены статистически достоверные различия по показателям «обвинения себя» ( $p = 0,048$ ), «оправдание других» ( $p = 0,017$ ), «оправдание себя» ( $p = 0,028$ ) и «количество адекватно распределенных оправданий и обвинений себя и других» ( $p = 0,069$ ), т. е. рассказывая ситуацию на русском языке, участницы склонны больше использовать обвинения себя, оправдания себя и других, распределять адекватно обвинения и оправдания, чем когда они рассказывают ситуацию на английском языке.

Таким образом, мы обнаружили, что у испытуемых хорошо развиты три из четырех компонентов вторичной языковой личности, кроме лингвистической легкости. Это свидетельствует о том, что участницы исследования могут мыслить в системе языкового кода другой культуры. В дискурсе при рассказывании историй на родном (русском) и иностранном (английском) языках были обнаружены различия, связанные с тем, что участницы больше оправдывают других и одновременно обвиняют себя, рассказывая свою историю на русском языке, склонны использовать более эмоционально насыщенные выражения, образную речь. Это может быть связано как с нехваткой словарного запаса, так и с большей лингвистической легкостью в родном языке. Можно предположить на основе полученных данных, что переработка истории на иностранном языке, занимая больше времени, еще и как бы «уплощает» историю, снижая ее эмоциональный накал для респондента, и это не зависит от того, в каком порядке рассказывается история. Возможно, это связано еще и с тем, что переработка родной и иностранной речи идет в разных отделах головного мозга, что требует дальнейшего изучения.

## Литература

- Аникина В. О.* Изучение привязанности у взрослых. Анализ случая // Эмоции и отношения человека на ранних этапах развития / Под ред. Р. Ж. Мухамедрахимова. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2007. С. 250–282.
- Бузинова Л. М.* О статусе языковой личности преподавателя в литературном дискурсе // Актуальные проблемы филологии и педагогической лингвистики. 2019. № 1. С. 23–30.
- Думнова Н. И., Солдатов Д. В.* Трансформация личности студентов вуза в условиях изучения иностранного языка // Высшее образование сегодня. 2019. № 7. С. 62–67.
- Калмыкова Е. С.* Опыт исследования личной истории: Научно-психологический и клинический подходы. М.: Когито-Центр, 2012.
- Караулов Ю. Н.* Русский язык и языковая личность. М.: URSS, 2022.
- Халяпина Л. П.* Трансформация концепта «Языковая личность» в теории и методике обучения иностранным языкам // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2006. Т. 6. № 21 (1). С. 91–102.
- Crittenden P., Landini A.* Attachment relationships as semiotic scaffolding systems // Biosemiotics. 2015. V. 8. P. 257–273. doi: 10.1007/s12304-014-9224-x
- Ramírez-Esparza N., Gosling S., Benet V., Pennebaker J.* Do bilinguals have two personalities? A special case of frame switching // Journal of Research in Personality. 2006. V. 40 (2). P. 99–120. doi: 10.1016/j.jrp.2004.09.001
- Yabuki Y., Fukunaga K.* Clinical therapeutic strategy and neuronal mechanism underlying Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) // International Journal of Molecular Sciences. 2019. V. 20. № 15. doi: 10.3390/ijms20153614

## **Ментальная регуляция психических состояний в профессиональной деятельности дефектологов в динамике одного дня\***

*Л. В. Артищева*

Казанский федеральный университет, Казань, Республика Татарстан

В статье анализируется включенность ментальных структур сознания в саморегуляцию психических состояний у дефектологов в процессе профессиональной деятельности (на примере одного рабочего дня). Опреде-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект № 23-18-00232 «Ментальная регуляция психических состояний».

лено, какие стилевые предпочтения и типы саморегуляции применяют дефектологи при решении трудовых задач. Наиболее выражены характеристики когнитивных процессов и поведения. В этом временном промежутке выявлено наибольшее количество связей характеристик психических состояний с показателями ментальных структур и саморегуляции. Показано, что ментальные структуры сознания непосредственно и опосредованно через характеристики саморегуляции обуславливают специфику протекания психических состояний.

*Ключевые слова:* психические состояния, саморегуляция, ментальная регуляция, профессиональная деятельность, дефектологи.

## **Введение**

Вопросу саморегуляции психических состояний, контролю поведения посвящены многие работы ведущих ученых (Дикая, 2003; Леонова, 2007; Моросанова, 2012, 2020; Прохоров, 2020, 2021; Сергиенко, 2018; и др.).

В работах А. О. Прохорова изучены механизмы саморегуляции, раскрыта роль ментальных структур в регуляции психических состояний, исследована специфика ментальной регуляции в зависимости от ситуаций жизнедеятельности человека (Прохоров, 2020, 2021).

Ситуативный аспект саморегуляции рассматривала В. И. Моросанова, делая акцент на осознанной саморегуляции поведения. Ею были выделены профили стилевых особенностей, проявляющиеся в произвольной активности и различных жизненных ситуациях, в основе которых лежат ресурсы человека к саморегуляции, т. е. накопленные регуляторные компетенции (Моросанова, 2012, 2020).

Саморегуляция функциональных состояний изучается Л. Г. Дикой, ею отмечено, что выполнение сложных профессиональных задач порой требует от человека огромного вложения своих ресурсов, обуславливая тем самым появление трудных и неблагоприятных для профессиональной деятельности функциональных состояний. Она ставит проблему оптимизации, саморегуляции состояний, приводящих к дезорганизации профессиональной деятельности (Дикая, 2003).

Диагностике функциональных состояний, возникающих в трудовой деятельности, посвящены работы А. Б. Леоновой. Она ставила задачу разработки единого подхода к изучению функциональных состояний и их психологической диагностики (Леонова, 2007).

В работе А. Ф. Машариной проанализированы все подходы к изучению саморегуляции в отечественной психологии и показано, что саморегуляция исследуется с различных научных позиций и имеет широкий спектр работ. Понятие саморегуляции относят к дея-

тельности, поведению, функциональным и психическим состояниям (Машарина, 2023).

В своей работе мы исследуем динамику ментальной регуляции психических состояний в различных видах деятельности, — в частности, данная статья посвящена деятельности дефектологов. Профессиональная деятельность дефектологов напрямую связана с взаимодействием с детьми, имеющими различные нарушения в развитии, начиная от легких речевых нарушений и заканчивая тяжелыми формами нарушений интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи и комплексными нарушениями. При решении трудовых задач дефектологи находятся в различных состояниях, некоторые из них можно отнести к неблагоприятным. Поэтому для них очень важно осознавать, рефлексировать свои состояния и применять адекватные способы их регуляции.

Целью нашего исследования является изучение специфики психических состояний, процессов саморегуляции и включенности ментальных структур сознания в саморегуляцию в динамике одного рабочего дня.

### **Выборка и методы исследования**

Испытуемыми были специалисты дефектологической направленности (логопеды, дефектологи, специальные психологи и воспитатели детских садов), 30 человек от 22 до 45 лет.

Для оценки интенсивности психических состояний использовался опросник А. О. Прохорова «Рельеф психического состояния» (краткий вариант). Саморегуляция исследовалась с помощью следующих методик: опросник В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ 2020»; методика «Типология саморегуляции психических состояний» (А. О. Прохоров, А. Н. Назаров); методика «Эффективность саморегуляции психических состояний» (А. О. Прохоров, А. Н. Назаров). Ментальные структуры измерялись следующими методиками: методика исследования самоотношения (МИС) (С. Р. Пантелеев), методика диагностики рефлексивных процессов: распознавания, осознания, идентификации (А. О. Прохоров, А. В. Чернов), методика исследования системы жизненных смыслов (СЖС) (В. Ю. Котляков), методика измерения самооценки психических состояний (А. О. Прохоров).

### **Результаты исследования**

В течение одного рабочего дня отмечается следующая динамика психических состояний дефектологов. Начало рабочего дня в основном сопровождается состояниями средней и высокой интенсивности

положительной направленности: спокойствие, сосредоточенность, энергичность, активность. К середине рабочего дня спектр состояний увеличивается, изменяются их качество, модальность. Испытуемые чаще называют состояния спокойствия, усталости, утомления, умиротворения, напряженности и бодрости. Возможно, такое разнообразие связано со спецификой работы дефектолога. Основной объем работы приходится на дневное время, когда дети еще активны. К концу рабочего дня треть испытуемых находится в состоянии усталости, остальные спокойны, радостны и позитивны.

Интенсивность состояний дефектологов в течение рабочего дня менялась. Значительный спад наблюдался к концу рабочего дня, что вполне объяснимо и естественно. При этом в середине рабочего дня интенсивность состояний повышалась, особенно на уровне когнитивных процессов и поведения.

Анализ данных саморегуляции психических состояний показал, что у дефектологов в основном преобладают такие стилевые предпочтения, как планирование целей, программирование действий для достижения целей, гибкость и настойчивость, т. е. в саморегуляцию включены когнитивно-регуляторные и личностно-регуляторные процессы. Дефектологи обладают способностью гибко перестраивать систему саморегуляции, адаптировать ее под условия профессиональной деятельности, при достижении целей деятельности проявляют упорство и решительность.

Типы саморегуляции, к которым прибегают дефектологи, – это актуализация позитивных образов и воспоминаний, самовнушение, самоприказы, общение. Эффективность применяемых приемов саморегуляции высокая, наиболее удается регулировать психические процессы, физиологические проявления и переживания. Поведение управляется менее успешно.

Рассмотрим связь саморегуляции, ментальных характеристик с показателями психических состояний в динамике одного дня:

- *Начало рабочего дня.* Личностно-регуляторные процессы саморегуляции (гибкость и надежность) обуславливают протекание психических состояний. Ментальные структуры сознания (самоотношение и рефлексия) опосредованно через стилевые предпочтения определяют интенсивность состояния. Смысловые ориентации дефектологов (альтруистические и семейные смыслы) непосредственно связаны с интенсивностью психических состояний.
- *Середина дня.* Выявлено большее число корреляций ментальных характеристик и показателей саморегуляции с интенсивностью

психических состояний. Интенсивность и качество психических состояний определяется непосредственно ментальными структурами (рефлексия, самоотношение и система жизненных смыслов). Жизненные смыслы (альтруистические, коммуникативные, семейные) имеют обратную связь с характеристиками состояний. Выявлено, что только один показатель саморегуляции (моделирование значимых условий достижения целей) непосредственно связан с психическими состояниями, а также опосредует связь состояний с ментальными структурами (самоотношение).

- *Конец дня.* В этот период выявлено наименьшее число корреляций, что свидетельствует о проблемах в управлении собой, своим состоянием и поведением. Стилевое предпочтение (планирование целей деятельности) непосредственно связано с интенсивностью протекания состояний и не имеет связей с ментальными структурами. В других случаях характеристики саморегуляции коррелируют с психическими состояниями опосредованно через ментальные структуры. Личностно-регуляторные процессы (надежность и устойчивость осознанной саморегуляции) определяют протекание психических состояний через сформированность навыков рефлексии. Все характеристики эффективности саморегуляции детерминирует интенсивность психических состояний через такие ментальные характеристики, как показатели самооценки психических состояний (грусть/оптимистичность, вялость/бойкость) и стилевые предпочтения (упорство и решительность в достижении поставленной цели деятельности).

## **Заключение**

Таким образом, анализ показателей саморегуляции, ментальных структур и психических состояний показал следующее. В процессе профессиональной деятельности (на примере одного рабочего дня) дефектологи успешно регулируют свои состояния и поведение. Они используют самовнушение, самоприказы, вспоминают о приятном, актуализируя позитивные образы. Дефектологи планируют цели деятельности, программируют действия для их достижений, проявляют упорство и настойчивость в реализации профессиональной деятельности, а также способны гибко перестраивать систему саморегуляции.

Успешность саморегуляции обусловлена такими ментальными структурами, как самоотношение (самоценность и самоуверенность (прямая связь), конфликтность и самообвинение (обратная связь)); система жизненных смыслов (альтруистические, семейные, коммуникативные); рефлексия (распознавание своих и чужих состояний,



идентификация чужих состояний); самооценка переживаний (грусть/оптимистичность, вялость/бойкость).

Выявлено, что ментальные структуры сознания во всем временном континууме непосредственно детерминируют протекание психических состояний. В интервалах начала и середины рабочего дня некоторые ментальные характеристики опосредованно через стилевые предпочтения саморегуляции обуславливают специфику психических состояний, а в интервале конца рабочего дня отмечается обратное: характеристики эффективности саморегуляции опосредованно, через ментальные структуры, взаимосвязаны с интенсивностью психических состояний.

### Литература

- Дикая Л. Г.* Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003.
- Леонова А. Б.* Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний человека // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2007. № 1. С. 87–103.
- Машарина А. Ф.* Представление о саморегуляции в отечественной психологии // Педагогика и психология образования. 2023. № 1. С. 221–235. doi: 10.31862/2500-297X-2023-1-221-235
- Моросанова В. И.* Саморегуляция и индивидуальность человека. М.: Наука, 2012.
- Моросанова В. И., Кондратюк Н. Г.* Опросник В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ 2020» // Вопросы психологии. 2020. Т. 66. № 4. С. 155–167.
- Прохоров А. О.* Структурно-функциональная модель ментальной регуляции психических состояний субъекта // Психологический журнал 2020. Т. 41 № 1. С. 5–18. doi: 10.31857/S020595920007852-3
- Прохоров А. О.* Ментальные механизмы регуляции психических состояний // Экспериментальная психология 2021. Т. 14. № 4. С. 182–204. doi: 10.17759/expsy.2021140410
- Сергиенко Е. А.* Контроль поведения как основа саморегуляции // Южно-российский журнал социальных наук. 2018. Т. 19. № 4. С. 130–146. doi: 10.31429/26190567-19-4-130-146

# Прогнозирование профессионального долголетия для магистрантов по ценностно-смысловым характеристикам\*

*Т. Н. Березина*

Московский государственный психолого-педагогический университет,  
Москва

Проведено исследование связи показателей биопсихологического возраста с показателями ценностно-смысловой сферы. Испытуемые: магистранты, 35 человек, средний возраст 37,4 года ( $SD = 7,39$ ). Составлены регрессионные уравнения для прогноза показателей профессионального долголетия. Ожидаемый пенсионный возраст повышают ценности душевного и духовного уровней, ценность приятного времяпрепровождения и отдыха; мы назвали этот комплекс «ценностный отдых». Индекс биологического старения понижает комплекс характеристик, включающий в себя ценности здоровья, материального положения и установку на альтруизм, названный нами «здоровый альтруизм». Индекс психологического старения понижает комплекс характеристик «наслаждение жизнью», его роль в обеспечении профессионального долголетия уточняется.

*Ключевые слова:* профессиональное долголетие, ценностно-смысловые ориентации, ожидаемый пенсионный возраст, биологический возраст, психологический возраст.

## **Введение**

Прогнозирование профессионального долголетия можно начинать с этапа получения профессионального образования. Это особенно актуально, потому что непрерывное образование для многих специальностей рассматривается как важнейший фактор работоспособности и профессионального долголетия (Kim, Kim, 2023). Этап магистратуры для многих категорий респондентов является решающим в определении перспектив своего профессионального долголетия, поскольку они часто связывают продолжение своей профессиональной деятельности именно с получением второго уровня высшего образования. В качестве предикторов профессионального долголетия обычно предлагаются «сильные» характеристики личности: противостояние стрессу, выносливость, жизнестойкость, субъективная витальность (Мальцева, Поздняков, 2023). Именно эти характеристики измеряются в качестве прогностических, их же развивают в формирующих экспериментах.

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда, проект № 19-18-00058 П.

Например, проводился формирующий эксперимент с магистрантами, целью которого было развитие стрессоустойчивости как фактора замедления биопсихологического старения. В исследовании принимали участие 63 респондента, обучающиеся в магистратуре. Было показано, что за период экспериментального воздействия (около полугода) у участников опытной группы были улучшены показатели работоспособности и стрессоустойчивости и снижен показатель биологического возраста, в то время как в контрольной группе происходило закономерное изменение параметров в соответствии с календарным возрастом (Зинатуллина, 2022).

Несмотря на большое количество исследований профессионального долголетия, работ по изучению ценностно-смысловых и духовных факторов значительно меньше, что связано со сложностью изучаемого феномена (Березина, 2010). Исследователи отмечают, что духовность и религиозность в качестве фундаментальных факторов здоровья и долголетия почему-то остаются в стороне, несмотря на многие эпидемиологические работы, в которых показано, что более высокие уровни религиозности и духовности коррелируют с более низким риском смертности (Dominguez et al., 2024). Есть отдельные исследования по связи ценностно-смысловых характеристик с долголетием (Koteneva et al., 2021). Для специалистов по социальной работе были обнаружены корреляции профессионального долголетия с профессиональным совершенствованием (как ценностью и как результатом прогрессивного развития). Авторы выделили следующие факторы профессионального долголетия: профессионально-культурное совершенствование, позитивное нравственно-культурное совершенствование и ряд других (Соколова, 2016). Профессиональное долголетие в экстремальных условиях (ситуации Арктического региона) связано с такими индивидуально-психологическими особенностями, как самоуважение, поддержка, ценностная ориентация, самопринятие, персональность, познавательные потребности, эмоциональная устойчивость, экзистенциальная исполненность, ответственность, независимость и др. (Горячева, 2019).

### **Организация исследования**

Мы провели исследование взаимосвязи ценностно-смысловых показателей с характеристиками биопсихологического и ожидаемого пенсионного возраста у магистрантов (35 человек (из них 27 женщин), средний возраст 37,4 лет,  $SD = 7,39$  лет). Использовались следующие методики: «Иерархия личности» (Е. В. Шестун), Диагностика личностной установки «альтруизм/эгоизм», Диагностика реальной структу-

ры ценностных ориентаций личности С. С. Бубновой, Шкала «Ожидаемый пенсионный возраст» (ОПВ), Самооценка психологического возраста по К. А. Абульхановой и Т. Н. Березиной, методика «Определение биологического возраста (БВ) по В. П. Войтенко». Для дальнейшей работы из последней методики применялся показатель «индекс биологического старения» (биологический возраст – должный биологический возраст). Он позволяет оценить, насколько человек по состоянию своего здоровья старше статистической возрастной нормы. Отрицательные значения говорят об индивидуальной молодости человека, а положительные – об индивидуальном старении относительно статистических норм. Для психологического возраста мы также использовали далее относительный показатель «психологический возраст–календарный возраст». Использовался статистический метод пошаговой гребневой регрессии с включением данных.

Зависимыми переменными выступали характеристики возраста (ожидаемый пенсионный возраст, индекс биологического старения, индекс психологического старения), независимыми – ценностно-смысловые характеристики.

### **Результаты исследования**

Были получены следующие данные. Для *ожидаемого пенсионного возраста*: [Приятное времяпрепровождение, отдых] = 3,6, [Духовный уровень «Свободное время, отдых»] = 2,5, [Признание и уважение людей и влияние на окружающих] = 2,1, [Душевный уровень категории «Ценности»] = 0,9, [Установка на альтруизм] = 0,3, «+» [Телесный уровень категории «Экзистенциальная сфера»] = 1,2, «-» [Телесный уровень категории «Отношение к людям»] = 1,1, [Поиск и наслаждение прекрасным] = -1,4. Свободный член = 38,6. Данный результат объясняет 82,5% дисперсии ( $R^2=0,825$ ,  $p<0,00001$ ). Мы назвали этот комплект ценностно-смысловых характеристик «ценностный отдых». Все показатели, вошедшие в уравнение с положительными знаками, отодвигают в сознании людей пенсионный рубеж, а с отрицательными – его приближают.

Для *индекса биологического старения*: [Высокое материальное благосостояние] = -2,2, [Душевный уровень категории «Экзистенциальная сфера»] = -1,8, [Здоровье] = -1,6, [Установка на альтруизм] = -1,0, [Приятное времяпрепровождение, отдых] = 2,9. Этот результат объясняет 60% дисперсии ( $R^2=0,5798$ ,  $p<0,00004$ ). Мы назвали этот комплекс показателей «здоровый альтруизм». Все показатели, входящие в него с отрицательными знаками, снижают индекс старения, что потенциально способствует профессиональному долголетию. По-

казатели с положительными знаками увеличивают индекс старения и не поддерживают профессиональное долголетие.

Для *индекса психологического старения*: [Приятное времяпрепровождение, отдых] = 8,1, [Телесный уровень категории «Семейная сфера»] = 8,2, [Общение] = -9,5, [Поиск и наслаждение прекрасным] = -4,6, [Телесный уровень категории «Ценности»] = -3,5. Этот результат объясняет 63% дисперсии ( $R^2 = 0,63$ ,  $p < 0,00004$ ). Мы назвали этот комплекс ценностно-смысловых характеристик «наслаждение жизнью». Все показатели с отрицательными знаками замедляют психологическое старение, и это показатели, направленные на получение удовольствия от жизни. Показатели с положительными знаками психологическое старение усиливают. По нашим предположениям, индекс психологического старения не является характеристикой профессионального долголетия. Скорее всего, и слишком высокие его характеристики (положительные), и слишком низкие (отрицательные) не способствуют профессиональному долголетию. Люди с сильным отрицательным индексом психологического старения могут быть инфантильными, а с сильным положительным — уставшими от жизни.

Согласно определению, профессиональное долголетие — это способность человека решать профессиональные задачи в течение всего периода трудовой деятельности, причем задачи решаются на высоком уровне, а сам работник сохраняет профессиональную трудоспособность (Шкарин и др., 2022). Мы использовали для оценки профессионального долголетия показатели биопсихологического возраста. В научных исследованиях для оценки профессионального долголетия обычно применяются или субъективные показатели (самооценка возраста выхода на пенсию), или объективные (реальный выход респондента на пенсию). В настоящее время для этой цели стали применяться прогностические показатели — различные варианты оценки биологического или психологического возрастов. Многие авторы подчеркивают, что биологический возраст является лучшим показателем возможного профессионального долголетия, чем календарный возраст (Викторов и др., 2018). Именно этот подход применили мы в нашем исследовании.

## **Заключение**

Были выделены три биопсихологических показателя, характеризующих профессиональное долголетие. Первый показатель, ОПВ (ожидаемый пенсионный возраст), характеризует продолжительность планируемого респондентом трудового периода. В этом аспекте про-

фессиональное долголетие увеличивает ценностно-смысловой конструкт «ценностный отдых», включающий в себя ценности, ориентированные на духовный уровень свободного времени, альтруизм, получение признания и уважения и др. Второй показатель – индекс биологического старения. Уменьшение этого индекса способствует потенциальному профессиональному долголетию, уменьшает его «здоровый альтруизм» – показатель, включивший в себя заботу о собственном здоровье, наряду с альтруистической установкой. Третий показатель – индекс психологического старения, с ним связан ценностно-смысловой конструкт «наслаждение жизнью». Скорее всего, он не поддерживает профессиональное долголетие.

### Литература

- Березина Т. Н.* О развитии духовных способностей человека // Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М. А. Шолохова. Педагогика и психология. 2010. №2. С. 23–30.
- Викторов А. А., Алехнович А. В., Гладких В. Д.* Прогнозирование профессионального долголетия военнослужащих на основе кинетической теории старения // Госпитальная медицина: наука и практика. 2018. Т. 1. № 5. С. 12–17.
- Горячева Е. В.* Прогноз профессионального долголетия сотрудников МЧС России в условиях Арктического региона // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2019. № 3. С. 85–93. doi:10.25016/2541-7487-2019-0-3-85-93
- Зинатуллина А. М.* Развитие стрессоустойчивости лиц, продолжающих обучение во взрослом возрасте // Человеческий капитал. 2022. Т. 12. № 1 (168). С. 296–305. doi: 10.25629/НС.2022.12.12
- Мальцева Т. В., Поздняков В. М.* Особенности субъективной витальности на различных этапах профессионального становления сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Прикладная юридическая психология. 2023. № 2 (63). С. 5–13. doi: 10.33463/2072-8336.2023.2(63).005-013
- Соколова О. В.* Взаимосвязь профессионального совершенствования и профессионального долголетия специалиста по социальной работе в пенитенциарном учреждении // Международный пенитенциарный журнал. 2016. № 2. С. 56–61.
- Шкарин В. В., Воробьев А. А., Аджиенко В. Л., Андриющенко Ф. А.* Профессиональное долголетие – пути и способы достижения // Вестник Волгоградского государственного медицинского университета. 2022. Т. 19. № 2. С. 19–26. doi: 10.19163/1994-9480-2022-19-2-19-19-26

- Dominguez L. J., Veronese N., Barbagallo M.* The link between spirituality and longevity // *Aging Clinical and Experimental Research*. 2024. V. 36. P. 32. doi: 10.1007/s40520-023-02684-5
- Kim M., Kim S.* The actual condition and improvement of continuing education program for military personnel // *Journal of Advances in Military Studies*. 2023. V. 6. P. 1–28. doi: 10.37944/jams.v6i3.201
- Koteneva A. V., Berezina T. N.; Rybtsov S. A.* Religiosity, spirituality and biopsychological age of professionals in Russia // *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2021. V. 11. P. 1221–1238. doi: 10.3390/ejihpe11040089

## **Образ себя как матери у женщин в период менопаузы**

*М. Е. Блох*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Увеличение во всем мире количества женщин, находящихся в менопаузальном периоде, отягощенность этого периода соматическими и психическими проблемами требует пристального внимания специалистов для оказания помощи женщинам и улучшения их качества жизни. Утрата репродуктивной функции – важнейший фактор кризиса идентичности женщины в период менопаузы. Целью исследования стало изучение образа себя как матери у женщин в менопаузе в сравнении с группой женщиной репродуктивного периода. Было установлено, что женщины с менопаузой значимо ниже оценивают привлекательность себя как матери, более пассивны и неудовлетворены материнской ролью, при этом чем более женщина неудовлетворена образом себя как матери, тем меньше удовлетворенности партнерскими отношениями она демонстрирует; чем более пассивна и не уверена в себе как матери, тем больше недовольства образом своего тела и неуверенности в своей женской идентичности, больше подозрительности и меньше авторитарности и альтруистичности в межличностных отношениях.

*Ключевые слова:* менопауза, репродуктивный период, образ себя как матери, идентичность, образ тела, удовлетворенность партнерскими отношениями.

Менопауза – естественный, биологически опосредованный этап жизненного цикла женщины, который приходится для большинства на возрастной диапазон от 45 до 55 лет. Как показывают исследования,

глобальная популяция женщин в постменопаузе постоянно растет: по данным Всемирной организации здравоохранения, в 2021 г. женщины в возрасте 50 лет и старше составляли 26% от всех женщин и девочек в мире, тогда как в 2011 г. этот показатель был 22%; кроме того, продолжительность жизни увеличивается (Menopause, 2022). Период менопаузы может быть важным переходом в жизни женщины как с социальной точки зрения, так и с биологической. В социальном плане на переживание женщинами менопаузы могут влиять гендерные нормы, семейные и социокультурные факторы, в том числе то, как старение женщины и переход к менопаузе рассматриваются в обществе. С биологической точки зрения в результате гормональной перестройки происходят многочисленные изменения в организме (соматического и психического характера), которым уделяется основное внимание в научных медицинских работах, направленных на профилактику и лечение симптомов климактерического периода. Несмотря на всю естественность процесса, менопауза знаменует собой окончание репродуктивного возраста, когда уже нет и не будет возможности зачать и родить ребенка. Женщина может сознательно или бессознательно переживать этот период как утрату, испытывая скорбь и подавленность из-за безвозвратно потерянной репродуктивной функции. Кризис идентичности в данном случае может протекать с различной интенсивностью и быть связан с самыми разными аспектами жизнедеятельности. Некоторые женщины ощущают «предательство» своего тела, формируя общую неудовлетворенность физическими изменениями и соматическими симптомами, сопровождающими менопаузу. Усугубляет это недовольство телесными изменениями социально диктуемая в обществе идеализация молодости, красоты и стройности, что часто толкает женщин на поиски путей сопротивления трансформациям внешнего вида, не давая признания реальному телу (Downing, 2022). Особенно тяжело переживается утрата возможности «будущей беременности» теми женщинами, для которых материнство является основой их чувства идентичности. Часто сам период менопаузы совпадает также с уходом одного или нескольких детей из дома, что может еще больше усугубить чувство потери. У бездетных женщин, даже сознательно отказавшихся от родительства, могут появиться сожаления о неродившемся ребенке или детях, так как менопауза не предполагает выбора и контроль над своим телом и фертильностью безвозвратно утрачен. Этот кризис идентичности женщины может оказывать значительное влияние на снижение удовлетворенности супружескими отношениями, наряду с другими факторами, сопровождающими менопаузу, такими, как потеря сексуального желания и возбуждения,



уверенности в себе, а также неспособность понять свои переживания и сформулировать их партнеру, часто также смущенному изменениями в супруге (Murray, 2020).

*Целью* данного исследования явилось изучение образа себя как матери у женщин в период менопаузы. Всего в нем приняли участие 107 женщин, из них основная группа – 54 женщины в период менопаузы, средний возраст 49 лет,  $SD=3,15$  лет, группа сравнения – 53 женщины репродуктивного возраста, средний возраст 39 лет,  $SD=2,83$  лет. Все респондентки находятся в партнерских отношениях, у всех есть материнский опыт.

Для достижения поставленной цели использованы следующие методики: «Личностный семантический дифференциал» (адаптация института им. В. М. Бехтерева) с понятием «Я как мать», «Опросник образа собственного тела» О. А. Скугаревского, методика изучения гендерной идентичности Л. Б. Шнейдер (МИГИ), тест-опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко), методика диагностики межличностных отношений (Т. Лири, Г. Лефорж, Р. Сазек). Сравнительный и корреляционный анализ произведены с помощью программы SPSS Statistics v. 26.0.

Показатели субъективного представления о себе как матери (оценка, сила и активность) в группе женщин с менопаузой находятся на низком уровне, что свидетельствует о недостаточной привлекательности себя в материнской роли, неудовлетворенности и недостаточном принятии этого образа, зависимости от внешних оценок, тревожности и определенной пассивности. Достоверные различия (при  $p<0,001$ ) между группой женщин с менопаузой и группой женщин в репродуктивном возрасте получены по показателям оценки ( $6,01\pm 7,53$  и  $13,30\pm 4,97$ , соответственно) и активности ( $4,18\pm 7,11$  и  $8,47\pm 4,41$ , соответственно) – женщины с менопаузой значимо ниже оценивают привлекательность себя как матери, более пассивны и неудовлетворены материнской ролью.

Среди женщин с менопаузой (основная группа) большинство респондентов не удовлетворены своим телом (81,5%), при этом в группе сравнения удовлетворенность и неудовлетворенность своим телом находится практически на одном уровне: удовлетворены 54,7% женщин, не удовлетворены 45,3%; среднегрупповые значения показали значимое различие ( $19,24\pm 8,3$  и  $13,9\pm 7,7$ , соответственно, при  $p<0,001$ ).

Исследование гендерной идентичности у женщин группы менопаузы продемонстрировало преимущественно диффузную идентичность, характеризующуюся навязанностью стереотипов, частичной неудовлетворенностью собой, неуверенностью и сомнениями в своей

женской роли. Достоверных различий с группой сравнения не обнаружено, что может быть связано с недостаточностью выборки или общими процессами кризиса полоролевой идентичности в обществе в настоящее время.

Удовлетворенность партнерскими отношениями у женщин с менопаузой достоверно ниже (при  $p < 0,001$ ), чем у женщин репродуктивного возраста ( $26,62 \pm 6,9$  и  $30,2 \pm 7,97$  соответственно).

В оценке себя в межличностных отношениях показатели в группах находятся в области средних значений, при этом между группами выявлено достоверное различие по таким шкалам, как «Авторитарный» ( $5,75 \pm 2,23$  и  $7,45 \pm 3,81$  при  $p < 0,05$ ), «Эгоистичный» ( $5,81 \pm 2,01$  и  $5,01 \pm 2,97$  при  $p < 0,05$ ), «Подозрительный» ( $5,96 \pm 2,18$  и  $4,37 \pm 2,7$  при  $p < 0,001$ ) и «Зависимый» ( $6,14 \pm 2,09$  и  $4,66 \pm 2,84$  при  $p < 0,001$ ). Таким образом, женщины в период менопаузы в сравнении с женщинами в репродуктивном возрасте достоверно менее авторитарны, но более эгоистичны, подозрительны и зависимы в межличностных отношениях.

При корреляционном анализе в группе женщин с менопаузой все шкалы образа себя как матери показали тесную положительную взаимосвязь (при  $p < 0,001$ ) с удовлетворенностью браком, показатели силы и активности продемонстрировали отрицательную связь с образом тела (при  $p < 0,001$ ), активность — со значениями гендерной идентичности (при  $p < 0,005$ ) и авторитарности (при  $p < 0,001$ ), оценка и сила показали отрицательную связь с подозрительностью и положительную с альтруистичностью (при  $p < 0,001$ ), т. е. чем более женщина неудовлетворена образом себя как матери, меньше проявляет активности в материнской роли и зависима от внешних оценок и стереотипов, тем меньше удовлетворенности партнерскими отношениями она демонстрирует; чем более пассивна и не уверена в себе как матери, тем больше недовольства образом своего тела и женской идентичностью, больше подозрительности и меньше авторитарности и альтруистичности в межличностных отношениях. При этом в группе женщин репродуктивного возраста образ себя как матери показал положительные достоверные связи только между фактором силы и удовлетворенностью браком (при  $p < 0,005$ ), авторитарностью и эгоистичностью в межличностных отношениях (при  $p < 0,001$ ), отрицательные — с образом тела, подчиняемостью и зависимостью (при  $p < 0,001$ ), т. е. чем более женщина репродуктивного возраста уверена в себе как матери, не зависит от внешних оценок материнской роли, тем более она удовлетворена своими партнерскими отношениями, своим телом, в межличностных отношениях более авторитарна и ориентирована на свое мнение, менее зависима от других.

Полученные результаты продемонстрировали достоверные различия в представлениях о себе в различных аспектах жизни (телесности, партнерских отношениях, материнстве, женственности) у женщин в менопаузе в сравнении с женщинами репродуктивного возраста. При этом восприятие своего материнского образа, родительская реализация и активность имеют тесные связи с другими значимыми сферами жизни. Можно сказать, что утрата репродуктивной функции и невозможность больше стать матерью является важным фактором переосмысления и восприятия себя и окружающего мира, даже при наличии опыта материнства. Мы считаем необходимым продолжение исследования кризиса материнской идентичности у женщин в менопаузе, не имеющих материнского опыта, и предполагаем, что выраженность неудовлетворенности и неуверенности у них будет значительно выше, что требует внимания к психологическим аспектам переживания в период менопаузы для повышения качества жизни женщин.

### **Литература**

- Downing D. A.* Woman's changing body. Well Stated. 2022.  
*Menopause.* World Health Organization. 2022.  
*Murray C.* The impact of the menopause on relationships // Welldoing.org: Counselling & Psychotherapy. 2020. February 12.

## **Образ жизни как ресурс профессионального развития на этапе учебно-образовательной деятельности**

*Д. О. Бузина*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Настоящее исследование изучает взаимосвязь между образом жизни студентов, включающим их социальную и профессиональную активность, заботу о собственном здоровье, и их профессиональным развитием. Выдвигается гипотеза, что эти параметры будут выступать в качестве ресурса профессионального развития студентов. Выборку составили 310 студентов. В ходе исследования использовались авторская анкета и опросник «Профиль здорового образа жизни – ПроЗОЖ». Для обработки данных применялись методы описательной статистики и однофакторный дисперсионный анализ ANOVA. Выявлены особенности образа жизни студентов в выделенных группах. Исследование имеет важное значение

для понимания роли образа жизни в формировании профессиональных компетенций и благополучия.

*Ключевые слова:* образ жизни, ресурс профессионального развития, кризисы профессионального развития, студенты, кризис.

В современном динамично развивающемся мире тема профессионального развития имеет особую актуальность. Как непрерывный процесс приобретения, совершенствования и демонстрации профессиональных компетенций, профессиогенез является важнейшим фактором успешной карьеры. В условиях стремительного научно-технического прогресса, глобализации и высокой конкуренции на рынке труда невозможно оставаться востребованным специалистом, не уделяя должного внимания профессиональному развитию.

Однако профессиональное развитие не всегда происходит гладко. Студенты, вступающие на путь профессионального становления, могут столкнуться с рядом кризисных периодов, которые могут оказать существенное влияние на их дальнейшую карьеру. Кризисы профессионального развития – это переломные моменты, которые могут привести как к позитивным, так и к негативным изменениям в профессиональной траектории. Во время обучения студенты могут столкнуться с тремя кризисами профессионального развития: кризис первокурсника (переход от школьного к вузовскому обучению, новые требования, повышенная нагрузка, адаптация к новой социальной среде); кризис середины обучения (сомнения в выборе профессии, трудности в учебе и практике); кризис окончания обучения (тревога о трудоустройстве, сомнения в компетенциях и готовности к работе) (Головей, 2019). Каждый из этих кризисов может повлиять на успех студента в будущей карьере. Кризис первокурсника может привести к неуспеваемости, потере мотивации и даже отчислению из вуза. Кризис середины обучения может заставить студентов сменить специальность или бросить учебу вовсе. Кризис окончания обучения может вызвать затяжную безработицу, несоответствие между ожиданиями и реальностью профессиональной деятельности и, как следствие, неудовлетворенность работой (Бузина, 2023). Преодоление этих кризисов требует наличия внутренних ресурсов, обеспечивающих успешное профессиональное развитие, особенно на этапе учебно-образовательной деятельности. Одним из важнейших ресурсов является образ жизни.

Образ жизни – это многогранная категория, которая рассматривается с философской, социологической и психологической точек зрения, вносящих свой уникальный вклад в понимание данного сложного фе-

номена. Образ жизни включает в себя все аспекты жизнедеятельности, охватывая социальные, профессиональные и медицинские сферы. Ученые считают, что образ жизни «характерен для определенного человека как совокупность черт повседневного поведения, являющегося проявлением его индивидуальности» (Габидуллина, 2009, с. 11), что это способ жизненной активности человека, охватывающий материальную, социальную и духовную сферы (Дружилов, 2016). Ценность образа жизни определяется удовлетворенностью и интересом, которые он приносит человеку (Абульханова-Славская, 1991).

Под «образом жизни» в рамках данного исследования мы понимаем особую форму жизнедеятельности, включающую социальную и профессиональную активность, а также заботу о собственном здоровье. Данные параметры взаимосвязаны и оказывают комплексное влияние на профессиональное развитие студентов. Гармоничное сочетание этих компонентов создает прочную основу для преодоления кризисных периодов, возникающих в процессе профессионального развития и достижения поставленных карьерных целей.

*Цель* исследования заключается в изучении взаимосвязи между образом жизни и профессиональным развитием студентов. Гипотеза исследования состоит в том, что эти параметры будут выступать в качестве ресурса профессионального развития и способствовать его успешности и совладанию с кризисной ситуацией на этапе учебно-образовательной деятельности студентов.

Были использованы опросник «Профиль здорового образа жизни – ПроЗОЖ» (Петраш и др., 2018), а также блоки анкеты, содержащей вопросы о ресурсах и участии студентов в мероприятиях, связанных с профессиональным развитием, социальной и профессиональной активностью.

Выборка из 310 студентов в возрасте от 17 до 27 лет ( $M = 20,31$ ;  $SD = 1,8$ ) включала юношей ( $n = 88$ ), и девушек ( $n = 222$ ). Выделены три группы в зависимости от курса обучения: первокурсники – 35,2%, студенты третьего курса – 32,6%, выпускники – 32,2%.

Анализ собранных анкетных данных привел к следующим выводам.

Студенты первого курса стремятся восстанавливать свой эмоциональный баланс через общение с близкими и семьей (74,31%), различные виды хобби и увлечений (64,22%), спорт и физическую активность (33,03%): близкие и семья обеспечивают эмоциональную поддержку и помогают студентам справиться со стрессом, хобби и увлечения позволяют переключиться на другую деятельность и получить положительные эмоции, спорт и физическая активность способствуют

выработке эндорфинов и улучшают настроение. В меньшей степени студенты первого курса используют для восстановления ресурсов участие в общественной деятельности (22,94%) и научно-исследовательской работе (4,59%). Общественная деятельность может быть связана с дополнительной ответственностью и нагрузкой, что может быть утомительным для студентов, особенно на начальном этапе обучения. Научно-исследовательская работа обычно требует значительных временных затрат и может быть доступна не всем студентам первого курса.

Студенты третьего курса также в первую очередь стремятся восстанавливать свой эмоциональный баланс через общение с близкими и семьей (69,31%), различные виды хобби и увлечений (69,31%), спорт и физическую активность (29,7%). В меньшей степени студенты третьего курса используют для восстановления ресурсов участие в общественной деятельности (16,83%) и научно-исследовательской работе (4,95%).

Студенты выпускного курса стремятся восстанавливать свой эмоциональный баланс через общение с близкими и семьей (74%), различные виды хобби и увлечений (70%), спорт и физическую активность (40%) и в меньшей степени используют для восстановления ресурсов участие в общественной деятельности (11%) и научно-исследовательской работе (5%).

Таким образом, не было выявлено значимых различий в использовании способов восстановления ресурсов между студентами разных курсов. Это означает, что студенты всех трех курсов (первого, третьего и выпускного) в целом используют схожие способы для восстановления своих ресурсов. Однако была выявлена тенденция к увеличению использования хобби, спорта и физической активности для восстановления ресурсов от первого к выпускному курсу. Это может быть связано с тем, что по мере обучения студенты лучше понимают свои интересы и увлечения, а также находят больше времени для занятий хобби и спортом. Было обнаружено, что общественная деятельность используется для восстановления ресурсов реже на выпускном курсе, чем на первом и третьем курсах.

Был проведен также анализ результатов участия студентов разных этапов обучения в мероприятиях факультета, филиала. На всех курсах большинство студентов часто участвуют в мероприятиях (43,12% – 1 курс, 52,48% – 3 курс и 62% – выпускной). Это подчеркивает важность создания благоприятной образовательной среды, способной поддержать социальную активность студентов. Были выявлены статистически значимые различия между группами ( $F = 5,872$ ,  $p = 0,003$ ). Процент студентов, которые никогда не участвуют в мероприятиях,

снижается от первого к выпускному курсу. Участие студентов в мероприятиях факультета, филиала увеличивается от первого к выпускному курсу. Аналогичная тенденция характерна и для студентов, которые часто или всегда участвуют в мероприятиях. По мере обучения студенты становятся более активными и вовлеченными в общественную жизнь университета, а также более мотивированными к участию в мероприятиях, так как готовятся к предстоящей профессиональной деятельности и стремятся расширить свои связи.

Результаты исследования участия студентов в мероприятиях факультета, филиала и использования общественной деятельности для восстановления ресурсов у выпускников кажутся противоречивыми. Студенты выпускных курсов чаще участвуют в мероприятиях, но используют их для восстановления ресурсов реже. Это может быть связано с тем, что меняются цели участия в мероприятиях (выпускники берут на себя больше ответственности и испытывают больше стресса), а также выбирают альтернативные способы восстановления своих ресурсов (общение с друзьями и семьей, занятия хобби или спортом).

Анализ результатов по опроснику «Профиль здорового образа жизни – ПроЗОЖ» показывают, что студенты всех трех групп преимущественно уделяют внимание следующим аспектам здорового образа жизни: межличностные отношения ( $M = 15,63$ ,  $SD = 3,3$ ), управление стрессом ( $M = 15,52$ ,  $SD = 3,8$ ), внутренний рост ( $M = 15,01$ ,  $SD = 3,4$ ). В то же время они меньше внимания уделяют: питанию ( $M = 8,58$ ,  $SD = 2,8$ ), физической активности ( $M = 8,77$ ,  $SD = 3,5$ ), ответственности за здоровье ( $M = 9,62$ ,  $SD = 3,2$ ). Студенты уделяют больше внимания своим внутренним переживаниям, саморефлексии, духовному росту, чем заботе о физическом здоровье собственного тела.

Хотя результаты опроса показывают, что студенты всех трех групп преимущественно уделяют внимание межличностным отношениям, управлению стрессом и внутреннему росту, наблюдается незначительная динамика на выпускном курсе – увеличение показателей по трем аспектам здорового образа жизни: питанию, физической активности и ответственности за здоровье и небольшое снижение показателей по внутренним переживаниям, саморефлексии и духовному росту. Это может указывать на то, что по мере взросления студенты начинают осознавать важность заботы о своем физическом здоровье, становятся более сосредоточенными на практических аспектах своей жизни, таких, как поиск работы и начало карьеры.

Для выявления различий между группами нами был проведен однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). По шкале внутреннего и духовного роста выявлены статистически значимые различия

( $F=4,28$ ,  $p=0,015$ ), отмечается снижение показателей от первого курса к выпускному. В целом результаты показывают, что первокурсники более склонны к внутреннему росту и саморазвитию, в то время как выпускники могут быть более сосредоточены на практических аспектах своей жизни. Первокурсники могут быть более открыты для новых впечатлений и опыта, что может способствовать их внутреннему росту. Они также могут иметь больше свободного времени, что дает им возможность заниматься саморазвитием и духовными практиками.

Таким образом, гармоничный образ жизни, включающий социальную, профессиональную и оздоровительную составляющие, выступает важным ресурсом профессионального развития студентов. Он помогает им преодолевать кризисные периоды, успешно адаптироваться к профессиональной среде и достигать высоких результатов в учебно-образовательной и будущей профессиональной деятельности. Понимание взаимосвязи между образом жизни и профессиональным развитием студентов имеет практическую значимость для оптимизации учебного процесса и разработки программ поддержки, направленных на формирование здорового образа жизни и профессиональной устойчивости у будущих специалистов.

### Литература

- Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
- Бузина Д. О.* К вопросу о кризисах профессионального развития на этапе получения высшего профессионального образования // Мир науки. Педагогика и психология. 2023. Т. 11. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/52PSMN623.pdf> (дата обращения: 27.08.2024).
- Габидуллина Г. Р.* Особенности изменения образа жизни городской и сельской молодежи в условиях трансформации российского общества: Автореф. дис. ... канд. социол. наук. Екатеринбург, 2009.
- Головей Л. А.* Кризисы развития субъекта деятельности на начальных этапах профессионализации // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2016. № 4. С. 47–54.
- Дружников С. А.* Здоровый образ жизни как целесообразная активность человека // Современные научные исследования и инновации. 2016. № 4 (60). С. 648–654.
- Петраш М. Д., Стрижицкая О. Ю., Муртазина И. Р.* Валидизация опросника «Профиль здорового образа жизни» на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 3. С. 164–190. doi: 10.17759/cpr.2018260309



## **Профессиональная самооценка женщин после длительного перерыва в работе в связи с отпуском по уходу за ребенком**

*Н. В. Булаш\*, Р. Н. Сеюкова\*\**

\* Консалтинговый проект «HR-Услуга», Москва

\*\* Московский институт психоанализа, Москва

В статье исследуется профессиональная самооценка женщин после длительного перерыва в работе, в связи с отпуском по уходу за ребенком. Авторы ставят перед собой целью выявление различий в психологических характеристиках женщин, чей трудовой перерыв составил три года и более, по сравнению с теми, у кого перерыв был короче, а также рассмотреть особенности решений, принимаемых женщинами относительно возвращения на работу и карьерных амбиций. Для изучения данного вопроса было проведено эмпирическое исследование, в результате которого выяснилось, что у женщин с перерывом в трудовой деятельности более трех лет значение уровней профессиональной востребованности ниже, чем у тех, чей перерыв составил менее трех лет. Результаты исследования могут быть полезны для разработки стратегий поддержки женщин при возвращении на работу после длительного перерыва.

*Ключевые слова:* длительный перерыв в работе, уровень профессиональной востребованности личности, профессиональная самооценка, карьерное позиционирование, профессиональная ресоциализация.

Для современного рынка труда дефицит кадров становится настоящей проблемой: и со стороны государства, и со стороны работодателей разрабатываются механизмы и стимулирующие мероприятия для создания условий по возвращению и адаптации женщин после длительного перерыва в работе, вызванного отпуском по уходу за детьми. С точки зрения самих женщин, процесс возвращения в социум (в авторской трактовке – ресоциализация) происходит с учетом особенностей эмоционального восприятия, а также предыдущих карьерных достижений и текущих амбиций.

В психологии труда и карьеры «перерыв в работе» – это временное прекращение трудовой деятельности, вызванное различными обстоятельствами, такими, как, например, рождение детей. Длительные перерывы в работе связаны с такими психологическими факторами, как потеря мотивации, стресс, низкая профессиональная самооценка или страх неудачи. Сомнения в профессиональных навыках могут замедлить поиск новой работы. Личные события, такие, как уход

за близкими или проблемы со здоровьем, также могут вызвать временное отсутствие на работе.

По мнению авторов, основными причинами стресса профессиональной адаптации после длительного перерыва в трудовой деятельности являются следующие: трудности периода начальной профессиональной адаптации, обострение межличностных отношений в рабочем коллективе, производственные конфликты, смена или потеря места работы, психологические особенности личности (несоответствие текущей рабочей деятельности мировоззрению, целям и самооценке личности), потеря перспектив профессионального развития (достижение мастерства) и многие другие. Помимо обычных стрессовых ситуаций, которые представляют собой естественные переходные этапы в процессе формирования личности профессионала, существуют непредсказуемые кризисы, возникающие в результате существенных событий в жизни человека. К числу подобных кризисных ситуаций можно отнести перерыв в работе по причине болезни, травм, инвалидности, отпуска по уходу за ребенком и смены места жительства.

Авторы считают, что для карьеры женщины характерна нелинейная траектория профессионального роста и соответствующего изменения уровня профессиональной востребованности, находящихся в прямой взаимосвязи от гендерных стереотипов, культурного контекста и индивидуальных черт личности. Женщины, возвращающиеся на работу после длительного отпуска, могут пересматривать свои профессиональные цели и карьерные пути, что имеет важное значение для их самоидентификации в новой профессиональной среде.

Проблема, которую затронули авторы, заключается в выявлении различий в психологических особенностях социализации и трудовой адаптации женщин, чья профессиональная деятельность прерывалась в связи с отпуском по уходу за ребенком на срок три года и более, и тех, у кого перерыв составил менее трех лет.

Для анализа данной проблемы было проведено эмпирическое исследование в рамках магистерской диссертации Р. Н. Сеюковой на тему «Психологические особенности прохождения этапов профессионального становления женщинами после длительного перерыва в работе в связи с отпуском по уходу за ребенком», выполненной в Московском институте психоанализа в 2023 г. Исследовательская выборка представлена 77 респондентами. Это женщины в возрасте от 25 до 55 лет, имеющие опыт материнства и перерыв в трудовой деятельности после рождения ребенка/детей. Завершение периода отпуска по уходу за ребенком у респондентов происходило в разное время и при на-

личии различных фактов, оказавших влияние на принятие решения о выходе на работу.

Сбор данных респондентов осуществлялся при помощи метода анкетирования, а также включал методики оценки профессиональной идентичности, профессиональной самооценки, карьерных ориентаций, стиля реагирования на ситуации изменений и оценки степени удовлетворенности жизнью.

В данной статье использованы результаты анализа ответов представительниц целевой группы на вопросы методик «Профессиональная востребованность личности» (Е. В. Харитоновой, А. Б. Ясько) и «Шкала удовлетворенности жизнью» (Э. Динер, перевод Д. А. Леонтьева). Под профессиональной востребованностью личности подразумевается метасистема отношений к личности как к значимому для других профессионалу (Харитоновой, 2009).

Методика «Профессиональная востребованность личности» (ПВЛ), разработанная Е. В. Харитоновой и А. Б. Ясько, действует как единая шкала — «Общий уровень профессиональной востребованности личности», а также включает в себя такие шкалы, как удовлетворенность реализацией профессионального потенциала, принадлежность к профессиональному сообществу, переживание профессиональной востребованности, профессиональную компетентность, профессиональный авторитет, оценку результатов профессиональной деятельности, отношение других и самоотношение (Харитоновой, 2009).

Для сравнительной характеристики взаимосвязей показателей при проверке достоверности гипотез респонденты были поделены на две группы. Женщины, чей перерыв в трудовой деятельности в связи с отпуском по уходу за ребенком составил суммарно более трех лет, вошли в первую группу, менее трех лет — во вторую группу.

Наличие взаимосвязи длительности перерыва в работе у женщины в связи с отпуском по уходу за ребенком и ее уровнем профессиональной востребованности определялось при помощи Т-критерия Стьюдента. В ходе статистического анализа были выявлены значимые различия между группами по всем показателям уровней профессиональной востребованности: у женщин с перерывом в трудовой деятельности более трех лет значения уровней профессиональной востребованности оказались ниже, чем у тех, чей перерыв был менее трех лет. Таким образом, наличие взаимосвязи длительности перерыва в трудовой деятельности у женщины в связи с отпуском по уходу за ребенком и уровнем профессиональной востребованности подтвердилось.

Также на уровне тенденции было выявлено, что у женщин с перерывом в трудовой деятельности три года и более общий уровень про-

фессиональной востребованности низкий, а у тех, чей перерыв составляет менее трех лет, — высокий.

Была обнаружена положительная взаимосвязь между показателями уровня профессиональной востребованности женщины и уровня ее удовлетворенности жизнью, что говорит о прямом влиянии профессиональной самооценки на качество жизни. Низкий уровень профессиональной востребованности может вызвать чувство неуверенности и неудовлетворенности, что способно повлиять на психологическое благополучие и мотивацию. Работа с данными аспектами может быть важной частью консультации и поддержки для женщин, возвращающихся к трудовой деятельности после длительного перерыва. С психологической точки зрения, это может свидетельствовать о вызванных перерывом трудностях в профессиональной адаптации и восстановлении уровня профессиональной активности. Низкий уровень востребованности может также влиять на самооценку и мотивацию женщин, что подчеркивает важность психологической поддержки и консультаций при возвращении к профессиональной деятельности после длительного перерыва (Булаш, 2020).

Выбор инструментов регулирования карьерной направленности и повышения скорости и комфорта адаптации женщины к профессиональной деятельности зависит от исходных данных личности, оказывающих влияние на успешность построения карьеры.

Само явление перерыва в рабочей деятельности в некоторых индивидуальных случаях может стать переломным этапом в профессиональном развитии личности, провоцирующим смену профессиональной деятельности, прекращение профессиональной ресоциализации или адаптации на текущем месте работы с учетом изменения специфики ведения трудовой деятельности или потери трудовых навыков или полной остановки профессионального развития личности женщины. В большей степени данный фактор характеризуется в качестве стагнационного для карьерных перспектив личности. Важно также отметить высокую степень влияния потери социальных и эмоциональных связей с коллегами, что также оказывает пагубное влияние на физическое и эмоциональное состояние женщины по окончании длительного отпуска по уходу за ребенком. Данное состояние характеризуется высоким уровнем тревожности и неуверенности, что может проявляться в снижении финансовых притязаний и принятии решения о смене трудовой деятельности без учета индивидуальных предпочтений (Булаш, 2020).

Такие аспекты, как индивидуальные черты личности, личная эффективность, настойчивость, ответственность, уровень образова-

ния и полученная профессиональная подготовка, влияют на освоение и развитие необходимых навыков на ранних этапах и формируют определенный уровень профессиональной самооценки (профессиональной востребованности личности). Накопленный опыт работы и качество образования, способность к самоанализу и понимание своих сильных и слабых сторон, гибкость и способность адаптироваться к изменениям в профессиональной среде, умение эффективно управлять своими эмоциями и стрессом, а также наличие поддержки коллег, наставников, семьи и друзей являются необходимыми условиями, позволяющими личности эффективно проходить этапы профессионального становления.

При превышении срока нахождения женщины в отпуске по уходу за ребенком в три года, согласно результатам проведенного исследования, отмечается снижение ее профессиональной самооценки, что может оказывать влияние на длительность адаптации к процессу совмещения социальных ролей матери и профессионала. У данной категории женщин отсутствует четкое понимание о направлениях профессионального развития, в связи с чем возможны ощущения стресса и тревоги.

Для женщин возвращение на рабочее место после продолжительного перерыва, связанного с отпуском по уходу за ребенком, часто сопровождается психологическими изменениями, требующими внимания и поддержки. Период длительного отсутствия работы может повлиять на профессиональную уверенность и самооценку сотрудника. В частности, данное влияние характеризуется чувствами неопределенности относительно индивидуальных навыков, осознания необходимости актуализации профессиональных знаний для создания возможностей успешного возобновления профессиональной деятельности. Механизмы профессиональной ресоциализации, включающие в себя меры по адаптации к новым требованиям рынка труда и восстановлению уверенности в своих профессиональных способностях, внедрены в некоторые отдельные сферы трудовых отношений и требуют повсеместного применения (Клевцова, 2015).

### Литература

- Булаш Н. В.* Психологические особенности карьерного консультирования женщин после длительного перерыва в трудовой деятельности // Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. № 7. С. 53–57. doi: 10.37882/2500-3682.2020.07.06
- Клевцова Н. А.* Содержание понятия ресоциализация специалиста в сфере «Человек—человек» // Территория науки. 2015. № 2. С. 34–40.

- Сеюкова Р. Н.* Психологические особенности прохождения этапов профессионального становления женщинами после длительного перерыва в работе в связи с отпуском по уходу за ребенком: Магистерская диссертация по направлению: 37.04.01 Психология / Под науч. рук. Т. Ю. Базарова. М.: НОЧУ МИП, 2024.
- Харитоновна Е. В.* Профессиональная востребованность личности: гендерно-возрастные аспекты // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3. «Педагогика и психология». 2010. № 3. С. 147–153.
- Харитоновна Е. В., Ясько Б. А.* Взаимообусловленность профессиональной востребованности и индивидуально-психологических особенностей личности // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3. «Педагогика и психология». 2011. № 1. С. 172–179.

## **Контроль поведения и личностные свойства младших школьников\***

*Г. А. Виленская*

Институт психологии РАН, Москва

В работе изучается вопрос о связи индивидуальных особенностей детей с их самооценкой контроля поведения. В исследовании участвовали 80 детей 9–11 лет. Использовались следующие методики: Опросник социально-эмоциональных навыков, Шкала явной тревожности для детей, «ССПМД – оценочные шкалы», опросник «Большая пятерка – детский вариант». Выяснилось, что все компоненты контроля поведения имеют связи с добросовестностью; кроме того, когнитивный контроль связан с дружелюбием, открытостью опыту, а эмоциональный контроль – с экстраверсией, дружелюбием, добросовестностью, нейротизмом. Слабые связи контроля поведения с нейротизмом могут объясняться возрастными особенностями выборки, быстрыми и разнонаправленными изменениями в личностном развитии и в развитии регуляции.

*Ключевые слова:* контроль поведения, младшие школьники, тревожность, Большая пятерка, саморегуляция.

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

## Введение

Изучение психики в развитии уже достаточно давно стало не только общепсихологическим принципом, но и методом исследования. Огромную роль в разработке этого принципа сыграли работы Л. И. Анцыферовой. Именно в ее работах развитие личности в разрабатываемом ей динамическом подходе понималось как развитие активного субъекта. Л. И. Анцыферова указывала, что одной из важнейших характеристик личности является способность действовать произвольного и целенаправленно. ощущать себя источником организации собственной жизни. В процессе развития человек активно создает свой мир, не только осваивает и присваивает извне способы организации деятельности, но и сам учится ее организовывать, вырабатывая свои собственные средства регуляции, организации поведения, способы достижения цели. Именно поэтому, как утверждает Анцыферова, «в структуру личностных качеств, кроме мотивационной сферы, социальных потребностей, входит умение человека организовывать, контролировать, анализировать и оценивать собственное поведение в соответствии с побуждающими его мотивами» (Анцыферова, 1969, с. 117).

Таким образом, в идеях Л. И. Анцыферовой прослеживается идея о единстве личностной организации и регуляции поведения. В данном исследовании мы рассматриваем регуляцию поведения как контроль поведения, субъектную функцию регуляции, проходящую длительный путь развития, начиная с самых ранних этапов онтогенеза человека (Сергиенко, Виленская, 2018).

Основываясь на положениях, высказанных Л. И. Анцыферовой, о вхождении регулятивной функции в структуру личностных качеств, можно поставить вопрос, как соотносятся регуляторные способности и личностные свойства. Одно из положений, на которых основывается концепция контроля поведения, говорит об индивидуальной организации контроля поведения, опоре его на индивидуальные ресурсы (там же). Предполагается также, что такая индивидуальная специфичность начинает формироваться на ранних этапах онтогенеза, что уже в детстве можно обнаружить определенные взаимосвязи личностных черт и контроля поведения.

Однако при том, что связи регуляции с индивидуальными (темпераментальными или личностными) особенностями практически общепризнаны, исследований этих связей в детском возрасте относительно немного. Так, у подростков 12–13 лет все личностные черты Большой пятерки коррелируют с локусом контроля при успехе и при неудаче (все связи положительны, кроме отрицательной связи

с нейротизмом) со средней силой связи (0,17–0,35) (Filipiak, Łubianka, 2021). Также и в метаанализе исследований Большой пятерки и эмоциональной регуляции обнаружилось, что использованию адаптивных регуляторных стратегий способствует более высокий уровень экстраверсии, дружелюбия, открытости опыту и сознательности и более низкий уровень нейротизма (Barańczuk, 2019). На студенческой выборке было выявлено, что черты Большой пятерки коррелируют с импульсивностью и самоконтролем, который, в свою очередь, опосредует отношения между личностными чертами (открытостью опыту, сознательностью и нейротизмом) и импульсивностью (Mao et al., 2018). Однако эти исследования касаются либо старших подростков, либо молодых людей. Насколько рано устанавливаются связи между личностными чертами и саморегуляцией, неясно. Поэтому мы поставили исследовательский вопрос о проявлении индивидуальных особенностей в регуляции поведения в предподростковом возрасте.

Нас интересовала связь индивидуальных особенностей детей с их самооценкой контроля поведения. Контроль поведения включает три компонента: когнитивный, эмоциональный и волевой контроль (Сергиенко, Виленская, 2018). Этим был обусловлен выбор методов исследования.

### **Выборка и методы**

В исследовании участвовали 80 учеников 3–4 классов средней школы, в возрасте 9–11 лет.

В работе были использованы следующие методы.

Опросник социально-эмоциональных навыков (Орел, Куликова, 2018), включающий три шкалы: Достижение цели, Работа с другими и Управление эмоциями. Шкалу Достижение цели можно соотнести с волевым контролем, а шкалу Управления эмоциями – с эмоциональным контролем.

Также для диагностики эмоционального контроля была использована Шкала явной тревожности для детей (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale – CMAS), предназначенная для выявления тревожности как относительно устойчивого образования у детей 8–12 лет в адаптации А. М. Прихожан (Прихожан, 2009).

Диагностика индивидуального профиля саморегуляции поведения у детей младшей и средней школы «ССПМД – оценочные шкалы» (Моросанова, Бондаренко, 2015) – это экспресс-методика оценки стиля саморегуляции, позволяющая исследовать особенности саморегуляции произвольной активности учеников младшего и среднего звена. Включает шкалы Планирование, Моделирование, Программирова-



ние, Оценка результатов, Гибкость, Самостоятельность, Ответственность, была использована для диагностики когнитивного контроля.

Индивидуальные особенности оценивались при помощи опросника «Большая пятерка – детский вариант» (Малых и др., 2015). Пятифакторная структура личности является на сегодняшний день одним из немногих психологических конструкторов, существование которых стабильно воспроизводится во многих исследованиях, выполненных в различных культурах на разнообразных выборках. Эти черты имеют существенный генетический компонент, тесно связаны с темпераментом и в этом качестве могут рассматриваться как база для формирования субъектных качеств (контроль поведения).

## Результаты

Были получены следующие результаты. Показатели когнитивного контроля (Планирование, Моделирование, Программирование и Оценка результата) имеют средние значения (Планирование, Моделирование – 5 баллов), либо низкие на грани со средними (Программирование, Оценка результата – 4 балла). Медианный показатель тревожности составляет 22 балла или 7 стенов, что говорит о несколько повышенной тревожности, возможно, связанной с определенным кругом ситуаций, конкретной сферой жизни. Медиана результатов по шкале Управление эмоциями 25 баллов (при максимально возможном балле 35), т. е. дети оценивают свои возможности по управлению эмоциями несколько выше среднего. Примерно такую же медиану имеют результаты по шкале Достижение цели (26 б.), т. е. и волевой контроль, согласно самооценке детей, также немного выше среднего уровня.

Для оценок индивидуальных особенностей были получены следующие значения. Медианы Экстраверсии и Дружелюбия – 28, Добросовестности – 30, Нейротизма – 23, а Открытости опыту 26 баллов (минимум по всем шкалам составляет 13 б., максимум 39 б.). Таким образом, Добросовестность оценивается детьми чуть выше среднего, а Нейротизм – ниже. Остальные шкалы имеют средние значения.

Сначала были рассчитаны корреляции между показателями контроля поведения и личностными характеристиками. Показатели когнитивного контроля были суммированы в показатель Общего уровня саморегуляции (ОУС). Этот показатель значимо коррелировал с Экстраверсией (0,24,  $p=0,05$ ), Дружелюбием (0,353,  $p=0,003$ ), Добросовестностью (0,60,  $p<0,001$ ) и Открытостью опыту (0,43,  $p<0,001$ ). После вычисления частных корреляций было обнаружено, что ОУС имеет значимые связи с Открытостью опыту (0,380 при контроле Экстравер-

сии), Дружелюбием (0,266 при контроле Экстраверсии) и с Добросовестностью (0,456 при контроле Открытости опыту, 0,562 при контроле Экстраверсии и 0,516 при контроле Дружелюбия), т. е. наиболее тесно когнитивный контроль связан с Добросовестностью (все корреляции значимы на уровне  $p < 0,05$ ). Нейротизм не имеет значимых связей с когнитивной регуляцией. Сходные данные были получены на выборке одаренных студентов Маммадовым с соавт. при исследовании взаимосвязей между личностными свойствами и успеваемостью. Сознательность, Дружелюбие и Открытость опыту предсказывали академические достижения у одаренных студентов. Эффективность саморегуляции вместе с некоторыми типами мотивации опосредовала эти отношения, особенно для Сознательности (Mammadov et al., 2018).

Эмоциональная регуляция в исследовании представлена Тревожностью и шкалой Управления эмоциями. Тревожность положительно коррелирует с Нейротизмом 0,47, а Управление эмоциями имеет частные корреляции с Экстраверсией 0,291 и 0,357 (при контроле Добросовестности и Открытости опыту), Дружелюбием 0,309 (при контроле Экстраверсии и Добросовестности), Добросовестностью 0,306 и 0,332 (при контроле Экстраверсии и Открытости опыту (все корреляции значимы на уровне  $p < 0,05$ ). С Нейротизмом корреляции не обнаружено, с Открытостью опыту корреляции также оказались незначимы после вычисления частных корреляций.

С контролем действий можно сопоставить шкалу Достижение цели, т. к. содержательно она близка к нему. Авторы определяют ее как умение работать над достижением краткосрочных и долгосрочных целей, в том числе в изменяющихся условиях. Здесь были обнаружены частные корреляции с Добросовестностью (0,320 при контроле Экстраверсии, 0,316 при контроле Дружелюбия, 0,277 при контроле Открытости опыту) (все корреляции значимы на уровне  $p < 0,05$ ).

## **Обсуждение результатов**

Полученные результаты в основном согласуются с литературными данными. Сознательность как черта личности имеет существенную регуляторную составляющую, и в нашем исследовании все компоненты контроля поведения имеют с ней значимые связи. Дружелюбие в детстве и подростковом возрасте сильно коррелирует с Сознательностью, что объясняет ее вклад в когнитивный и эмоциональный контроль (Soto, Tackett, 2015).

Противоречит имеющимся в литературе данным отсутствие связи между контролем поведения и Нейротизмом. Нейротизм связан только с тревожностью (0,468,  $p < 0,001$ ). Тревожность, в свою очередь, имеет

отрицательную корреляцию со шкалой когнитивного контроля Программирование ( $-0,234$ ,  $p=0,042$ ), а корреляция Нейротизма с Программированием немного не достигает уровня значимости ( $-0,224$ ,  $p=0,065$ ). Т. е. в нашей выборке Нейротизм имеет ограниченную связь с когнитивным контролем, опосредованную тревожностью – проявлением эмоционального контроля. Возможно, отсутствие связей между Нейротизмом и показателями контроля поведения объясняется возрастом выборки. Наши респонденты находятся в предпоздковом возрасте, когда показатели регуляции и личностных свойств начинают динамично изменяться. Динамика эта может различаться в зависимости от пола, например, Сото и Такетт отмечают, что в детстве мальчики и девочки сходны по уровню тревоги и печали, в подростковом возрасте девочки становятся все более склонны к негативным аффектам, а мальчики нет. Однако заметные различия возникают к позднему подростковому возрасту (Soto, Tackett, 2015). В то же время в работе Слободской и Корниенко (Slobodskaya, Kornienko, 2021) получены несколько иные результаты: уровень нейротизма увеличивается уже в детском возрасте и не указывается на существенные половые различия. Такая разноречивость данных свидетельствуют о том, что степень и направленность изменений как в личностном развитии, так и в регуляции в указанном возрасте очень разнообразна и изменчива. Особенно это касается эмоциональной регуляции, что находит отражение в данном случае в отсутствии связей между нейротизмом и контролем поведения.

## **Выводы**

1. На выборке младших школьников 9–11 лет было обнаружено, что контроль поведения взаимосвязан с определенными личностными характеристиками: Добросовестностью (контроль действий), Добросовестностью, Дружелюбием, Открытостью опыту (когнитивный контроль), Экстраверсией, Дружелюбием, Добросовестностью, Нейротизмом (эмоциональный контроль)
2. Слабые связи контроля поведения с Нейротизмом (эмоциональной стабильностью) могут объясняться возрастными особенностями выборки, быстрыми и разнонаправленными изменениями в личностном развитии и в развитии регуляции.

## **Литература**

*Анциферова Л. И.* Принцип связи сознания и деятельности и методология психологии // Методологические и теоретические проблемы психологии / Под ред. Е. В. Шороховой. М.: Наука, 1969. С. 57–117.

- Малых С. Б., Тихомирова Т. Н., Васин Г. М.* Адаптация русскоязычной версии опросника «Большая пятерка – детский вариант» // Теоретическая и экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 4. С. 6–12.
- Моросанова В. И., Бондаренко И. Н.* Психология саморегуляции. М.: Когито-Центр, 2015.
- Орел Е. А., Куликова А. А.* Анализ психометрических характеристик инструмента оценки социально-эмоциональных навыков в начальной школе // Современная зарубежная психология. 2018. Т. 7. № 3. С. 8–17. doi: 10.17759/jmfp.2018070301
- Прихожан А. М.* Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2009.
- Сергиенко Е. А., Виленская Г. А.* Контроль поведения // Разработка понятий в современной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Barańczuk U.* The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis // Personality and Individual Differences. 2019. V. 139. P. 217–227. doi: 10.1016/j.paid.2018.11.025
- Filipiak S.; Łubianka B.* On the rocky road to independence: Big Five personality traits and locus of control in polish primary school students during transition into early adolescence // International Journal of Environmental Research of Public Health. 2021. V. 18. P. 45–64. doi: 10.3390/ijerph18094564
- Mammadov S., Cross T. L., Ward T. J.* The Big Five personality predictors of academic achievement in gifted students: Mediation by self-regulatory efficacy and academic motivation // High Ability Studies. 2018. V. 29. № 2. P. 111–133. doi: 10.1080/13598139.2018.1489222
- Slobodskaya H. R., Kornienko O. S.* Age and gender differences in personality traits from early childhood through adolescence // Journal of Personality. 2021. V. 89 (5). P. 933–950. doi: 10.1111/jopy.12624.
- Soto C. J., Tackett J. L.* Personality Traits in childhood and adolescence: Structure, development, and outcomes // Current Directions in Psychological Science. 2015. V. 24 (5). P. 358–362.

## **Взаимосвязь особенностей личности и профессиональной мотивации юношей и девушек**

*А. Г. Жевак*

Петербургский государственный университет путей сообщения  
Императора Александра I, Санкт-Петербург

Проблема выбора профессии является одной из важных задач в подростковом возрасте: необходимо определиться с профессиональной деятельностью, с которой будет связана дальнейшая жизнь. Была выдвинута гипотеза о том, что личностные черты связаны с профессиональной мотивацией студентов. В данной работе приводятся результаты эмпирического исследования. В качестве респондентов выступили студенты университетов России. Результаты исследования показали, что существуют определенные взаимосвязи черт личности и мотивации. Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты будут полезны психологу при проведении профориентационной работы со школьниками.

*Ключевые слова:* черты личности, мотивация, студенты, профессиональная мотивация.

В рамках психологической науки личностью выступает индивид, выступающий в роли субъекта всех социальных отношений и собственной деятельности сознательного характера. Каждая личность индивидуальна и уникальна благодаря тем личностным чертам, которыми она обладает. Черты личности проявляют индивидуальность человека в его характере, социальном интеллекте, стиле поведения и деятельности, но в данной статье мы сосредоточим свое внимание на том, как те или иные личностные черты взаимосвязаны с особенностями профессиональной мотивации, которая выступает в качестве осознанного побуждения человека к той или иной деятельности и является одним из самых необходимых факторов его волевого поведения. Мотивационные характеристики профессиональной деятельности отражают направленность, доминирование внутренних или внешних мотивов, карьерные и ценностные ориентации, а также те личностные особенности человека, которые их обусловили.

*Целью* данного исследования является изучение взаимосвязи черт личности и профессиональной мотивации на примере студентов вуза. Актуальность исследования заключается в том, что личностные черты каждого человека так или иначе взаимосвязаны со всеми сферами его жизнедеятельности: общением, взаимоотношениями и вза-

имодействием с людьми, в том числе и со сферой профессиональной деятельности. Тема исследования особенно актуальна для студенческого возраста, когда происходит профессиональное становление личности студентов и формирование у них профессионально важных качеств, необходимых для определенного вида профессиональной деятельности. В качестве гипотезы исследования выдвинуто следующее предположение: существует связь между чертами личности и профессиональной мотивацией. Так, определенные черты личности связаны с тем, какой мотивацией человек будет руководствоваться при выборе профессии.

В психологии существуют теории черт личности, наиболее известные из них – это теории Г. Оллпорта. Р. Кеттелла. Г. Айзенка. На основании данных теорий были созданы личностные опросники для определения типов личности и выраженных личностных черт у человека. Черты личности так или иначе взаимосвязаны со всеми сферами жизнедеятельности человека, и профессиональная мотивация – не исключение.

Профессиональная мотивация выступает системой мотивационного внешнего и внутреннего побуждения к определенной профессиональной деятельности для того, чтобы достичь конечных целей организации и удовлетворить свои личностные потребности посредством труда. По мнению Л. В. Черемошкиной, профессиональная мотивация, будучи «побуждением к определенному виду профессиональной деятельности, выступает критерием успешного становления специалиста в той или иной сфере труда» (Черемошкина, 2017, с. 510). В основе любой мотивации, касающейся социальной жизни человека, лежат такие ее компоненты, как потребности, интересы, стремления, влечения, убеждения, установки, идеалы, намерения, социальные роли, поведенческие стереотипы, социальные нормы и правила, цели, ценности, мировоззренческие ориентации. «И физиологические, и духовные потребности, имея природные предпосылки, должны быть сформированы общественным способом существования индивида, конкретно-исторический характер которого определяет и меру их побудительности, и строение устремленной в будущее потенциальной мотивации» (Анцыферова, 2009, с. 30). Однако особая роль в формировании профессиональной мотивации отводится потребностям. Сущность профессиональной мотивации включает два аспекта: объективный, который отражает связь личности и среды, внешних факторов, и субъективный, который связан с особенностями восприятия личности профессиональной деятельности и реагирования на нее. По мнению К. А. Зотова, эти два аспекта вы-

ражаются «в мотивировании, побуждении личности к конкретной профессиональной деятельности посредством внешних и внутренних факторов, в мотивированности как психологическом состоянии, отражающем готовность к определенному профессиональному поведению» (Зотов, 2018, с. 57).

Анализ научных работ показывает, что исследований, направленных на выявление связи между чертами личности и профессиональной мотивацией, крайне мало. Между тем, как отмечает А. А. Немцов, «еще в подростковом и юношеском возрасте черты личности могут во многом предопределять мотивы выбора профессии человека и становления его как будущего специалиста того или иного вида профессиональной деятельности» (Немцов, 2016, с. 7).

В данном исследовании были применены следующие эмпирические методы исследования: сбор данных, психодиагностика, методы количественной и качественной обработки данных. В эмпирическом исследовании использовались следующие методики: «Пятифакторный опросник личности 5PFQ» в адаптации А. Б. Хромова, методика определения основных мотивов выбора профессии, а также методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи».

На предваряющем эмпирическое исследование этапе осуществлено формирование выборки, произведен сбор данных по ней, подбор изучаемых критериев, методов и методик исследования, подготовлены опросники, бланки, стимульный материал, протоколы для регистрации результатов. На основном этапе проведено исследование, направленное на выявление выраженных черт личности и ведущих мотивов выбора профессии у респондентов, форма проведения – опрос студентов при помощи Google Forms. Полученные результаты зарегистрированы в протоколы для обработки и анализа данных. На заключительном этапе осуществлен количественный и качественный анализ полученных данных, выявлено наличие связи между исследуемыми характеристиками и сделаны основные выводы по результатам всего исследования.

Для выявления взаимосвязи особенностей личностных черт и профессиональной мотивации был проведен корреляционный анализ. Проанализированы связи, обнаруженные в выборках студентов с высокой мотивацией на успех и студентов, у которых мотивационный полюс не выражен. С помощью *t*-критерия Стьюдента были найдены различия между показателями всех шкал у этих двух групп студентов. В методике «Пятифакторный опросник личности 5PFQ» в адаптации А. Б. Хромова были получены значимые различия по IV фактору  $p < 0,05$ . Значение по IV фактору выше у студентов, у которых мотива-

ционный полюс ярко не выражен. Полученные результаты показывают, что у студентов, у которых мотивационный полюс ярко не выражен, больше прослеживается такой фактор, как «Сдержанность». Эти студенты более тревожны, подвержены депрессивным состояниям, напряжены. В методике определения основных видов мотивов выбора профессии (Е. М. Павлютенков) были получены значимые различия по шкале «Эстетические»  $p < 0,01$ . У студентов с высокой мотивацией на успех больше показатель по данной шкале, что говорит о том, что они стремятся к эстетике труда, его красоте, гармонии, восприятию прекрасного, получению ощущения радости от деятельности. В методике «Мотивация успеха и боязнь неудач» (МУН) (опросник А. А. Реана) обнаружены значимые различия  $p < 0,01$ .

Для выявления взаимосвязи особенностей личностных черт и профессиональной мотивации был проведен корреляционный анализ. Проанализированы связи, обнаруженные в выборках студентов с высокой мотивацией на успех и студентов, у которых мотивационный полюс не выражен. Корреляционный анализ показал следующие взаимосвязи шкал исследования у студентов с высокой мотивацией на успех: максимальные показатели по методике МУН прямо связаны с II фактором ( $r = 0,44$ ,  $p < 0,01$ ), с III фактором ( $r = 0,36$ ,  $p < 0,05$ ), с группой престижных факторов ( $r = 0,57$ ,  $p < 0,01$ ). Эти взаимосвязи говорят о том, что студенты с высокой мотивацией на успех в профессиональной деятельности настойчивы, готовы к сотрудничеству, уважению других, а также нацелены на престижность данной профессиональной деятельности. Также максимальные показатели по методике МУН обратно связаны с IV фактором ( $r = -0,54$ ,  $p < 0,01$ ), с группой творческих мотивов ( $r = -0,39$ ,  $p < 0,05$ ). Студенты с высокой мотивацией на успех меньше испытывают тревожность, напряженность и депрессивность, а также мало уделяют внимания творческой составляющей своей профессиональной деятельности.

Корреляционный анализ показал следующие взаимосвязи шкал исследования у студентов с невыраженным мотивационным полюсом: максимальное количество баллов по методике МУН прямо связано со следующими показателями: с I фактором ( $r = 0,51$ ,  $p < 0,01$ ), с социальными мотивами ( $r = 0,57$ ,  $p < 0,01$ ), с моральными мотивами ( $r = 0,42$ ,  $p < 0,01$ ), с эстетическими мотивами ( $r = 0,75$ ,  $p < 0,01$ ), с творческими мотивами ( $r = 0,31$ ,  $p < 0,05$ ), с утилитарными мотивами ( $r = 0,56$ ,  $p < 0,01$ ).

Для студентов с неярко выраженным мотивационным полюсом при выборе будущей профессии очень значимы социальные, моральные, эстетические, творческие, утилитарные мотивы. Для данных студентов важно своим трудом способствовать общественному про-



грессу, получать от работы эстетическое удовольствие, совершенствование своего материального облика.

Максимальное количество баллов по методике МУН обратно связано с IV фактором ( $r = -0,31$ ,  $p < 0,05$ ). У студентов с неярко выраженным мотивационным полюсом высокая мотивация связана с тревожностью, напряженностью, депрессивностью и самокритикой.

На основе результатов эмпирического исследования были выявлены значимые различия в показателях личностных черт. У студентов с неярко выделенным мотивационным полюсом выше показатели по фактору «Эмоциональность». Это говорит о том, что данная группа студентов более расслабленная, беззаботная, самодостаточная. Эти респонденты эмоционально стабильны. Также были выявлены различия в группе мотивов, по которым студенты с разной степенью мотивации к успеху выбирают будущую профессию. Для студентов с высокой мотивацией на успех важной становится группа эстетических мотивов.

Корреляционный анализ шкал исследования выявил взаимосвязи личностных черт и профессиональной мотивации юношей и девушек. У студентов с высокой степенью мотивации на успех мы получили 20 значимых взаимосвязей, из них 7 обратных и 13 прямых. Например, студенты с выраженными чертами экстраверсии, у которых высокая мотивация на успех, имеют тенденцию при выборе профессии руководствоваться престижными мотивами, а также не боятся неудач. У более эмоциональных студентов при выборе будущей профессии доминируют социальные, творческие и престижные мотивы. У студентов, у которых мотивационный полюс ярко не выражен, мы получили 52 значимые взаимосвязи, из них 16 обратные, а 36 прямые. Например, студенты с неярко выраженным мотивационным полюсом, у которых доминируют такие личностные черты, как экстраверсия, при выборе профессии руководствуются социальными, творческими мотивами, а также мотивами, связанными с содержанием труда.

Гипотеза исследования подтвердилась. Существует взаимосвязь между чертами личности и профессиональной мотивацией. Так, определенные черты личности взаимосвязаны с тем, какой мотивацией студенты будут руководствоваться при выборе профессии. При этом можно отметить, что у студентов с высокой мотивацией на успех и неярко выраженным мотивационным полюсом связь личностных черт и мотивации выбора профессии отличается, что также было показано в ходе исследования.

Результаты исследования показали, что некоторые черты личности взаимосвязаны с тем, какой мотивацией студенты будут ру-

ководствоваться при выборе профессии. Например, студенты с высокой мотивацией на успех при выборе профессии руководствуются престижными мотивами, а студенты, у которых мотивационный полюс неярко выражен, с той же самой выраженной чертой личности – социальными, творческими мотивами, а также мотивами, связанными с содержанием труда.

Таким образом, гипотеза нашла свое подтверждение: существует взаимосвязь между чертами личности и профессиональной мотивацией. Результаты исследования могут быть весьма полезными для психологов в работе со старшеклассниками по профориентации, с учетом как личностных особенностей человека, так и востребованности будущей профессии.

### **Литература**

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Зотов К. А.* Сущность понятия «профессиональная мотивация» // Психология менеджмента. 2018. № 2. С. 56–61.
- Немцов А. А.* Связь личностных характеристик студентов с их мотивацией получения высшего образования и особенностями восприятия ими осваиваемой профессии // Бюллетень науки и практики. 2016. № 5. С. 6–27. doi: 10.5281/zenodo.55039
- Черемошкина Л. В.* Мотивация профессиональной деятельности: факторы и условия деформации // Гуманитарное пространство. 2017. № 4. С. 508–518.

## **Парадигма адаптации младших школьников к новой социальной ситуации развития**

*Л. Ц. Кагермазова*

Чеченский государственный педагогический университет, Грозный

В статье описывается парадигма процесса адаптации младших школьников, выделены корреляты школьной адаптации: когнитивные, личностные и социальные аспекты. Доказано, что в процессе адаптации происходят внутренние изменения, которые являются фактором приспособления индивида к новым условиям существования, следовательно, успешность адаптации зависит и от исходных индивидуально-психологических особенностей индивида. Показано, что центральным компонентом среди со-

циальных факторов являются взаимоотношения ребенка со значимыми взрослыми и одноклассниками. Основным направлением адаптационных мероприятий в этом ключе должно стать выстраивание доверительных отношений ребенка с учителями и сверстниками и обеспечение эффективного усвоения ими новой социальной роли.

*Ключевые слова:* младшие школьники, школьная адаптация, детско-родительские отношения, возрастные особенности адаптации, самооценка младших школьников.

## **Введение**

Адаптация к школе является важным и сложным процессом для младшего школьника. Важна она тем, что ее результат обуславливает развитие личности ребенка, его успеваемость и появление новых социальных отношений. Кроме того, мы полагаем, что адаптация имеет взаимосвязь не только с когнитивным развитием ребенка, но и обладает социальными и личностными коррелятами. В школе ребенок проводит очень много времени, не только обучаясь и готовясь к дальнейшему профессиональному обучению, но и устанавливая значимые социальные связи, проходя через социально-психологические процессы, влияющие на формирование его личности.

Часто в контексте готовности ребенка к школе родители могут ориентироваться только на уровень его знаний и развития навыков. Однако для эффективной адаптации важен комплексный подход, учитывающий не только интеллектуальную готовность ребенка к учебе, сформированность основных компонентов учебной деятельности, но и эмоционально-волевую сферу ребенка, уровень его зрелости, личностную готовность к обучению в школе (Азарова, Афанасьева, 2011). Наличие и уровень выраженности данных факторов обусловлены субъектной позицией ребенка. Субъектная позиция отвечает за целеполагание, самоконтроль, умение нести ответственность за свои поступки и другие факторы, влияющие на адаптацию. В формировании субъектной позиции младших школьников большую роль также играет самооценка (Ананьев, 2010).

Дети, поступающие в младшую школу, адаптируются к ней постепенно, пытаясь найти свое место в классе в этом процессе. Данный процесс на начальных этапах состоит из адаптации к новым правилам, окружению, собственному статусу. Ребенок привыкает к новым обязанностям, к взятию на себя ответственности за выполнение заданий и их качество, знакомится с моделью отношения «ребенок–учитель» (Fabian, 2000).

В школе происходит социальная адаптация ребенка. В младшем школьном возрасте она протекает через познание отношений между людьми и непосредственно под воздействием окружающих людей (Быков, 2013). Сложность данного процесса заключается в освоении ребенком новой социальной роли со своими специфическими правилами и обязанностями, которые он должен запомнить и в соответствии с которыми должен действовать. Именно поэтому важно изучить социальные корреляты адаптации младшего школьника.

Поступление ребенка в школу погружает его в ряд новых для него ситуаций. Теперь с этими ситуациями связаны социальные ожидания: учителя и родители ждут, что ребенок будет соответствовать роли ученика: стремиться к знаниям, прилежно учиться, сидеть на уроках спокойно и проявлять интерес к происходящему. Кроме того, с поступлением в школу ребенок резко попадает в окружение незнакомых людей. Все это является для него стрессогенными факторами. Столкновение с ними ведет к переживанию ребенком тревожных состояний. Многие исследователи рассматривают проявление тревожности как один из факторов, влияющих на школьную адаптацию учащихся (Damon et al., 2006).

### **Личностные корреляты школьной адаптации**

Мы уже упомянули, что адаптация является процессом усвоения правил и обязанностей, связанных с новой социальной ролью ребенка и школьной средой. Согласно М. В. Максимовой, этот процесс также включает в себя формирование новых личностных смыслов, потребностей, целей и мотивов, связанных с учебной деятельностью (Гнеушева, Щербакова, 1994). В процессе адаптации происходит реализация потребности личности в персонализации в ситуации обучения. Деятельность в школьной среде развивает личность школьника, проявляет его персональные качества по-новому, и задача адаптации состоит в том, чтобы дать ребенку понять, каким образом он может использовать для этой деятельности уже имеющиеся у него навыки и качества, а какие ему предстоит освоить для дальнейшего осуществления деятельности в рамках школьной среды.

Психологическая адаптация неразрывно связана с кризисами конкретного возраста, которые сопровождаются психологической неустойчивостью, подверженностью негативному воздействию окружающей среды. Успешность психологической адаптации обучающегося, особенно в периоды кризисов, определяется соотношением между социальными условиями и психологическими особенностями, сформировавшимися у ребенка в результате предшествующего опыта (Божович, 2010).

Детям с низким уровнем адаптации тяжело сидеть на уроках спокойно, им скучно, они не проявляют интереса к происходящему и не стремятся к высокой успеваемости. Со школой у них чаще всего связано ощущение тревоги и напряжения, они боятся неудач, но в то же время успехов у них немного.

В процессе обучения в младших классах ребенок учится принимать себя и свои неудачи. Так у него развивается критическое мышление, растет требовательность к себе и другим (Божович, 2010). Согласно проведенному анализу исследований, основная масса первоклассников обладает положительным отношением к результатам своей деятельности, но неспособностью принять ответственность за свои ошибки. Далее ребенок начинает усваивать модели и способы оценки себя и других, и во втором классе самооценка снижается за счет осознания своей способности совершать ошибки.

Таким образом, адаптация младших школьников протекает в сензитивный период для становления самооценки. Компонентами самооценки при этом является оценка самого себя, своего положения по отношению к учителям и одноклассникам, результатов своей деятельности и отношения к Другим (Азарова, Афанасьева, 2011). Исходя из анализа литературных источников на данную тему, можно утверждать, что самооценка детей претерпевает неизбежные изменения в процессе обучения в младшей школе. На ее уровень оказывают влияние оценка результатов деятельности ребенка значимыми взрослыми. Однако взаимосвязь самооценки со школьной адаптацией явно двусторонняя, поскольку на ход последней оказывает влияние как исходный уровень самооценки, так и ее трансформация в условиях конкретного окружения. В связи с этим важно обратить внимание на социальные корреляты школьной адаптации.

### **Социальные корреляты школьной адаптации**

Д. Б. Эльконин констатировал зависимость протекания социальной адаптации от процесса социального развития, переживаемого ребенком. Сама социальная адаптация трактуется им как «воспроизводящийся результат социализации—индивидуализации, который характеризуется не только уровнем освоения растущим человеком всеобщего социального (включающего нормы конкретно-исторического общества и через них — нормы человеческих связей, отношений, весь мир культуры, духовного производства), но и степенью социальной „самости“ индивида» (Эльконин, 2007).

Как констатировали О. А. Лебеденко и Х. Н. Емилова в своем исследовании, социометрический статус ребенка в классе является кри-

терием адаптированности ребенка (Яковлева, 2015). Следовательно, для качественной адаптации детей в школе необходимо правильно диагностировать и при необходимости корректировать социально-коммуникационные навыки младших школьников и их степень социализации.

Многие социальные переменные, такие как отношения ребенка с учителями и одноклассниками, общая готовность к школе и отношения с родителями, влияют на школьную адаптацию учащихся. Так, И. Е. Басаран (Basaran, 1994) установил, что на школьную адаптацию детей положительно влияют их позитивные отношения со сверстниками.

Согласно зарубежным исследованиям, одним из наиболее важных факторов, определяющих адаптацию ребенка к школе, являются отношения между учителем и учеником (Basaran, 1994). Установлено, что школьная адаптация зависит также от отношений между родителями и детьми. Зарубежная школа психологии отмечает, что дети, выросшие в хороших семейных отношениях, более адаптируемы (ibid.), тогда как Е. Н. Ильина и Т. В. Чучварёва указывают на то, что низкий уровень школьной адаптации более характерен для детей из неблагополучных семей (Яковлева, 2015). При этом дети, которые раньше не разлучались со своими семьями, скорее всего, будут взволнованы, напуганы, находясь в классной комнате, заполненной людьми, которых они не знают.

Таким образом, говоря о социальных коррелятах школьной адаптации, мы в первую очередь имеем в виду взаимоотношения ребенка со значимыми взрослыми и одноклассниками. При планировании адаптационной программы необходимо включить в нее мероприятия по выстраиванию доверительных отношений ребенка с учителями и сверстниками, чтобы купировать стресс, связанный со сменой окружения и появлением новых значимых взрослых, оценивающих результаты его деятельности.

### **Обсуждение результатов**

Таким образом, можно сделать вывод, что адаптация младших школьников связана не только с интеллектуальной, но и с их коммуникативной и личностной сферой. Анализ литературы по теме свидетельствует о наличии прямой связи самооценки младших школьников и их адаптации к школе. Дети с заниженной самооценкой не смогут завести друзей в классе в связи с проблемами в общении, не будут проявлять интереса к обучению из-за тревожного ожидания неудачи. Как следствие, у таких детей будет отсутствовать мотивация к выпол-

нению задач, присущих социальной роли школьника. Дети с завышенной самооценкой, столкнувшись с расхождением в самооценке и оценками, которые дают ему окружающие в школе, могут испытывать негативное отношение к учителям, одноклассникам и школе в целом. Эти дети будут иметь трудности в принятии неудач, которые неизбежно будут происходить в связи с высоким уровнем притязаний таких детей, что также повлечет за собой негативное отношение к школе и низкую школьную мотивацию.

Помимо самооценки, среди личностных коррелятов адаптации младших школьников к учебному процессу находится уровень тревоги, связанной со сменой окружения ребенка и новыми ролевыми ожиданиями от него, и самоконтроль. Социальные корреляты школьной адаптации представлены уровнем коммуникативной компетентности младших школьников, их взаимоотношениями с родителями, учителями.

### **Заключение**

Рассмотренные нами исследования согласуются с нашими выводами о том, что коррелятами школьной адаптации являются не только когнитивные, но и личностные и социальные аспекты, такие как тревожность, самооценка, эмоционально-волевые компоненты личности, коммуникативные компетенции, особенности социальных связей со значимыми взрослыми.

Полученные нами выводы дополняют картину коррелятов школьной адаптации детей младшего школьного возраста. Они могут быть использованы для выстраивания адаптационных программ, применяемых в начальной школе, для повышения их эффективности и охвата всех сфер, оказывающих влияние на ход адаптации.

### **Литература**

- Азарова Т. К., Афанасьева Е. М.* Работа психолога в начальной школе. М.: Школьный психолог, 2011.
- Ананьев Б. Г.* Проблемы обучения и воспитания в начальной школе. М.: Академия, 2010.
- Божович Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 2010.
- Быков Е. А.* Социальная адаптация младших школьников к учебной деятельности // Социальная политика и социология. 2013. Т. 3. № 2 (95). С. 165–173.
- Гнеушева О. В., Щербакова Т. Н.* Влияние сказкотерапии на адаптацию младших школьников // Инновационная наука: психология, педа-

гогика, дефектология. 2022. № 5 (4). С. 33–51. doi: 10.23947/2658-7165-2022-5-4-33-51

*Эльконин Д. Б.* Особенности психического развития детей 6–7-летнего возраста. М.: Педагогика, 2007.

*Яковлева М. В.* Психологическая коррекция самооценки младших школьников // Концепт: Научно-методический электронный журнал 2015. № 10. С. 151–155.

*Basaran I. E.* Education Psychology. Kadioglu Matbaasi, 1994.

*Damon W., Lerner M. R.* Handbook of Child Psychology: Social, emotional and personality development. Hoboken: Wiley, 2006.

*Fabian H.* Small steps to starting school // International Journal of Early Years Education. 2000. V. 8 (2). P. 141–153.

## **Образ врача и пациента в сознании студентов-медиков и врачей**

*М. В. Карагачева, Е. И. Никитина*

Петербургский государственный университет путей сообщения,  
Санкт-Петербург

В статье представлены результаты исследования структуры и содержания образа врача и образа пациента в сознании студентов медицинского вуза и опытных врачей. Выборка представлена 30 врачами городской поликлиники г. Санкт-Петербурга и 40 студентами медицинского университета г. Санкт-Петербурга. Исследование проведено при помощи методики «СОЧ (И)» – структура образа человека (иерархическая) В. Л. Ситникова. Представлены обобщенные образы врача и пациента в сознании студентов-медиков и врачей на основе изучения частотного словаря. На основе сопоставления невербальной части методики «СОЧ (И)» выявлено сопоставление и противопоставление изучаемых образов.

*Ключевые слова:* образ врача, образ пациента, структура образа, содержание образа.

Каждый день в мире происходит бесчисленное количество ситуаций, в которых необходима медицинская помощь. Человек, выбирающий себе профессию врача, должен обладать не только определенными профессионально важными качествами, но также иметь в своем сознании образ врача, который будет служить ориентиром в освоении профессии. Кроме того, профессия врача всегда предполагает пря-



мое или косвенное взаимодействие с пациентом. Коммуникативная компетентность является необходимым навыком для медицинских работников, позволяющим достичь эффективного взаимодействия с пациентами (Сайно, Морун, 2019). Образ пациента, сформированный в сознании врача, может во многом определять качество взаимодействия с пациентом, а также его лечения и мотивации профессиональной деятельности.

Понятие «образ» является одним из основных в психологии, так как, отражая объективную реальность, он показывает содержание психики человека. Основоположником изучения Я-образа принято считать У. Джемса. «Образ Я» представляет собой набор характеристик, с помощью которых каждый человек описывает себя как индивидуальность, как существо, обладающее психологическими свойствами: характером, личностными особенностями, способностями, привычками, странностями и склонностями. Однако изменения локальных, специализированных Я-образов, как и частных самооенок, не изменяют Я-концепцию, составляющую ядро личности (Базеева и др., 2004).

Также стоит отметить, что существует значительное количество исследований, посвященных изучению восприятия и понимания человека человеком. Социальная перцепция — это восприятие, понимание и оценка людьми социальных объектов: других людей, самих себя, групп, социальных общностей и др. Термин «социальная перцепция» был введен Дж. Брунером в 1947 г. в ходе разработки нового взгляда на восприятие (Головин, 1998).

Врач, основываясь на психологических закономерностях формирования и развития психических процессов у пациентов, приобретает возможность существенно повысить качество и результативность их своевременной диагностики и лечения на основе учета важнейших психологических закономерностей эмоциональных реакций психики, особенностей восприятия, логики мышления в различных ситуациях. Задача медицинского работника состоит в том, чтобы понимать психологическую сущность состояния пациента, снять травмирующее воздействие, порождающее душевное «возмущение», ибо его присутствие будет препятствовать лечению любого недуга. Необходимо переориентировать больного на мысли о выздоровлении, пробуждая в нем веру в защитные силы своего организма, независимо от этиологии заболевания.

По мнению Б.Д. Карвасарского, «успешная врачебная деятельность определяется такими психологическими особенностями, как высокий уровень коммуникативной компетентности, реализуемой в отноше-

нии пациентов, их родственников, а также медицинского персонала, его уверенность в собственных силах и устойчивость в ситуации непопулярности и отвержения, в сочетании с гибкостью и пластичностью поведения в изменяющихся, нестандартных ситуациях, высокая устойчивость к стрессу, информационным и эмоциональным перегрузкам, наличие развитых механизмов адаптации и компенсации с высокой значимостью экзистенциально-гуманистических ценностей, формирующих дальнюю жизненную перспективу» (Карварский, 2007, с. 419).

На важность общения с пациентами в профессиональной деятельности врача указывали многие исследователи. В. М. Бехтерев особо подчеркивал роль слова в лечении, отмечая, что «если больному после беседы с врачом не становится легче – это не врач» (Зверева, 2016, с. 132). По мнению О. М. Лесняка, оптимальной моделью взаимоотношений врача и пациента является именно совещательная, поскольку из пассивного слушателя, выполняющего распоряжения врача, пациент превращается в активного участника лечебного процесса, заинтересованного в скорейшем выздоровлении (Сайно, Морунов, 2019).

Целью исследования стало выявление и анализ структуры и содержания образа врача и пациента в сознании студентов-медиков и врачей. Для выявления образов была использована методика «СОЧ (И) – структура образа человека (иерархическая)», разработанная В. Л. Ситниковым. Данная методика позволяет выявить структуру образа, определить наиболее часто используемые слова для описания образов и сопоставить с ними невербальные характеристики образов (Ситников и др., 2016).

При помощи контент-анализа была выявлена обобщенная структура образа врача в сознании студентов-медиков и врачей. Первые ранговые места занимают социальные, интеллектуальные и эмоциональные характеристики. Частотный анализ показал, что среди этих категорий для описания образа врача студенты-медики чаще всего использовали такие характеристики, как открытый, умный и умеющий сопереживать человек. У студентов в образе врача преобладают положительные характеристики.

Врачи чаще всего применяли слова «открытый», «образованный», «эмпатичный». Также они часто описывают врача как внимательного, доброго, опытного профессионала. Однако в образе врача у респондентов-медиков преобладают отрицательные характеристики (более 60%).

Пациент в сознании будущих врачей выглядит открытым, умным, человеком с волевыми качествами, о чем свидетельствуют социальные, интеллектуальные и волевые характеристики. Его описывают боль-

ным, но понимающим человеком. В образе пациента больше половины занимают нейтральные определения, количество положительных и отрицательных определений одинаково.

Врачи видят пациента как эмоционального человека. В образе пациента преобладают негативные характеристики, положительных около 20%. Пациент в сознании врачей больной, нервный, страдающий человек.

Анализ невербальной части методики «СОЧ (И)» позволил провести сопоставление Я-образа с изучаемыми образами врача и пациента. Было обнаружено, что студенты больше сравнивают себя с врачом, нежели с пациентом. Сопоставление образов врача и пациента практически не выявило сходства, напротив, был найден высокий процент противопоставления врача и пациента. Как уже сказано выше, немногие сопоставляют себя с пациентом, больше противопоставляют, и это говорит о том, что многие студенты считают себя не похожими на пациента. Среди врачей 66% противопоставляет себя пациентам.

Анализ содержания образов исследования позволил выявить наиболее часто встречающиеся высказывания. Так, студенты чаще всего при описании врача используют следующие слова: ответственность (45%, 18 высказываний), ум (35%, 14 высказываний), добрый (25%, 10 высказываний), помощь (25%, 10 высказываний), понимание (23%, 9 высказываний), трудолюбивый (23%, 9 высказываний), человек (23%, 9 высказываний), целеустремленность (20%, 8 высказываний), стрессоустойчивость (18%, 7 высказываний), любовь (15%, 6 высказываний). Врачи чаще используют такие слова: внимательность (50%, 15 высказываний), доброта (37%, 11 высказываний), опытный (37%, 11 высказываний), профессионализм (30%, 9 высказываний), умный (30%, 9 высказываний), ответственность (27%, 8 высказываний), терпеливость (20%, 6 высказываний). Пациента студенты описывают чаще всего такими словами: человек (33%, 13 высказываний), понимание (28%, 11 высказываний), больной (25%, 10 высказываний), благодарность (23%, 9 высказываний), болезнь (23%, 9 высказываний), ответственность (23%, 9 высказываний), нуждающийся в помощи (20%, 8 высказываний). Врачи в описании пациента используют чаще: больной (40%, 12 высказываний), благодарный (20%, 6 высказываний), человек (20%, 6 высказываний), боль (17%, 5 высказываний), нервный (17%, 5 высказываний), страдание (17%, 5 высказываний), болезнь (13%, 4 высказывания).

Таким образом, было выявлено, что студенты и дипломированные специалисты имеют схожие структуры и содержание образа врача, различия выявлены при сравнении образа пациента. Вероятнее все-

го, это связано с тем, что студенты, не работающие еще с реальными больными, не имеют достаточно полного и объективного представления о пациентах. Возможно, большее количество практики, а также психологическая подготовка в процессе обучения в вузе будут способствовать формированию образа, в большей степени приближенного к образу пациента в сознании врачей, что поможет повышению качества профессиональной подготовки и ускорению процесса адаптации молодых специалистов на рабочем месте.

### Литература

- Базеева О. П., Балева М. В., Дудорова Е. В., Катков В. Л., Усова О. В., Шабалин О. М., Шебетенко С. А.* Интегральная индивидуальность, Я-концепция, личность / Под ред. Л. Я. Дорфмана. М.: Смысл, 2004.
- Головин С. Ю.* Словарь практического психолога. Минск: Харвест, 1998.
- Зверева Н. С.* Психологические особенности отношений «врач—пациент» в современном российском обществе // *Акмеология*. 2016. № 4 (60). С. 131–136.
- Карвасарский Б. Д.* Клиническая психология. СПб.: Питер, 2011.
- Сайно О. В., Морунов О. Е.* Психология общения врача и пациента // *Лечебное дело*. 2019. № 3. С. 54–59.
- Ситников В. Л., Регуш Л. А., Кедич С. И., Комарова А. В., Парнюк Н. В., Казначеева Н. Б., Карагачева М. В.* Социально-психологическая перцепция в системе образования. СПб.: ЭЛВИ-Принт, 2016.

### Возможности художественной литературы в раскрытии закономерностей жизненного пути личности\*

*Е. Ю. Коржова*

Российский государственный педагогический университет  
им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

В статье определены этапы познания психологических закономерностей жизненного пути личности в художественной литературе: анализ личности и творчества писателя в их взаимосвязи; психологическая реконструкция концепции личности писателя; реконструкция типологии личности литературных персонажей; анализ жизненного пути литературного персонажа. Данные этапы раскрыты на примере авторской три-

\* Исследование выполнено за счет внутреннего гранта РГПУ им. А. И. Герцена (проект № 19 ВГ).

логии, посвященной русским писателям XIX в. — самого психологичного периода литературы, в наибольшей мере и наиболее одухотворенно раскрывшего закономерности личностного бытия: от поисков прекрасного в человеке А. П. Чеховым через трудную лестницу духовного восхождения Н. В. Гоголя к выявлению истинной, духовной красоты в человеке Ф. М. Достоевским.

*Ключевые слова:* психология художественной литературы, жизненный путь личности, литературные персонажи, взаимосвязь личности и творчества, реконструкция концепции личности, типология личности.

Жизнь — не просто совокупность отдельных внешне наблюдаемых биографических фактов. Человеку во все времена и во всех точках земного шара важно было понять, кто он и каково его место в мире, какова его роль в том, что с ним происходит. В жизненном пути в полной мере проявляются индивидуальность и психологические различия между людьми, неповторимо соединяются все разнонаправленные линии жизни, от нижних до высших «этажей» — уровней бытия. Все люди различаются по тому, что для них важно и значимо в жизни, по-разному ведут себя в жизненных ситуациях. Вместе с тем и понимание течения жизни также весьма различно в разные периоды человеческой истории, в разных культурах и типах общества с соответствующим менталитетом.

Все вышесказанное свидетельствует о том, что познание жизненного пути личности не ограничивается научным. Это возможно также в художественной литературе и искусстве в форме художественно-образной реконструкции. Проблема состоит в том, как выявленные таким образом закономерности выразить в форме научных понятий. Талантливо и гениально изображенные судьбы литературных персонажей показывают нам жизненные пути разной сложности и продуктивности, в разной мере приближающие к человеческому предназначению.

Жизненный путь — та часть жизнедеятельности, при анализе которой внимание уделяется ее социальным и духовным аспектам, ценностно-нравственным, смысложизненным проблемам. Художественная литература является важным источником психологического знания, в том числе сведений о личности и ее жизненном пути. Внимательный читатель может многое извлечь для самопознания и понимания других людей, а также общих закономерностей течения жизни.

В понятии жизненного пути заложена и история формирования и развития личности. Развитие личности предполагает ее становление через преодоление внутренних противоречий между возникающими

на протяжении жизни стремлениями и возможностями личности, целями и средствами их достижения. Развитие можно понимать как способ бытия личности. В соответствии с процессуально-динамическим подходом к личности, предложенным Л. И. Анцыферовой, согласно принципу развития на протяжении жизни человека происходит постоянное движение и преобразование личности (Анцыферова, 2006).

Развитие личности происходит последовательно и закономерно, в соответствии с задачами каждого возрастного периода, от раннего детства до старости. С течением жизни индивидуальные вариации личностного развития усиливаются и наиболее ярко становятся заметными под конец жизни, когда приходит время подведения итогов. Помимо объективной социальной детерминации существует внутренняя логика формирования личности. Каждый кризисный период в развитии личности означает переход на качественно новую его стадию. Каждая стадия означает появление новых возможностей личности. Развитие высших «слоев» личности, связанных с активностью, творчеством, ответственностью, осмысленностью жизни, характеризует ее саморазвитие.

Актуальные и потенциальные особенности человека как личности находятся в постоянном взаимодействии и соотношении. Это свидетельствует о наличии особого качества личности — ее ресурсности (Харламенкова, Журавлев, 2017). В каждом человеке есть стремление к поступательному росту и развитию, которое предопределяет качество жизни. Такое внимание к позитивному началу человека, с признанием вместе с тем его сложности и неоднозначности, перекликается с видением в каждом человеке «искры Божией», что с большой силой и художественным мастерством было показано великим человековедом Ф. М. Достоевским (Коржова, 2021).

Жизненный путь каждого человека многослоен и неоднозначен. Переплетение различных аспектов жизненного пути образует индивидуально-психологическое своеобразие личности. Это позволяет избежать усредненных, статистически унифицированных «психологических портретов». Но возникает проблема перехода от частного к общему: каким образом вместить в научную форму все богатство и разнообразие человеческой жизни? Обращение к художественной литературе во многом позволяет решить эту проблему, остающуюся дискуссионной. Знак вопроса стоит в названии книги В. П. Зинченко «Возможна ли поэтическая антропология?» (Зинченко, 1994).

Можно выделить следующие четыре основных этапа познания психологических закономерностей жизненного пути личности в художественной литературе: анализ личности и творчества писателя

в их взаимосвязи; психологическая реконструкция концепции личности писателя; реконструкция типологии личности литературных персонажей; анализ жизненного пути литературного персонажа. Рассмотрим их подробнее.

Исследование личности писателя во взаимосвязи с его творчеством предваряет все последующие шаги. Этот этап предполагает хорошее знание биографии и сочинений автора, опору на документальные свидетельства, письма, дневники, автобиографическую прозу, лирику, обширный литературоведческий материал, а также знание творческой лаборатории автора, погружение в «мир писателя». Данный подход реализован нами в трилогии, посвященной русским писателям XIX в. — самого психологичного периода литературы, в наибольшей мере и наиболее одухотворенно раскрывшего закономерности личностного бытия: от поисков прекрасного в человеке А. П. Чеховым (Коржова, 2006) через трудную лестницу духовного восхождения Н. В. Гоголя (Коржова, 2009) к раскрытию истинной, духовной красоты в человеке Ф. М. Достоевским (Коржова, 2021). Так, в личности А. П. Чехова рассмотрены его «загадочность», поступки как факты биографии, волевые качества, любовь к людям, духовная высота. В «мире писателя» А. П. Чехова проанализированы «правдивость» — точность в изображении внутреннего мира; многообразие трактовок творчества; субъектный и личностный принципы творчества.

На втором уровне происходит глубокое творческое осмысление жизни и творчества писателя, позволяющее выделить ключевые положения авторского видения личности в соответствии с его мировоззрением в широком смысле слова, с его представлениями о месте и роли человека в мире. Так, были реконструированы концепции личности А. П. Чехова, Н. В. Гоголя и Ф. М. Достоевского. Например, концепция духовного смысла жизненного пути личности Ф. М. Достоевского включает следующие положения: смысл жизни — в Боге или без Бога; роль жизненных обстоятельств в духовной жизни — через страдания к радости; духовная противоречивость личности — борьба добра и зла в человеке; «искра Божия» в каждом человеке; красота личности.

Третий этап — реконструкция типологии личности литературных персонажей. Стремление к обобщению содержания психологических портретов литературных персонажей в свое время выразилось в создании их типологии по соотношению ответственности, творчества и духовно-нравственных характеристик, которая охватывает 11 типов и 30 подтипов, на материале наиболее ярких и предпочитаемых молодежью образов мировой художественной литературы (Коржова, 2016). Данная типология основывается на нашей концепции чело-

века как субъекта жизнедеятельности и жизненного пути (Коржова, 2020), в соответствии с которой были выделены ключевые категории для анализа. Описанные психологические портреты выходят за рамки психологических портретов ранее описанных типов жизненных ориентаций по основаниям жизненного творчества и жизненной ответственности, получают своеобразное «разветвление» в соответствии с многообразием жизненных ценностей и обогащают характеристики исходных типов. Поскольку концепции личности у всех писателей различны и имеют разные основания, то и типологии, подлежащие реконструкции, также различны и своеобразны. Так, в самом творчестве Н. В. Гоголя содержатся важнейшие основания типологизации его персонажей: их символическая насыщенность, широкий спектр их психологических свойств при многообразии их оттенков; единое направление развития творчества (сами стадии творчества отражают этапы становления личности в связи с изменением системы ценностей, сквозь призму которых оцениваются жизненные явления), наиболее яркая представленность типов в поэме «Мертвые души». Общий принцип выделения типов указан самим Гоголем. Одной из центральных мыслей художественных произведений Гоголя является тема «задора». В главе «Мертвых душ», посвященной Манилову, есть фраза о том, что у каждого человека свой «задор», своя страсть, свое увлечение. Выражение «задор» было найдено Гоголем не сразу, раньше он использовал формулировки «свой конек», «свое влечение», «электричество». Задором может быть все что угодно из окружающей обстановки: к низшим задорам относятся «гастрономия и шегольство», тяготение ко вкусной пище и хорошему платью, иногда объединяющиеся в тяготение к комфорту; стремление к обогащению предстает как дар злого духа или ничтожное мечтание, если оно является средством к обеспечению комфорта; тяготение к «бабенке» проявляется в двух вариантах «эротического задора»: смутном инстинкте или сопряженном с мечтами о домашнем уюте; социальный задор состоит в погоне за чинами, иногда орденами.

На последнем этапе анализа жизненного пути литературного персонажа в соответствии со схемой контент-анализа могут быть составлены психологические портреты литературных героев, как главных, так и второстепенных с точки зрения читателя. Для автора же каждый персонаж — часть его собственной личности.

### Литература

*Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.



- Зинченко В. П.* Возможна ли поэтическая антропология? М.: Российский открытый университет, 1994.
- Коржова Е. Ю.* Поиски прекрасного в человеке: Личность в творчестве А. П. Чехова. СПб.: Бионт, 2006.
- Коржова Е. Ю.* Духовная лестница Н. В. Гоголя: Личность и творчество. СПб.: Общество памяти игумении Таисии, 2009.
- Коржова Е. Ю.* Путеводитель по жизненным ориентациям: Личность и ее жизненный путь в художественной литературе. СПб.: Общество памяти игумении Таисии, 2016.
- Коржова Е. Ю.* Психология личности. СПб.: Питер, 2020.
- Коржова Е. Ю.* Красота, спасающая мир: Личность и ее жизненный путь в творчестве Ф. М. Достоевского. СПб.: Общество памяти игумении Таисии, 2021.
- Харламенкова Н. Е., Журавлев А. Л.* Современные представления о личностном развитии и преемственности идей динамического подхода Л. И. Анцыферовой // Социальная и экономическая психология. 2016. Т. 1. № 4. С. 61–73.

## **Становление асертивной личности в процессе жизненного пути**

*Н. С. Корнилова*

Нижегородский институт управления – филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Нижний Новгород

Ассертивность представляет собой многоаспектное комплексное индивидуально-психологическое образование и должна формироваться на всех этапах развития личности. Умение быть асертивным представляется значимым для самоуважения и уважения других, для осознания важности мыслей, чувств и мнений как своих собственных, так и другого человека. Жизненный путь – это индивидуальный, уникальный опыт каждого человека. Это цели, действия, мировоззрение, система ценностей личности, трудовая, личная жизнь. В статье проведен анализ становления асертивной личности через прохождение основных возрастных этапов в течение жизни: дошкольный, подростковый, студенческий, с продолжением во взрослом периоде. Показано, что становление асертивной личности представляет собой непрерывный процесс ее формирования. Рассмотрены особенности каждого возрастного периода, которые спо-

способствуют формированию рассматриваемого качества и навыка личности; показаны возможности самостоятельного их развития.

*Ключевые слова:* ассертивность, ассертивное поведение, жизненный путь, дошкольный, подростковый, студенческий возраст.

Согласно мнению Л. И. Анцыферовой, вся жизнь человека определяется как биологическими явлениями, так и подчиняется социально-историческим процессам, которые, в свою очередь, преломляясь через индивидуальность человека, формируют «жизненный путь». Данное понятие трактуется с точки зрения жизни человека на уровне личности, соответственно, он начинается позднее общего биологического развития индивида. Жизненный путь является индивидуальным проявлением, обусловлен процессом социализации в определенной исторической среде, включает в себя влияние производственной, политической и культурной жизни общества (Анцыферова, 1978).

Жизненный путь личности зависит не только от социальных влияний, упомянутых выше, но и от особенностей человека, его желаний, интересов, способностей, а также от ряда психологических и возрастных факторов.

В изучении жизненного пути Л. И. Анцыферова выделяет два основных аспекта, а именно – возрастной, который раскрывает общие особенности личности на разных возрастных ступенях, и индивидуально-психологический аспект, который описывает своеобразие психологического развития определенной личности в ее индивидуальных переживаниях общественных процессов (там же).

Анализируя позиции ряда отечественных психологов (К. А. Абульханова-Славская, Ю. М. Резник и др.) по вопросу реализации жизненного пути, мы выделяем ряд схожих моментов, а именно – самостоятельное, активное его выстраивание, которое реализуется с помощью инициативы и ответственности самой личности. Активность при этом может быть направлена на построение жизненного успеха, благополучия и самореализацию, которые сменяют друг друга в течение жизни с учетом цели личности и условий ее развития.

Вышеописанная реализация жизненного пути хорошо, на наш взгляд, отражает становление в его процессе ассертивности личности и ассертивного поведения в целом как в профессиональной, так и личностной сфере. Необходимо учесть, что ассертивность – это не врожденное качество личности, ее формирование идет на протяжении всей жизни на каждом возрастном этапе становления, в итоге обеспечивая успешность социализации и адаптации.

Ассертивный человек – это социально и психологически зрелая личность, понимающая смысл собственной жизни, своё призвание и цели, которых она настойчиво добивается, и при этом ориентируется на внутреннюю систему ценностей, в которой другой человек представлен первостепенной ценностью (Хохлов, Портнова, 2019).

Одним из возрастных этапов жизненного пути, на котором сознательно начинается процесс формирования и становления ассертивной личности, является дошкольный возраст, ввиду того, что в этот период возрастает потребность ребенка в общении, в котором сверстник становится интересным в ходе самого взаимодействия, будь то игра или беседа, появляется избирательность отношений, потребность в доброжелательном внимании, в игровом сотрудничестве и стремление к общности взглядов и мнений (Лисина, 2009). Из многих характеристик рассматриваемого возраста остановимся на тех, которые важны для формирования ассертивности. Одна из них – это устойчивая структура мотивов, при которой ребенок сознательно управляет своим поведением, что обеспечивает его постоянство и нормативность.

Произвольность поведения как способность к его управлению и развитию целенаправленности, установление отношений между целью и мотивом является подготовительным звеном в формировании ассертивности.

Для становления ассертивной личности на данном отрезке жизненного пути необходимо дать возможность ребенку изменить свое поведение и уйти с позиции жертвы, беспомощности и зависимости, научить противостоять агрессии; максимально дать возможность самому решать проблемы, связанные с взаимодействием со сверстниками; предложить социально ответственный путь к достижению поставленных целей.

Приобретение навыков ассертивного поведения на данном возрастном этапе становления личности является важнейшим в формировании личностного новообразования, которое является подготовительным перед образовательным процессом. В итоге такого воспитания у детей появляется стремление сопротивляться давлению сверстников, а также их агрессивным поступкам; не выполнять те требования, которые они считают неправильными или опасными, а вместо этого доверять своим чувствам и суждениям, думать и делать так, как подсказывает им их собственное Я. Объем зрелых социальных поступков и навыков увеличивается, что дает возможность без агрессии постоять за себя, понимать и принимать собственные социальные цели.

Важным периодом дальнейшего развития личности на этапах жизненного пути является подростковый возраст как переходный и критический, сопровождающийся значительными качественными изменениями. Этот период дает благодатную почву для продолжения становления асертивной личности ввиду особенностей данного возраста: происходит актуализация способности контролировать свою жизнь, регулировать свое поведение; стремление понять самого себя пробуждает ответственность и критическое отношение к другим и к себе, к своим поступкам и поведению, желание сопоставить себя с другими и выделить те индивидуальные различия, которые позволяют не нарушать прав другого; качественно изменяется характер деятельности; более многообразными и содержательными становятся отношения с окружающими; идет активное становление личности и мировоззрения. Жажда экспериментирования, познания нового, стремление к смелому и даже рискованному поведению позволяет прививать умения и навыки выражать свое мнение, отстаивать свои права, гибко мыслить и выстраивать свое поведение, индивидуально рассматривать каждую ситуацию, не нарушать личные границы другого человека, помнить о его чувствах.

Кроме того, необходимо учитывать, что поведение рассматриваемого возраста во многом обусловлено не объективно заданной ситуацией, а ее субъективной оценкой и восприятием, на что указывает в своих исследованиях Л. И. Анцыферова. Однако необходимо помнить, что эти две оценки взаимовлияют и отражаются друг в друге (Анцыферова, 1993). В связи с этим особое внимание уделяется проблеме сохранения личностной устойчивости и целостности в условиях давления социальной среды, чему способствует формирование асертивности и навыков асертивного поведения.

Студенческий возраст — это не только дальнейшее развитие личности на индивидуальном жизненном пути, но и период самовоспитания, самоформирования и саморазвития, последующей социализации, где происходит приобщение к общественным ценностям. Анализируя мнения исследователей, мы выявили те характеристики студенческого возраста, которые особенно важны для формирования асертивности и навыков асертивного поведения. К ним можно отнести расширение нравственных установок, изменение направленности личности, стабилизации характера, понимание социальных ролей взрослого человека, нарастание интереса к моральным проблемам, изменение мотивации и системы ценностных ориентаций, которые являются базовым основанием мировоззрения и определяют дальнейшую модель формирования личности как профессионала. Потребность в са-

моопределении, которая проявляется в необходимости познать самого себя, найти и определить смысл собственного существования, выстроить свой дальнейший жизненный путь, дает возможность обсуждать в указанном периоде личностный смысл профессиональной деятельности. Учитывая, что любая деятельность связана с общением, дальнейшее формирование ассертивности будет по-прежнему актуально на пути становления личности.

Необходимо отметить, что возрастной период студенчества, по данным исследований, кроме перечисленного выше, отличается эгоцентризмом, заносчивостью, высокомерием, конкуренцией в учебе, развязностью, негативизмом, агрессивностью, отсутствием у большей части молодежи чувства ответственности и оценки последствий своих поступков, также для них характерна ориентация на развлечения, неформальный тип общения, на высокое материальное и социальное положение, отсутствие общих интересов, отношений поддержки и помощи между сокурсниками. Увеличение склонности к дезадаптации и депрессии, к чувству одиночества, отсутствие веры в себя, свои возможности, индивидуализм, раскрепощенность и уверенность в себе в сочетании с неадекватной самооценкой в итоге порождают манипулятивное или пассивное поведение (Дудина, 2014; Николаева, 2007; Темницкий, 2004).

Рассмотренное выше обосновывает необходимость поддержки пути становления ассертивной личности, которое, на наш взгляд, должно продолжаться на всем протяжении жизненного пути. Такое положение согласуется с мнением Л. И. Анцыферовой о непрерывности образования, позволяющем не только усваивать новые знания и развивать мышление, но и являющимся интегрирующим звеном в переходе личности на новые уровни развития.

Развивать у себя ассертивность можно самостоятельно путем постоянных тренировок, самоконтроля и психологического настроя, свободно и прямо говорить о своих желаниях и требованиях, высказывать собственную точку зрения, аргументированно возражать, не бояться просить о помощи, качественно формулировать свои желания и требования, использовать компромисс и сотрудничество для достижения согласия, что в итоге позволит поменять свое привычное манипулятивное или пассивное поведение на ассертивное. Помогут также формирование у себя определенных привычек, характерных, по мнению Лазаруса, для ассертивного человека (Lazarus, 1984):

- способность открыто говорить о своих желаниях и потребностях;
- возможность отвечать отказом;

- способность открыто говорить о возникающих чувствах, какой бы знак они не носили;
- умение устанавливать контакты, обладание навыками эффективного общения.

Через формирование ассертивных привычек как источника саморазвития человек постепенно начинает контролировать свою жизнь, свои мысли, эмоции, ситуации, что приводит к более высокому уровню развития как на личностном уровне, так и в условиях межличностных отношений.

Использование позитивного мышления и настроения как источника адекватной уверенности и оценки себя, умения эффективно общаться, поиск конструктивных методов взаимодействия с другими в итоге приводит к устранению аффективных и когнитивных блокировок деятельности, к увеличению репертуара ассертивного поведения.

Таким образом, формировать и укреплять ассертивность и навыки ассертивного поведения через тренировки необходимо на протяжении всей жизни. Активизация собственного потенциала дает возможность моделировать ситуацию в развитии, что повышает личное участие в собственной судьбе, а значит позволяет не подчиняться кому-то, не зависеть от других и не проявлять пассивность в принятии решений.

В ходе научения ассертивному поведению необходимо помнить, что оно не является исключительным средством от жизненных неприятностей и неудач. Ассертивность дает возможность адекватно решать проблемы, уверенно преодолевать сомнения, конструктивно выстраивать взаимодействие, а дальнейшее развитие личности на своем жизненном пути — это ее индивидуальное желание, потребность и возможности.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. № 2. С. 3–16
- Дудина М. Н.* Диалоговое обучение — путь к ассертивному поведению // Материалы III Международной научной интернет-конференции «Инновация в образовании. Современная психология в обучении». Казань, 2014. С. 51–56.
- Лисина М. И.* Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009.
- Николаева Л. А.* Формирование коммуникативной толерантности студентов — будущих юристов: на примере университетского образования в России и Германии: Дис. ... канд. пед. наук. Кемерово, 2007.

Принцип развития в психологии / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М., 1978. С. 156–166.

*Темницкий А. Л.* Состояние и факторы роста толерантности будущих государственных служащих // Культура толерантности: опыт дипломатии для решения современных управленческих проблем: Учеб. пособие / Под общ. ред. И. Г. Тюлина. М.: МГИМО, 2004.

*Хохлов А. А., Портнова А. Г.* Ассертивный человек. Восхождение к себе. Очерки по психологии пассивного, агрессивного и ассертивного поведения. Екатеринбург: Ridero, 2019.

*Lazarus R. S., DeLongis A., Folkman S., Gruen R.* Stress and adaptational outcomes—the problem of confounded measures // *American Psychologist*. 1984. V. 4. P. 770–779.

## **Поиск социальной поддержки в период формирующейся взрослости: кросскультурное сравнение**

*Е. В. Куфтяк*

Российская академия государственной службы и народного хозяйства  
при Президенте РФ, Москва

Одним из способов преодоления или уменьшения последствий кризиса четверти жизни является социальная поддержка. Существуют гендерные различия в обращении за социальной поддержкой у молодежи разных этносов. Были выявлены культурные и половые различия в поиске поддержки. Российская молодежь чаще, чем осетинская, считает, что поиск поддержки является подходящей стратегией преодоления. Культура смягчает половые различия в поиске поддержки; российские девушки считают поиск социальной и эмоциональной поддержки более уместным, чем юноши, в то время как в осетинской выборке половых различий не установлено. Антипредикторами социальной поддержки у россиян является превентивное преодоление, а у осетин — проактивное поведение.

*Ключевые слова:* социальная поддержка, формирующаяся взрослость, проактивное совладание, кросскультурные различия.

Поддерживающее взаимодействие широко распространено в жизни человека. Обращение за поддержкой к другим людям, особенно к близким из ближайшего окружения, чаще происходит в кризисные периоды развития. Становление взрослым — это важный период перехода от подросткового возраста к взрослой жизни, связанный с решением

возрастных и социальных задач построения идентичности, будущей карьеры, межличностных отношений, взгляда на жизнь. Человек в период взросления сталкивается с противоречиями, необходимостью выбора, трудными жизненными задачами и их решением, но одновременно обладает необычайной жизнестойкостью, креативностью и гибкостью (Куфтяк, Бехтер и др., 2023). Формирующаяся взрослость описывается как период жизни, который теоретически и эмпирически отличается от поздней юности и ранней взрослости из-за психосоциальных факторов, с которыми сталкиваются в этот период молодые взрослые (Куфтяк, 2019).

Однако жизненный период, связанный с взрослением, может привести к стрессу и неопределенности, что влияет на адаптивность и благополучие. Когда человек не может пережить этот переходный период, то можно говорить о кризисе четверти жизни. По мнению А. Роббинса и А. Вилнера, кризис четверти жизни — это эмоциональное состояние в данный период, включающее страх перед будущей жизнью, связанной с карьерой, образованием, отношениями и социальной жизнью (Robbins, Wilner, 2001).

Преодоление стресса — это психологические усилия и действия, направленные на то, чтобы справиться с внешними или внутренними требованиями, которые ощущаются как давление. Поиск поддержки рассматривается как способ справиться с трудными или стрессовыми ситуациями (Chang, 2001), он отличается от других стратегий преодоления тем, что имеет в своей основе социальный характер. Одним из способов преодоления или уменьшения последствий кризиса четверти жизни является социальная поддержка. Социальная поддержка — это помощь другим людям в понимании проблем, с которыми они сталкиваются. Позитивная поддержка, оказываемая окружающими, играет важную роль в оказании помощи людям в решении их проблем (Asrar, 2022). Благодаря социальной поддержке молодые люди чувствуют, что их ценят, любят, о них заботятся, и ощущают связь со своей социальной группой.

Исследования показывают, что усилия по поиску поддержки являются одним из наиболее важных способов инициирования процесса поддержки. Во многих случаях поведение, направленное на оказание поддержки, не проявляется автоматически без какого-либо указания со стороны испытывающего стресс человека на то, что он в этом нуждается (Coutrona et al., 1990). Так, люди обращаются за поддержкой, когда они в ней нуждаются. Как наиболее распространенный «первый шаг» в процессе получения поддержки, обращение за ней часто закладывает основу для всего процесса поддерживающего общения



и, таким образом, является важным фактором, определяющим, будет ли получена какая-либо поддержка, тип полученной поддержки (эмоциональная или инструментальная), качество этой поддержки, ее эффективность в отношении рассматриваемой проблемы, а также последствия для личности и отношений, связанные с поиском, предоставлением и принятием поддержки (Cunningham, Barbee, 2000).

По мнению исследователей, социальная поддержка коррелирует с кризисом четверти жизни, при котором поддержка семьи оказывает более значительное влияние, чем поддержка друзей (Wijaya, Saprowi, 2022). Другое исследование показывает, что социальная поддержка сверстников влияет на кризис четверти жизни и имеет положительное влияние на преодоление сильного стресса (Asrar, 2022).

Социальная поддержка выступает внешним ресурсом и играет роль в преодолении стресса и неопределенности. Эмпирические исследования выявили положительную корреляцию между жизнестойкостью и социальной поддержкой. В ходе исследований, проведенных с участием студентов, выявлено, что студенты с высоким уровнем восприятия социальной поддержки, сообщали о высокой жизнестойкости и демонстрировали лучшую адаптацию к новым условиям (Hinton, Meyer, 2014). Социальная поддержка может смягчить пагубное воздействие стрессовых событий на людей и способствовать укреплению уверенности, что положительно сказывается на психологическом благополучии.

Мы предположили, что молодые женщины и мужчины разных этносов имеют разные возможности и предикторы обращения за социальной поддержкой, что обусловлено культурными особенностями.

Выборку составили 97 студентов из России (75,2% девушек) в возрасте от 19 до 25 лет (средний возраст 20,3 года), 103 студента из Южной Осетии (56% девушек) в возрасте от 19 до 25 лет (средний возраст 21,6 лет). В исследовании приняли участие студенты различных направлений специализации (гуманитарное, техническое, экономическое), обучающихся в российских вузах Москвы, Санкт-Петербурга, Ярославля, Екатеринбургa, Хабаровска и в Южноосетинском вузе Цхинвали.

Нами были использованы «Опросник способов копинга» в адаптации Е. В. Битюцкой, методика «Проактивный копинг» в адаптации Е. П. Белинской. Сбор данных осуществлялся с использованием Google форм и бланковых версий опросников. Обработка и анализ данных осуществлялись с помощью статистического пакета Jamovi v. 2.3.21.

Анализ основных статистик свидетельствует о том, что распределение близко к нормальному, исходя из показателей асимметрии и эксцесса. Анализ средних значений реактивно-проактивных стратегий

совладания позволил установить, что женщины и мужчины двух этносов различаются по выраженности стратегий обращения за социальной поддержкой: русские девушки более склонны искать социальную поддержку в разных ее формах (эмоциональную, информационно-сетевую и непосредственно социальную как компонент взаимодействия).

Сравнение русских и осетинских молодых девушек показало, что они различаются по поиску инструментальной и эмоциональной поддержки и обращению за помощью к социальному окружению. У юношей статистически значимых отличий в видах поиска поддержки не обнаружено. Вероятно, различие у русских и осетинских девушек связано с нормами социального поведения. В культуре Южной Осетии женщина чаще не может инициировать жалобы другим и обращаться за социальной поддержкой, так как это не соотносится с принятыми социальными традициями, в русской же культуре данные паттерны являются необходимой частью женского общения.

Далее был проведен анализ сочетания предикторов социальной поддержки и ее роли в реактивно-проактивном совладании молодежи.

На первом этапе по результатам регрессионного анализа у русских и осетин отмечено, что демографические характеристики не оказывают влияния на обращение за поддержкой к социальному окружению. На втором этапе наибольшее положительное влияние на обращение за социальной поддержкой у русской молодежи имеет поиск инструментальной поддержки, поиск эмоциональной поддержки и превентивное совладание с отрицательным вкладом. У южноосетинской молодежи на втором шаге намечился сильный по положительному вкладу предиктор – поиск инструментальной поддержки, но при этом проактивное преодоление в качестве предиктора проявилось с отрицательным вкладом.

На третьем этапе у русских в социальную поддержку вносит весомый положительный вклад поиск эмоциональной и инструментальной поддержки, небольшие коэффициенты получены по фантазированию и уходу, с отрицательным вкладом примыкает к списку предикторов превентивное преодоление. У южных осетин незначительный отрицательный вклад вносит проактивное преодоление, рефлексивное преодоление с положительным вкладом, уход; наиболее значительный вес имеет поиск инструментальной поддержки.

Соотнеся полученные результаты с уже имеющимися результатами исследования русской и осетинской молодежи, мы отметили несколько интересных тенденций. Во-первых, и для русской, и для осетинской молодежи поиск инструментальной поддержки является более подходящей стратегией для преодоления стресса, чем поиск эмоцио-

нальной поддержки. Во-вторых, обращение за социальной поддержкой приостанавливается у русских при накоплении внешних ресурсов (материальных, ролевых и др.), а у осетин – при постановке важных целей и саморегуляции для их достижения. В-третьих, русская молодежь больше нуждается в эмоциональной поддержке и эмпатии, в противовес южноосетинской, которая демонстрирует рефлексивный анализ и уход от проблем.

Обнаруженные культурные различия в способах преодоления могут быть объяснены с учетом противоречий индивидуального и коллективного в совокупности с культурными особенностями. Так, коллективисты придают большее значение поддержанию гармонии в группе, чем индивидуалисты, а индивидуалисты придают большее значение удовлетворению своих личных потребностей, чем коллективисты. С практической точки зрения, исследования, посвященные исследованию социальной поддержки, дополняют знания, которые помогут улучшить навыки людей в поиске поддержки и в разработке эффективных методов психокоррекции и психотерапевтического вмешательства, образовательных программ. Научная значимость полученных результатов обусловлена расширением представлений о взаимообусловленности проактивного и реактивного видов совладающего поведения, о культурно-специфических особенностях совладающего поведения.

### Литература

- Курфтяк Е. В.* Совладающее поведение в период взросления: соотношение механизмов психологических защит, реактивного и проактивного совладания // *Методология, теория, история психологии личности* / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 680–689.
- Курфтяк Е. В., Бехтер А. А., Филатова О. А., Газзаева Н. М., Сукаева Е. Г.* Предикторы проактивного преодоления на этапе ранней взрослости: кросс-культурное исследование // *Клиническая и специальная психология*. 2023. Т. 12. № 2. С. 164–191. doi: 10.17759/cpse.2023120208
- Arnett J. J.* *Emerging Adulthood: The winding road from the late teens through the twenties.* Oxford University Press, 2014.
- Asrar A. M.* Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter-life crisis pada dewasa awal // *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health*. 2022. V. 3 (1). P. 1–12. doi: 10.30984/jiva.v3i1.2002
- Chang E. C.* A look at the coping strategies and styles of Asian Americans: Similar and different? // *Coping with Stress: Effective people and processes* / Ed. C. R. Snyder. N. Y.: Oxford University Press, 2001. P. 222–239.

- Cunningham M. R., Barbee A. P.* Social support // *Close Relationships: A source-book* / Eds C. Hendrick, S. S. Hendrick. Thousand Oaks, CA: Sage, 2000. P. 273–285.
- Cutrona C. E., Cohen B. B., Igram S.* Contextual determinants of the perceived helpfulness of helping behaviors // *Journal of Social and Personal Relationships*. 1990. V. 7. P. 553–562.
- Hinton V., Meyer J.* Emerging adulthood: Resilience and support // *Rehabilitation Research, Policy and Education*. 2014. V. 28 (3). doi: 10.1891/2168–6653.28.3.143
- Robbins A., Wilner A.* Quarter Life Crisis. Penguin Publishing Group, 2001.
- Wijaya D. A. P., Saprowi F. S. N.* Analisis dimensi: Dukungan sosial dan krisis usia seperempat abad pada emerging adulthood dimensional analysis // *Jurnal Nasional*. 2022. V. 20 (1). P. 41–49. doi: 10.30595/psychoidea. v20i1.12413

## **Социальное познание и дружеские отношения в младшем школьном возрасте\***

*Е. И. Лебедева*

Институт психологии РАН, Москва

В статье представлены результаты исследования взаимосвязи модели психического и различных аспектов дружеских отношений на этапе их формирования в младшем школьном возрасте. В исследовании приняли участие 91 ребенок в возрасте от 8 до 10 лет. Модель психического оценивалась с помощью теста «Взгляд» С. Бароном-Коэна с коллегами (в адаптации Е. Саприной с коллегами), отражающего успешность распознавания эмоций и других ментальных состояний по мимике и заданий на понимание коммуникативных намерений в ситуациях обмана, иронии, блефа и др. Качество дружбы оценивалось с помощью шкалы дружеских отношений, разработанной У. Буковски с коллегами. Результаты исследования показали слабые взаимосвязи между моделью психического, качеством дружеских отношений и количеством друзей. Предварительно можно заключить, что чем лучше развиты способности к социальному познанию в младшем школьном возрасте, тем выше готовность помочь другу в конфликте со сверстниками и тем больше друзей среди одноклассников.

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Государственным заданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

*Ключевые слова:* дружеские отношения, модель психического, социальное познание, социальная компетентность, младший школьный возраст.

## **Введение**

Исследования взаимосвязи социального познания и успешности взаимодействия с окружающими являются одним из перспективных направлений исследований психологии развития на сегодняшний день. Как писала Л. И. Анцыферова, «Развитие личности – это прежде всего ее социальное развитие. Социальное развитие ведет за собой психическое развитие» (Анцыферова, 1989, с. 426). В качестве когнитивной основы социального познания мы вслед за Е. А. Сергиенко рассматриваем модель психического, позволяющую распознавать и приписывать ментальные состояния себе и другим людям для прогнозирования и объяснения поведения (Сергиенко и др., 2020). Хотя большинство исследователей предполагает, что наиболее важные этапы развития дети проходят в дошкольном возрасте, модель психического продолжает развиваться и в младшем школьном и подростковом возрастах.

Начало школьного образования является важной социальной вехой для детей, когда они сталкиваются с многочисленными социальными изменениями, особенно во взаимодействии со сверстниками. Отношения со сверстниками в школе играют важную роль в развитии социального познания и социального поведения детей и подростков. На предыдущих этапах исследования было показано, что у детей младшего школьного возраста понимание коммуникативных намерений в сложных социальных ситуациях связано как с предпочтительностью сверстниками для общения, так и с воспринимаемой популярностью в группе (Лебедева, 2023).

Однако результаты исследований показывают роль модели психического не только в предпочтительности и популярности в группе, но и в установлении и поддержании дружеских отношений (Fink et al., 2015). Так, в младшем подростковом возрасте качество дружбы и стратегии рассуждения при решении социальных дилемм связаны положительно, а понимание недоразумений в ситуациях взаимодействия и низкое качество дружбы – отрицательно (Miller et al., 2018).

Учитывая уникальное значение наличия взаимной дружбы для психологического благополучия на протяжении всей жизни, мы исследовали дружеские отношения в детском коллективе именно в тот возрастной период, который характерен для возникновения первой взаимной дружбы. Целью исследования было изучение взаимосвязи

социального познания (модели психического) и различных аспектов дружеских отношений на этапе их формирования в младшем школьном возрасте.

## Методы

В исследовании приняли участие 91 ребенок, обучающиеся во вторых и третьих классах общеобразовательной школы, в возрасте от 8 до 10 лет ( $M_e = 9$ , 50 девочек).

Для оценки социально-перцептивного компонента модели психического – понимания ментальных состояний по их внешним проявлениям в поведении (мимике) – использовался тест «Взгляд» («Reading the mind in the eyes»), разработанный С. Бароном-Коэном с коллегами (Baron-Cohen et al., 2001) для детской выборки, переведенный на русский язык и адаптированный Е. Саприной с коллегами (Центр психического здоровья РАМН). Материалы теста представляют собой буклет с 28 фотографиями глаз лиц разного возраста, выражающих то или иное ментальное состояние (задумчивость, грусть, гнев, интерес, сожаление, беспокойство, уверенность и т. п.), которые предъявляются последовательно. Необходимо распознать ментальное состояние человека на фотографии его глаз, выбрав одно из четырех названий состояний, написанных около фотографии; правильные ответы суммировались.

Для оценки социально-когнитивного компонента модели психического – понимания коммуникативных намерений в сложных социальных ситуациях – использовались задания из теста Ф. Аппе «Удивительные истории» (Happé, 1994). Всего использовались шесть рассказов, описывающих короткие ситуации взаимодействия нескольких персонажей в ситуациях обмана, иронии, «белой лжи», блефа, шантажа и недоразумения. После каждого рассказа ребенку необходимо было ответить на вопросы о правдивости высказываний и мотивах персонажа. За каждый правильный ответ на оба вопроса начислялись баллы: за использование ментальных состояний при обосновании мотивов говорящего – два балла, за объяснение мотивов говорящего его желанием достичь результат – один балл. В ситуациях иронии и блефа использовалась четырехбалльная система оценки, включающая также простое объяснение мотивов, не учитывающее иронии/блефа. Данный оценочный инструмент не является стандартизированным, поэтому использовались «сырые» баллы (количество правильных ответов), которые суммировались в интегральный показатель – понимание коммуникативных намерений говорящего в ситуациях неоднозначно понимаемых социальных взаимодействий (от 0 до 14 баллов).

Качество дружбы оценивалось с помощью шкалы дружеских отношений, разработанной У. Буковски с коллегами для детей младшего школьного и подросткового возрастов (Bukowski et al., 1994). Опросник состоит из 23 утверждений, касающихся взаимодействий с близким другом, с которыми необходимо выразить степень своего согласия по пятибалльной шкале (от «совсем неверно» до «абсолютно верно»). Все вопросы опросника делятся на пять субшкал: 1) дружеское общение: количество добровольно проводимого вместе времени; 2) конфликты: степень, в которой ребенок вступает в разногласия с другом; 3) помощь: степень готовности друга помочь, когда кто-то досаждаёт, а также степень, в которой ребенок сам готов оказать эту помощь; 4) безопасность: убежденность ребенка в том, что в трудную минуту он может положиться на своего друга и этому другу можно доверять, а также убежденность в том, что дружба может выдержать негативные события, например, ссору; и 5) близость: чувства по отношению к другу и чувства, которые ребенок испытывает в связи с дружбой, а также насколько ребенок важен для своего друга (Bukowski et al., 1994). В результате подсчетов каждый ребенок получает количество баллов по каждой из пяти субшкал (от 0 до 25 баллов), что отражает оценку различных аспектов его взаимодействия с лучшим другом.

Для оценки количества друзей в классе каждому ребенку было предложено выбрать из списка имен учеников класса имена одноклассников, которые являются его друзьями, без ограничений по количеству. Для каждого ребенка рассчитывался «коэффициент друга» – количество выборов, деленное на количество детей в классе минус 1. Данная процедура широко используется в исследованиях для оценки количества друзей в детском возрасте.

Для проверки возрастных и гендерных различий применялся ранговый критерий Манна–Уитни; для оценки взаимосвязей между изучаемыми показателями высчитывался коэффициент корреляции Спирмена.

## **Результаты и обсуждение**

Для оценки возрастных и гендерных различий в развитии модели психического и качестве дружеских отношений в младшем школьном возрасте мы провели соответствующие сравнения, разделив всех участников исследования на группы по возрастам (8, 9 и 10 лет) и по полу. Были обнаружены возрастные различия между детьми 8 и 9 лет в показателях количества друзей ( $U = 416, p = 0,000$ ), а также в понимании намерений людей в ситуациях обмана ( $U = 529,5, p = 0,036$ ) и «белой лжи» ( $U = 471,5, p = 0,003$ ). Эти данные согласуются с результатами

предыдущих исследований развития модели психического в младшем школьном возрасте: успешность понимания намерений людей в сложных социальных ситуациях растет с возрастом (Лебедева, 2023). На наш взгляд, интересным является именно различие в количестве друзей: в среднем каждого из ребенка восьми лет (преимущественно ученики вторых классов) в качестве друзей выделяли двенадцать одноклассников ( $M = 12,15$ ,  $SD = 5,43$ ), в то время как каждого из детей девяти лет (преимущественно ученики третьих классов) – только девять сверстников ( $M = 9,48$ ,  $SD = 3,18$ ). Эти возрастные различия, по всей видимости, отражают динамику становления дружеских отношений в младшем школьном возрасте: круг общения начинает сужаться, и в качестве друзей дети выделяют меньше одноклассников, чем в начале младшей школы.

Анализ гендерных различий по всей группе детей показал достоверные различия только по субшкале дружеского общения: девочки указывали, что они проводят в целом больше времени со своим лучшим другом, чем мальчики ( $U = 439$ ,  $p = 0,032$ ). Данные результаты мы рассматриваем пока как предварительные, поскольку они могут быть обусловлены недостаточным количеством участников исследования.

Удивительно, но мы обнаружили мало взаимосвязей между показателями качества дружеских отношений и моделью психического у детей младшего школьного возраста. Выяснилось, что готовность оказать помощь другу и ожидание готовности друга помочь при конфликте со сверстниками положительно связаны с пониманием ментальных состояний по взгляду и пониманию мотивов поведения людей в сложных социальных ситуациях ( $r = 0,290$ ,  $p = 0,012$  и  $r = 0,215$ ,  $p = 0,043$ ). Вероятно, что именно дети с более развитыми способностями к социальному познанию оказываются более чуткими в распознавании ситуаций, в которых другу нужна помощь, и выше ценят готовность друга помочь в конфликте со сверстниками. Результаты предыдущих исследований также продемонстрировали связи качества дружеских отношений и модели психического (Miller et al., 2018).

Также положительно связанным с успешностью понимания ментальных состояний по выражению глаз оказалось количество друзей среди одноклассников ( $r = 0,217$ ,  $p = 0,036$ ). Таким образом, чем лучше дети распознавали ментальные состояния на фотографиях, тем больше одноклассников выбирали их в качестве своих друзей. Действительно, результаты исследований показывают связь между количеством друзей и успешностью выполнения заданий на понимание неверных мнений в дошкольном возрасте (Fink et al., 2015). В более старшем возрасте такие связи были характерны только для девочек: более высокие



показатели успешности выполнения заданий на модель психического в младшем школьном возрасте предсказывали рост числа друзей в средней школе (Gazelle et al., 2023).

## Заключение

Таким образом, существует возрастная динамика понимания коммуникативных намерений в сложных социальных ситуациях в младшем школьном возрасте, что подтверждает утверждение об активном развитии модели психического после дошкольного возраста.

Выявленные слабые взаимосвязи между успешностью выполнения заданий на оценку модели психического и качеством дружбы у детей младшего школьного возраста являются предварительными и подтверждают необходимость дальнейшего изучения взаимовлияния социального познания и социального поведения в детском возрасте. В дальнейшем мы планируем увеличить количество участников исследования и расширить возрастной диапазон, чтобы оценить связи развития модели психического и дружеских отношений в младшем школьном и подростковом возрастах.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Психология формирования и развития личности // Человек в системе наук / Отв. ред. И. Т. Фролов. М.: Наука, 1989. С. 426–434.
- Лебедева Е. И.* Понимание коммуникативных намерений говорящего и популярность в кругу сверстников у детей младшего школьного возраста // Психолого-педагогические исследования. 2023. Т. 15. № 4. С. 62–76. doi: 10.17759/psyedu.2023150404
- Сергиенко Е. А., Уланова А. Ю., Лебедева Е. И.* Модель психического: структура и динамика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
- Baron-Cohen S., Wheelwright S., Spong A., Scahill V., Lawson J.* Are intuitive physics and intuitive psychology independent? A test with children with Asperger Syndrome // Journal of Developmental and Learning Disorders. 2001. V. 1. P. 47–78.
- Bukowski W. M., Hoza B., Boivin M.* Measuring friendship quality during pre- and early adolescence: The development and psychometric properties of the Friendship Qualities Scale // Journal of Social and Personal Relationships. 1994. V. 11 (3). P. 471–484. doi: 10.1177/0265407594113011
- Fink E., Begeer S., Peterson C. C., Slaughter V., de Rosnay M.* Friendlessness and theory of mind: A prospective longitudinal study // British Journal of Developmental Psychology. 2015. V. 33 (1). P. 1–17. doi: 10.1111/bjdp.12060
- Gazelle H., Lundin J. K. S., Bosacki S. L.* Theory of mind, gender, gains in friendships versus peer acceptance and anxious solitude from middle childhood

through early adolescence // *Social Development*. 2023. V. 32 (2). P. 651–671. doi: 10.1111/sode.12654

*Happé F. G. E.* An advanced test of theory of mind: Understanding of story characters' thoughts and feelings by able autistic, mentally handicapped and normal children and adults // *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 1994. V. 2. P. 129–154. doi: 10.1007/BF02172093

*Miller S. E., Reavis R. E., Avila B. N.* Associations between theory of mind, executive function and friendship quality in middle childhood // *Merrill-Palmer Quarterly*. 2018. V. 64 (3). P. 397–426. doi:10.13110/merrpalmquar1982.64.3.0397

## **Эмоциональная дисрегуляция и неакадемические интеллекты: опыт эмпирического исследования**

*А. П. Лобанов\**, *Н. В. Дроздова\**, *А. Н. Певнева\*\**

\* Институт психологии Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка, Минск, Белоруссия

\*\* Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Гродно, Белоруссия

В исследовании осуществляется научный поиск точек соприкосновения эмоциональной дисрегуляции и неакадемических (социального, эмоционального, культурного) интеллектов, в частности, соотношения негативных показателей саморегуляции с позитивными показателями интеллектуального развития личности. Выявлены низкие показатели по шкале руминации и высокие – по шкале трудности ментализации. Установлена положительная корреляция эмоциональности с познанием классов поведения, коммуникабельности с познанием систем поведения с дополнительной нагрузкой на факторы познания элементов и импликаций. При этом на уровне тенденции выявлена взаимосвязь между эмоциональной дисрегуляцией и культурным интеллект, что требует проведения дальнейшего исследования.

*Ключевые слова:* эмоциональная дисрегуляция, дисфункциональная саморегуляция поведения, неакадемический интеллект.

Доказательство от обратного (лат. *contradictio in contrarium*), или от противного (*англ.* *proof by contradiction*), как метод рассуждения широко используется в философии, логике и математике. Предположительно данный метод в полной мере соответствует теоретико-методологичес-

ким основаниям и дизайну исследования, которое направлено на поиск точек соприкосновения эмоциональной дисрегуляции и неакадемических (социального, эмоционального и культурного) интеллектов. Доказательство от обратного осуществляется через опровержение противоречащего ему суждения: наличие дисфункций саморегуляции поведения косвенно свидетельствует о проблематике, диагностируемой тестами неакадемических интеллектов. Другими словами, негативные показатели саморегуляции соотносятся с позитивными показателями интеллектуального развития личности.

Положение о «единстве интеллекта и аффекта», восходящее к единству двух видов познания Б. Спинозы, получило дальнейшее развитие в единой теории психических процессов (Веккер, 2000, с. 493), а именно в таких фундаментальных категориях, как психическая триада и сквозные психические процессы. Затрагивая проблему механизмов интеграции психических процессов, Л. М. Веккер указывает на взаимообусловленность когнитивных, эмоциональных и регулятивно-волевых процессов и на встроенность каждого из них (целого) в психические процессы более низкого уровня иерархии (части). Следуя логике его рассуждений, можно утверждать, что в интеллекте должны присутствовать элементы эмоциональной и регулятивной сфер личности.

Наряду с этим, В. Н. Дружинин, выделяя психологию социального интеллекта как отдельную область психологических знаний, поднимает вопросы о влиянии уровня интеллекта на социальный статус человека, на его совместимость с другими людьми, а также на востребованность интеллекта обществом (Дружинин, 2001). В нашем предыдущем исследовании (Дроздова, Лобанов, 2018) установлено, что неакадемические интеллекты не имеют строгих разделительных линий, а их общие показатели могут входить в кластеры других интеллектов. В связи с этим цель исследования направлена на изучение эмоционального и когнитивного контроля поведения на основе предположения о том, что неакадемические интеллекты есть проекция общего (академического, когнитивного) интеллекта на неинтеллектуальные качества личности и межличностное взаимодействие в социокультурной среде.

Цель исследования предопределила его этапы: исследование 1) саморегуляции поведения; 2) соотношения саморегуляции, социального и эмоционального интеллекта и 3) саморегуляции и культурного интеллекта. В исследовании приняли участие 95 студентов первого курса Института психологии в возрасте 17–20 лет (преимущественно девушки).

В качестве диагностического инструментария были использованы следующие методики: «Опросник эмоциональной дисрегуляции» (ОЭД) Н. А. Польской и А. Ю. Разваляевой, «Методика исследования социального интеллекта» (МИСИ) Дж. Гилфорда (J. Guilford) и М. О'Салливен (M. O'Sullivan) в адаптации Е. С. Михайловой (Алешиной), тест «Черты эмоционального интеллекта» (ЧЭИ, TEIQue-SF) К. Петридеса и А. Фернхема и «Шкала культурного интеллекта» (ШКИ) К. Эрли и С. Анга.

«Опросник эмоциональной дисрегуляции» Н. А. Польской и А. Ю. Разваляевой содержит двадцать три утверждения, которые образуют три шкалы: руминация, избегание и трудности ментализации. Теоретическим основанием методики является когнитивная модель эмоциональной дисрегуляции, которая характеризуется дисфункцией саморегуляции как следствия наличия недифференцированных аффективно-когнитивно-личностных комплексов, реактивностью и внезапностью возникновения эмоций, низким контролем эмоций и поведения, а также сложностью идентификации эмоций и применения знаний и компетенций в области межличностных отношений (Польская, Разваляева, 2017, с. 74).

«Методика исследования социального интеллекта» Дж. Гилфорда и М. О'Салливен основана на кубической модели интеллекта и включает четыре субтеста: «Истории с завершением» (S1), «Группы экспрессии» (S2), «Вербальная экспрессия» (S3) и «Истории с дополнением» (S4). Они тестируют четыре парциальные способности, включая познание импликаций или результатов поведения (S1), познание классов поведения (S2), познание систем поведения с дополнительной нагрузкой на факторы познания отношений и трансформации (преобразования) поведения (S3) и познание систем поведения с дополнительной нагрузкой на факторы познания элементов и импликаций (S4) (Михайлова, 1996).

Тест «Черты эмоционального интеллекта» К. Петридеса и А. Фернхема базируется на теории черт эмоционального интеллекта К. Петридеса. Он содержит пятнадцать субшкал, которые объединяются в четыре шкалы: эмоциональность, коммуникабельность (социальность), благополучие и самоконтроль. Разное количество утверждений в субшкалах теста нивелируется делением суммы баллов на количество вопросов (Крюкова, Шестова, 2020).

Тест «Шкала культурного интеллекта» К. Эрли и С. Анга основан на теории множественного интеллекта Г. Гарднера и результатах эмпирических исследований авторов (Беловол, Шкварило, Хворова, 2012). Он содержит четыре шкалы: метакогнитивный (МКК), когни-

тивный (КК), мотивационный (МК) и поведенческий (ПК) компоненты культурного интеллекта. Коэффициент культурного интеллекта (CQ) определяется как простая сумма баллов по всем шкалам теста.

Таким образом, можно констатировать, что все методики имеют отношение к категории самоотчетов и позволяют изучать когнитивные, эмоции и поведение респондентов при доминировании когнитивных аспектов.

На первом этапе исследования приняли участие 95 студентов, обучающихся на двух потоках, соответственно, 46 и 49 респондентов. Вследствие отсутствия стандартизации методики на белорусской выборке, в ходе исследования проводился сравнительный анализ полученных результатов с российскими нормативами, а также использовался медианный критерий. Выяснилось, что белорусские студенты в среднем имеют более низкие показатели эмоциональной дисрегуляции по шкале руминации ( $m_b$  – показатели белорусских студентов,  $m_p$  – российских) ( $m_b = 15,88$ ;  $SD = 4,88$  и  $m_p = 16,55$ ;  $SD = 5,79$ ), более высокие показатели по шкале трудности ментализации ( $m_b = 19,02$ ;  $SD = 4,33$  и  $m_p = 18,34$ ;  $SD = 5,83$ ) и сопоставимые – по шкале избегания ( $m_b = 10,26$ ;  $SD = 3,08$  и  $m_p = 10,52$ ;  $SD = 4,13$ ). В то же время в белорусской выборке чаще встречаются респонденты со всеми показателями эмоциональной дисрегуляции выше среднего.

Различия между студентами, обучающимися на разных потоках, определялись при помощи U-критерия Манна–Уитни. По руминации и трудности ментализации они не достигли статистической значимости; по избеганию речь может идти только о тенденции ( $U = 907,5$ ;  $p < 0,1$ ). Отсутствие различий между двумя группами респондентов позволит в будущем соотносить данные, полученные на этих группах в отдельности.

На втором этапе исследования респондентами стали студенты в количестве 46 человек, обучающиеся на первом потоке. Было установлено, что эти студенты имеют средний уровень развития социального интеллекта как по композитной оценке, так и по парциальным способностям. Только их показатели по субтесту «Истории с завершением» (S1) находятся на среднесильном уровне. На основании медианного критерия можно утверждать, что среди первокурсников чаще встречаются респонденты с эмоциональным интеллектом выше среднего ( $m = 20,72$ ;  $Me = 21,37$ ;  $SD = 3,36$ ); показатели выше среднего они также имеют и по эмоциональности ( $m = 4,94$ ;  $Me = 5$ ;  $SD = 0,99$ ), коммуникабельности ( $m = 5,21$ ;  $Me = 5,33$ ;  $SD = 1,05$ ) и благополучию ( $m = 5,41$ ;  $Me = 5,5$ ;  $SD = 1,32$ ).

При помощи коэффициента ранговой корреляции Спирмена значимые взаимосвязи обнаружены между шкалой эмоциональности и субтестом «Истории с завершением» (S1) ( $r_s = -0,29$ ;  $p < 0,05$ ); шкалой эмоциональности и субтестом «Группы экспрессии» (S2) ( $r_s = 0,37$ ;  $p < 0,05$ ). Другими словами, эмоциональность не способствует познанию результатов поведения, но положительно взаимосвязана с познанием классов поведения. Коммуникабельность студентов коррелирует с познанием систем поведения с дополнительной нагрузкой на факторы познания элементов и импликаций (S4) ( $r_s = 0,45$ ;  $p < 0,01$ ), что согласуется с определением социального интеллекта как коммуникативного компонента когнитивных способностей (Лобанов, Дроздова, 2018), а также – с композитной оценкой ( $r_s = 0,29$ ;  $p < 0,05$ ).

Корреляции социального интеллекта с эмоциональной дисрегуляцией не обнаружены. В лучшем случае можно говорить о тенденции такой связи: руминации с субтестом «Группы экспрессии» (S2) ( $-0,21$ ); избегания с субтестом «Истории с дополнением» (S4) ( $0,27$ ); трудности ментализации с субтестом «Вербальная экспрессия» (S3) ( $0,22$ ) и композитной оценкой ( $0,26$ ). В то же время руминация статистически значимо коррелирует с благополучием ( $r_s = -0,29$ ;  $p < 0,05$ ); избегание – с благополучием ( $r_s = -0,37$ ;  $p < 0,05$ ), самоконтролем ( $r_s = -0,32$ ;  $p < 0,05$ ) и общим показателем эмоционального интеллекта ( $r_s = -0,31$ ;  $p < 0,05$ ).

На третьем этапе исследования мы изучали соотношение эмоциональной дисрегуляции и культурного интеллекта. В исследовании приняли участие 49 студентов второго потока.

Культурный интеллект этих студентов в целом соответствует среднему уровню ( $m = 91,56$ ). В его структуре более выражены когнитивный ( $m = 24,29$ ) и поведенческий компоненты ( $m = 24,16$ ), менее выражены – мотивационный ( $m = 23,73$ ) и метакогнитивный ( $m = 19,39$ ). Студенты полагают, что они осведомлены о культуре и обычаях других стран, а также готовы к кросс-культурному взаимодействию. В то же время студенты понимают, что имеют определенные трудности адаптации стратегий поведения к иноязычной социокультурной среде.

При анализе иерархической выраженности каждого вида культурного интеллекта (его парциальных способностей) необходимо принимать во внимание тот факт, что когнитивный и поведенческий интеллекты слабо коррелируют между собой ( $r_s = 0,27$ ;  $p < 0,05$ ). Метакогнитивный интеллект, несмотря на то, что занимает последнее ранговое место, связан на более высоком уровне значимости с мотивационным ( $r_s = 0,54$ ;  $p < 0,001$ ) и поведенческим ( $r_s = 0,58$ ;  $p < 0,001$ ) культурными интеллектами. Общий коэффициент культурного интеллекта коррелирует по мере убывания коэффициента ранговой кор-

реляции с мотивационным (0,81), поведенческим (0,80), метакогнитивным (0,79) и когнитивным (0,65) интеллектами.

Взаимосвязь между эмоциональной дисрегуляцией и культурным интеллектом обнаружена не была. Речь может идти о корреляции на уровне тенденции руминации и когнитивного интеллекта ( $r_s=0,22$ ;  $p<0,1$ ), руминации и мотивационного культурного интеллекта ( $r_s=-0,22$ ;  $p<0,1$ ). Корреляции носят бинарный характер: руминация, которая характеризуется как эмоциональная ригидность и стереотипность негативных переживаний, прямо пропорционально связана с когнитивным и обратно пропорционально – с мотивационным культурным интеллектом. Видимо, можно говорить о позитивной и негативной роли руминации в процессе познания и межличностного взаимодействия, обусловленного социокультурными нормами и стереотипами.

В результате проведенного исследования эмоциональной дисрегуляции и ее взаимосвязей с неакадемическими интеллектами было установлено следующее:

1. Белорусские студенты имеют более низкие показатели эмоциональной дисрегуляции по шкале руминации, более высокие показатели по шкале трудности ментализации и сопоставимые – по шкале избегания, по сравнению с российскими студентами. В то же время среди них чаще встречаются респонденты с эмоциональной дисрегуляцией выше среднего.
2. Взаимосвязь эмоциональной дисрегуляции и социального интеллекта обнаружена на уровне отдельных шкал: эмоциональность не способствует познанию результатов поведения, но положительно взаимосвязана с познанием классов поведения; коммуникативность студентов коррелирует с познанием систем поведения с дополнительной нагрузкой на факторы познания элементов и импликаций.
3. Эмоциональная дисрегуляция и культурный интеллект не коррелируют между собой. Однако на уровне тенденции имеет место связь руминации с отдельными шкалами культурного интеллекта, что позволяет выдвинуть предположение о ее конструктивной и деструктивной роли в процессе познания и межличностного взаимодействия.

### Литература

Беловол Е. В., Шкварило К. А., Хворова Е. М. Адаптация опросника «Шкала культурного интеллекта» К. Эрли и С. Анга на русскоязычной вы-

борке // Вестник РУДН. Сер. «Психология и педагогика». 2012. № 4. С. 5–14.

*Веккер Л. М.* Психика и реальность: единая теория психических процессов. М.: Смысл, 2000.

*Дружинин В. Н.* Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие. М.: Пер Сэ; СПб.: Иматон-М, 2001.

*Крюкова Е. А., Шестова М. А.* Эмоциональный интеллект в структуре интеллектуально-личностного потенциала человека: черта или способность? (адаптация краткой версии опросника TEIQue-SF) // Национальный психологический журнал. 2020. № 3 (39). С. 18–30.

*Лобанов А. П., Дроздова Н. В.* Практический интеллект: как и чему учить человека умелого: Учеб.-метод. пособие. Мн.: РИВШ, 2018.

*Михайлова (Алешина) Е. С.* Методика исследования социального интеллекта: Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена. СПб.: ГП «Иматон», 1996.

*Польская Н. А., Развалыева А. Ю.* Разработка опросника эмоциональной дисрегуляции // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 71–93. doi: 10.17759/cpp.2017250406

## **Родительский стресс, родительское выгорание матерей и личностные особенности детей дошкольного возраста**

*А. А. Любушина, С. С. Савеньшева*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Актуальность данной работы состоит в рассмотрении трудностей у детей, возникающих в результате испытываемого их матерями родительского стресса и родительского выгорания. Цель: выявление взаимосвязей родительского стресса, родительского выгорания и личностных особенностей детей дошкольного возраста. Выборка: 76 матерей ( $M = 35.9$  лет) и 46 детей ( $M = 5.3$  года). Методы: опросники для родителей (шкала родительского стресса, опросник уровня родительского выгорания, опросник изучения эмоционально-личностных и поведенческих особенностей детей), проективные методы («Дом. Дерево. Человек», «Несуществующее животное», тест «Лесенка») — для детей. Результаты: высокий уровень РС провоцирует появление внешних трудностей у дошкольников. Длительное переживание РС может вызывать эмоциональное истощение матерей, которое, в свою очередь, провоцирует развитие внутренних проблем у их детей.



*Ключевые слова:* родительский стресс, родительское выгорание, личностные особенности, дошкольники, родительство.

Родительский стресс (далее РС) и родительское выгорание (далее РВ) – во многом близкие по смыслу понятия. Однако РС – это стресс, связанный непосредственно с выполнением родительской роли. Он является результатом родительской оценки себя как родителя (успешного/ неуспешного), оценки ребенка и ожиданий от него (соответствующих/ несоответствующих представлениям о нем родителя) и ежедневных требований, предъявляемых к родителю, а также наличия сил для реализации процесса воспитания (Deater-Deckard, 2004). В качестве РВ рассматриваются чувства и переживания родителя, связанные с выполнением родительской роли (Ефимова, 2013). Специфика термина РВ состоит в ощущении родителем личностной несостоятельности. Ввиду этого оба феномена будут нами рассматриваться отдельно.

Исследованием феномена РС за рубежом занимаются около пятидесяти лет, тогда как в России интерес к его изучению возник сравнительно недавно (Савенышева, Заплетина, 2019). Чаще всего РС изучается во взаимосвязи со здоровьем (Neece et al., 2012; Rezendes, Scarpa, 2011), поведением (Cherry et al., 2019; Louie et al., 2017; Yeo, Teo, 2013) и темпераментом ребенка (Mackler et al., 2015), причем чаще всего исследования опираются только на результаты оценки детей матерями. Несмотря на достаточное количество зарубежных исследований, проблема связи РС и личностных особенностей детей изучена недостаточно, кроме того, сохраняется вопрос о направлении влияния этих феноменов друг на друга. В России таких исследований нет.

В то же время изучение феномена РВ началось в нашей стране в результате представления родительской роли как аналога трудовой деятельности, в которой также присутствуют свои задачи воспитания и развития детей. Отметим, что выгорание – это не просто ощущение стресса или усталости, а скорее постоянное чувство истощения с незначительными периодами эмоционального подъема. Изучение РВ в большей степени сосредоточено на трудностях родителей детей с проблемами здоровья (Кондакова, 2023).

Мы в своем исследовании рассмотрели взаимосвязь РС и РВ как с внешними (поведение ребенка, агрессия, проблемы с вниманием), так и с внутренними трудностями (тревожность, низкая самооценка, нарушенная социализация), возникающими у детей, опираясь на непосредственное взаимодействие с каждым ребенком и материнской оценкой своего ребенка. Таким образом, особая значимость нашего исследования состоит в том, что мы рассмотрели диаду «мать–

ребенок» во взаимосвязи с уровнем РС, испытываемого матерями детей дошкольного возраста.

*Цель работы* – выявление взаимосвязей между РС, РВ и личностными особенностями ребенка. Основная гипотеза: РС связан с РВ и может приводить к появлению внешних и внутренних трудностей у ребенка.

Выборку исследования составили 122 человека (76 матерей детей дошкольного возраста и 46 их детей, соответственно, данные, касающиеся диад, собраны на 46 диадах «мать–ребенок», данные, касающиеся матерей, получены на выборке 76 матерей), совместно проживающих в г. Санкт-Петербург. Средний возраст матерей – 35,9 лет (от 26 до 50 лет), детей – 5,3 лет (от 4 до 7 лет). 45% матерей являются матерями девочек. Выборка детей по полу распределилась равномерно.

Методики: опросник родительского стресса Д. Берри и В. Джонса в адаптации Ю. В. Мисиук, опросник родительского выгорания И. Н. Ефимовой, опросник изучения эмоционально-личностных и поведенческих особенностей детей Т. М. Ахенбаха (от 4 до 18 лет), проективная методика самооценки – тест «Лесенка», проективная методика «Дом. Дерево. Человек», проективная методика «Несуществующее животное», социально-биографическая анкета.

Математическая обработка данных осуществлялась с помощью программы IBM SPSS Statistics v. 25: описательный и частотный анализ, дисперсионный анализ (по фактору пола), корреляционный анализ (по Спирмену). Для построения модели путей был использован программный комплекс AMOS.

Оценка уровня РС показала, что общий уровень РС матерей нашей выборки находится на отметке ниже среднего и составляет 35,72 балла (тогда как среднему значению РС соответствует 54 балла). По четырем выделенным авторами шкалам показатели РС также не превышают средних значений, ближе к низким оценкам.

Оценка показателей шкал родительского выгорания продемонстрировала следующее: низкие значения для шкалы деперсонализации, средние значения для шкалы эмоционального истощения и средние значения, смещенные к верхним – по шкале редукции родительских достижений. Это свидетельствует о том, что ребенок представляет ценность для матерей и вызывает интерес к взаимодействию, кроме того, матери ощущают собственную компетентность.

Между тем, результаты частотного анализа уровня РС продемонстрировали, что 24% матерей отмечают перегруженность требованиями, связанными с выполнением родительской роли.

Частотный анализ РВ продемонстрировал, что 20% матерей испытывают истощенность собственных эмоциональных ресурсов, 18% недовольны собой как родителем и 7% матерей используют формальный подход к заботе о ребенке.

Проведенный анализ показателей наличия поведенческих и эмоциональных проблем у ребенка, оцениваемых матерями, продемонстрировал, что матери в большей степени обращают внимание на наличие внешних проблем у своих детей и в меньшей – на внутренние. Кроме того, матери присваивают детям определенного пола общественно значимые качества, отклонение от которых воспринимается как трудность у ребенка. Так, сложное поведение девочек вызывают большее беспокойство у матерей девочек, тогда как матери мальчиков обеспокоены тем, что не могут успокоить своих сыновей.

При анализе анкетных данных нами выявлено, что наиболее часто при оценке своих детей матери упоминали такие характеристики, как «трудности в поведении», «активность ребенка», «сложность успокоения» и «сложность концентрации внимания». В то же время статистически значимые отличия по полу демонстрируют только показатели «сложность успокоения» ребенка ( $p < 0,05$ ) и «трудности в поведении» ( $p < 0,01$ ). Более высокие оценки трудностей в поведении получены у матерей девочек, тогда как матери мальчиков имеют более высокие оценки по показателям трудностей с успокоением своих сыновей. Можно предположить, что матери мальчиков ожидают присутствие трудностей в поведении и не расценивают его как проблемное, в отличие от матерей девочек, тогда как сложности с успокоением приемлемы для девочек, но не ожидаются у мальчиков.

С помощью анализа показателей проективных методов выявлены склонность дошкольников к тревожности, трудностям в общении, средний уровень самооценки и ниже среднего – враждебности и агрессии. Статистически значимые различия по полу обнаружены для трудностей в общении, больше выраженных у мальчиков, и уровня самооценки, адекватной у девочек и завышенной у мальчиков, что свойственно детям дошкольного возраста.

В результате корреляционного анализа изучаемых показателей РС и РВ наблюдаются связи шкал эмоционального истощения и редукации родительских достижений (РРД) со всеми субшкалами РС на высоком уровне значимости ( $p < 0,01$ ). Это свидетельствует о прямой зависимости РС и эмоционального истощения и обратной – между РС и РРД. Таким образом, при отсутствии позитива от исполнения родительской роли (высоком уровне РС) наблюдается снижение мате-

ринской заботы о своих детях и возникает чувство собственной некомпетентности.

На основании корреляционного анализа показателей стресса (РС и РВ) с личностными особенностями дошкольников можно заключить, что в большей степени общий показатель РС и эмоциональное истощение родителей положительно связаны с одними и теми же личностными особенностями детей (повышенная тревожность, невнимательность, наличие внутренних и внешних проблем, нарушение социализации, агрессия) и только снижение чувства компетентности родителя связано с проблемами мышления ребенка.

Корреляционный анализ личностных особенностей по проективным методам выявил только две значимые корреляции: ощущение матерью собственной некомпетентности связано с низкой самооценкой ребенка, а ощущение матерью истощенности собственных ресурсов связано с трудностями в общении у детей.

Также можно отметить, что большая частота связей наблюдается между внешними проблемами детей и эмоциональным истощением матерей.

Исходя из полученных данных, нами была построена теоретико-эмпирическая модель, предполагающая, что повышение уровня РС приводит к эмоциональному истощению матерей. В свою очередь, высокий уровень РС и эмоционального истощения оказывает влияние на возникновение внешних и внутренних проблем у детей.

Проверка данной модели с помощью программного комплекса моделей путей AMOS выявила отсутствие связей между РС матерей и наличием внутренних проблем у детей, обнаружив при этом, что высокий уровень РС приводит к усилению внешних трудностей у детей (агрессии). Кроме того, длительный РС приводит к эмоциональному истощению матерей, которое, в свою очередь, воздействует на ребенка в виде появления внутренних трудностей (замкнутость, тревожность, нарушенная социализация, соматика).

Опираясь на результаты нашего исследования, можно заключить, что гипотеза частично подтвердилась. Достижение матерью высокого уровня родительского стресса действительно способно провоцировать у ребенка появление агрессии и поведенческих трудностей (внешних проблем). Кроме того, длительное пребывание матери в состоянии РС в определенный момент способно привести к истощению ее собственных эмоциональных ресурсов. В результате чего отсутствие в жизни ребенка полноценно вовлеченной матери может способствовать появлению у него трудностей, связанных с замкнутостью, нарушением коммуникации, усилением тревоги, вплоть до соматических заболе-

ваний. Таким образом, появление внутренних трудностей у ребенка есть результат не высокого уровня родительского стресса, а уже эмоционального истощения матери.

### Литература

- Ефимова И. Н.* Возможности исследования родительского «выгорания» // Вестник МГОУ. Сер. «Психологические науки». 2013. № 4. Раздел 2. С. 31–40.
- Кондакова А. П., Николаева Г. Е., Максимова Л. М.* Родительское отношение и проявление родительского выгорания в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ // Обзор педагогических исследований. 2023. Т. 5. № 2. С. 17–22.
- Савеньшова С. С., Заплетина О. О.* Родительский стресс матерей детей раннего и дошкольного возраста: роль социально-демографических факторов // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7. № 6. С. 53.
- Cherry K. E., Gerstein E. D., Ciciolla L.* Parenting stress and children's behavior: Transactional models during early head start // Journal of Family Psychology. 2019. V. 33 (8). P. 916–926.
- Deater-Deckard K.* Parenting stress. Yale University Press, 2004.
- Louie A. D., Cromer L. D., Berry J. O.* Assessing parenting stress: Review of the use and interpretation of the Parental Stress Scale // The Family Journal. 2017. V. 25. P. 359–367
- Mackler J. S., Kelleher R. T., Shanahan L., Calkins S. D., Keane S. P., O'Brien M.* Parenting stress, parental reactions, and Externalizing behavior from ages 4 to 10 // Journal of Marriage and Family. 2015. V. 77. P. 388–406.
- Neece C. L., Green S. A., Baker B. L.* Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time // American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities 2012. V. 117 (1). P. 48–66. doi: 10.1352/1944-7558-117.1.48
- Rezendes D. L., Scarpa A.* Associations between parental anxiety: Depression and child behavior problems related to autism spectrum disorders: The roles of parenting stress and parenting self-efficacy // Autism Research and Treatment. 2011. V. 2011. P. 395190. doi: 10.1155/2011/395190
- Yeo K. J., Teo S. L.* Child behavior and parenting stress between employed mothers and at home mothers of preschool children // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2013. V. 90. P. 895–903.

## Переживание одиночества и предпочитаемые копинг-стратегии в период ранней взрослости\*

*И. Р. Муртазина, К. М. Крупина*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Работа посвящена изучению наличия и характера взаимосвязей между параметрами переживания одиночества и предпочитаемыми копинг-стратегиями в период ранней взрослости. Выборка составила 182 человека. Средний возраст респондентов — 20,75 лет ( $SD = 2,01$ ). В рамках данного исследования нами было выдвинуто предположение о том, что возможные разные типы отношения к одиночеству могут быть по-разному связаны с предпочитаемыми копинг-стратегиями. В исследовании использовались дифференциальный опросник переживания одиночества (Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев), копинг-тест Р. Лазаруса, анкета, включающая социально-демографические характеристики, а также открытые вопросы. В результате исследования нами были выделены четыре группы респондентов в зависимости от параметров переживания и отношения к одиночеству, а также рассмотрены предпочитаемые стратегии совладающего поведения в выделенных группах. Показано, что отношение к одиночеству может носить различный характер, а способы совладания с одиночеством связаны с этим отношением.

*Ключевые слова:* одиночество, переживание одиночества, зависимость от общения, позитивное одиночество, копинг-стратегии, ранняя взрослость.

Одиночество является одним из наиболее распространенных явлений в современном обществе. Оно представляет собой сложную фундаментальную проблему существования человека, требующую своего решения на протяжении всей его жизни. При этом отсутствует единство мнений относительно содержательного наполнения понятия «одиночество».

В общем плане одиночество можно определить как «переживание собственной невовлеченности в связи с другими людьми» (Осин, Леонтьев, 2016, с. 4). Д. А. Леонтьев также обращает внимание на то, что одиночество, являясь конструктом многомерным, может быть как добровольным, так и вынужденным (Леонтьев, 2011).

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект № 23-28-00841 «Особенности переживания одиночества и способы совладания с ним в период взрослости». URL: <https://rscf.ru/project/23-28-00841>.

Обзор современной литературы по проблеме одиночества показывает, что большинство исследований акцентирует внимание на негативных аспектах одиночества; одиночество рассматривается как проблема; связывается с депрессией, снижением когнитивных функций (Сасиорро, Сасиорро, 2014), плохим качеством сна (Hawkley, Сасиорро, 2010), риском развития болезни Альцгеймера (Wilson et al., 2007), смертностью (Holt-Lunstad et al., 2015). Однако современная жизнь такова, что люди все чаще начинают выбирать одиночество как образ жизни, что порождает интерес к изучению ресурсного аспекта данного феномена.

Одиночество может переживаться каждым человеком по-разному, в зависимости от представлений человека о нем, его отношения к нему, жизненного опыта, имеющихся ресурсов, конкретной жизненной ситуации и отношения к ней. Кроме того, каждый сам определяет помогающие ему снизить переживание одиночества способы совладания.

По мнению ученых, данные о взаимосвязи и влиянии копинг-стратегий на одиночество являются довольно противоречивыми (Deckx et al., 2018). Одни исследования демонстрируют снижение уровня одиночества посредством копинг-стратегий, другие подобного эффекта не обнаруживают. В отечественной психологии исследований, направленных на изучение связи поведенческих стратегий с отношением к одиночеству и его переживанием довольно мало, что и обусловило цель нашего исследования.

Для изучения содержательных аспектов понимания понятия «одиночество» респондентами нами использовались открытые вопросы; демографическая анкета; дифференциальный опросник переживания одиночества (Осин, Леонтьев, 2016); опросник копинг-стратегий Р. Лазаруса (адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк) (Крюкова, Куфтяк, 2007).

Основным методом обработки данных, полученных с помощью открытых вопросов, явился контент-анализ. Кроме того, нами использовались кластерный, сравнительный и регрессионный анализы.

Выборка исследования включила в себя 182 человека (142 женщины и 40 мужчин), которые были разделены с помощью кластерного анализа на четыре группы в зависимости от особенностей переживания одиночества. Средний возраст респондентов – 20,75 лет ( $SD = 2,01$ ).

## **Результаты**

На начальном этапе мы предприняли попытку выделить с помощью кластерного анализа (метод *k*-средних) отдельные группы в рамках всей выборки, характеризующиеся различными параметрами пере-

живания одиночества: общее переживание одиночества, зависимость от общения, позитивное одиночество. В результате нами было получено четыре группы:

- 1) в первую группу вошли респонденты с высокими показателями по шкалам общего переживания одиночества и зависимости от общения, а также низкими по шкале позитивного одиночества (N = 25);
- 2) во вторую группу вошли респонденты с низкими показателями по шкалам общего переживания одиночества и зависимости от общения, а также с высокими значениями по шкале позитивного одиночества (N = 66);
- 3) в третью группу вошли респонденты, характеризующиеся низкими показателями по шкале общего переживания одиночества, высокими показателями по шкале зависимости от общения и низкими показателями по шкале позитивного одиночества (N = 60);
- 4) в четвертую группу вошли респонденты, набравшие высокий балл по шкале общего переживания одиночества, средний балл по шкале зависимости от общения (ближе к нижней границе) и высокий балл по шкале позитивного одиночества (N = 31).

Анализируя показатели субшкал четырех представленных групп, а также ответы респондентов на открытые вопросы, стоит отметить, что первая группа представляет собой молодых людей, остро переживающих одиночество, испытывающих негативные чувства, связанные с пребыванием в одиночестве, негативно оценивающих его как феномен, испытывающих потребность в компании, наряду с неприятием одиночества, неспособностью видеть его ресурсность и отсутствием положительных эмоций в связи с ним. Данную группу мы обозначим как людей, не принимающих одиночество.

Вторая группа респондентов характеризуется позитивным отношением к одиночеству, его принятием, способностью обнаруживать позитивный ресурс в уединении при отсутствии болезненного переживания одиночества и при наличии спокойного, толерантного отношения к одиночеству и уединению. Иными словами, это те люди, которые, вероятно, принимают одиночество, демонстрируют позитивное отношение к ситуациям уединения. Их мы условно обозначим как принимающих одиночество.

Представители третьей группы характеризуются зависимостью от общения, негативными представлениями об одиночестве, склонностью искать общение любой ценой, чтобы избежать уединения, при этом респонденты не склонны видеть позитивные аспекты одно-



чества и уединения, однако показатели актуального переживания одиночества у представителей данной группы низкие. Вслед за Е. Н. Осиным и Д. А. Леонтьевым назовем эту группу хорошо адаптированными (Осин, Леонтьев, 2016).

В четвертую группу вошли респонденты, в целом принимающие одиночество, способные видеть ресурсную составляющую данного состояния, но при этом остро переживающие актуальное одиночество. Можно предположить, что в данную группу вошли респонденты, переживающие кризис (там же).

Далее нами был проведен анализ данных по стратегиям совладающего поведения в выделенных группах. Сравнительный анализ данных выявил специфику использования стратегий в зависимости от группы (в связи с разным отношением к одиночеству). Так, было показано отсутствие различий по использованию таких стратегий, как «дистанцирование», «принятие ответственности», «бегство—избегание», «самоконтроль». Учитывая данные сравнительного анализа, можно отметить следующие особенности: респонденты первого кластера, в отличие от представителей второго, реже используют стратегии «планирование решения проблемы» ( $p=0,000$ ), «поиск социальной поддержки» ( $p=0,018$ ) и «позитивная переоценка» ( $p=0,000$ ); также респонденты первого кластера, в отличие от представителей третьего кластера, реже используют стратегии «планирование решения проблем» ( $p=0,004$ ), «поиск социальной поддержки» ( $p=0,009$ ) и «позитивная переоценка» ( $p=0,001$ ); представители второго кластера чаще, чем респонденты четвертого кластера, обращаются к стратегиям «конфронтация» ( $p=0,031$ ), «позитивная переоценка» ( $p=0,008$ ), «поиск социальной поддержки» ( $p=0,000$ ) и «планирование решения проблемы» ( $p=0,003$ ). Респонденты третьего кластера, как и представители второго кластера, активнее используют стратегии «конфронтация» ( $p=0,033$ ), «планирование решения проблемы» ( $p=0,023$ ) и «поиск социальной поддержки» ( $p=0,000$ ), по сравнению с участниками четвертого кластера.

Для выявления особенностей взаимосвязи совладающего поведения и параметров одиночества в зависимости от типа изучаемого феномена был проведен множественный регрессионный анализ с применением пошагового метода.

Результаты регрессионного анализа показали особенности совладающего поведения в зависимости от параметров переживания и отношения к одиночеству. Так, предикторами общего переживания одиночества по выборке в целом выступили такие копинг-стратегии, как «поиск социальной поддержки» ( $R^2=0,291$ ;  $B=-0,828$ ;  $\beta=-0,338$ ;

$p \leq 0,000$ ), «планирование решения проблемы» ( $R^2=0,291$ ;  $B=-0,875$ ;  $\beta=-0,336$ ;  $p \leq 0,000$ ) и «принятие ответственности» ( $R^2=0,291$ ;  $B=1,060$ ;  $\beta=0,287$ ;  $p \leq 0,000$ ); предикторами позитивного одиночества выступили «позитивная переоценка» ( $R^2=0,059$ ;  $B=0,290$ ;  $\beta=0,224$ ;  $p \leq 0,003$ ) и «дистанцирование» ( $R^2=0,059$ ;  $B=0,207$ ;  $\beta=-0,152$ ;  $p \leq 0,041$ ).

Результаты регрессионного анализа по группам показали следующее.

В первой группе предикторами общего переживания одиночества выступили «самоконтроль» ( $R^2=0,404$ ;  $B=0,989$ ;  $\beta=0,472$ ;  $p \leq 0,009$ ) и «конфронтация» ( $R^2=0,404$ ;  $B=0,778$ ;  $\beta=0,419$ ;  $p \leq 0,018$ ). При этом не были выявлены связи копинг-стратегий с зависимостью от общения и с позитивным одиночеством. Иными словами, выраженный самоконтроль и конфронтация способны усиливать общее переживание одиночества в группе молодых людей, не принимающих одиночество.

Во второй группе «планирование решения проблемы» выступает предиктором общего переживания одиночества ( $R^2=0,093$ ;  $B=-0,366$ ;  $\beta=-0,304$ ;  $p \leq 0,013$ ), снижая его выраженность; предиктором зависимости от общения выступила «конфронтация» ( $R^2=0,075$ ;  $B=0,395$ ;  $\beta=0,274$ ;  $p \leq 0,026$ ); активное использование стратегий «позитивная переоценка» ( $R^2=0,214$ ;  $B=0,417$ ;  $\beta=0,472$ ;  $p \leq 0,000$ ) и «поиск социальной поддержки» ( $R^2=0,214$ ;  $B=-0,269$ ;  $\beta=-0,296$ ;  $p \leq 0,016$ ) опосредствуют позитивное одиночество.

В третьем кластере стратегия «планирование решения проблем» ( $R^2=0,228$ ;  $B=-0,660$ ;  $\beta=-0,475$ ;  $p \leq 0,000$ ) совместно со стратегией «бегство-избегание» ( $R^2=0,228$ ;  $B=0,319$ ;  $\beta=0,304$ ;  $p \leq 0,016$ ) выступают предикторами общего переживания одиночества. Таким образом, отрицание проблемы и отсутствие целенаправленного анализа ситуации, возможных вариантов поведения могут усиливать актуальное переживание одиночества. Предиктором зависимости от общения выступает «дистанцирование» ( $R^2=0,080$ ;  $B=0,491$ ;  $\beta=0,283$ ;  $p \leq 0,029$ ), т. е. активное использование стратегии «дистанцирование» способно усиливать неприятие одиночества. В свою очередь отрицание проблемы и фантазирование в третьем кластере может способствовать принятию одиночества как ресурса ( $R^2=0,068$ ;  $B=0,244$ ;  $\beta=0,261$ ;  $p \leq 0,044$ ).

В четвертом кластере не было выявлено связей между копинг-стратегиями и такими параметрами переживания одиночества, как общее переживание одиночества и зависимость от общения. Предиктором позитивного одиночества выступила стратегия «дистанцирование» ( $R^2=0,361$ ;  $B=-0,567$ ;  $\beta=0,601$ ;  $p \leq 0,000$ ), активное использование которой может снижать способность человека видеть ресурсность ситу-

аций одиночества и уединения, а также уменьшать позитивные эмоции человека, связанные с уединением.

Таким образом, в результате проведенного исследования были выделены четыре группы молодых людей, характеризующихся разным отношением и спецификой переживания одиночества, отличающихся по уровню выраженности отдельных параметров одиночества и их взаимосвязей с копинг-стратегиями. Выявлено также, что представители кластеров, для которых характерен более низкий уровень переживания одиночества, чаще предпочитают проблемно-ориентированные копинг-стратегии.

### Литература

- Крюкова Т. Л., Куфтяк Е. В.* Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.
- Леонтьев Д. А.* Экзистенциальный смысл одиночества // Экзистенциальная традиция: Философия, психология, психотерапия. 2011. № 2 (19). С. 101–108.
- Осин Е. Н., Леонтьев Д. А.* Дифференциальный опросник переживания одиночества (ДОПО). М.: Смысл, 2016.
- Cacioppo J. T., Cacioppo S.* Older adults reporting social isolation or loneliness show poorer cognitive function 4 years later // Evidence-Based Nursing. 2014. V. 17 (2). P. 59–60. doi: 10.1136/eb-2013-101379
- Deckx L., Akker van den M., Buntinx F., Driel van M.* A systematic literature review on the association between loneliness and coping strategies // Psychology, Health & Medicine. 2018. V. 23 (8). P. 899–916. doi: 10.1080/13548506.2018.1446096
- Hawkey L. C., Cacioppo J. T.* Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms // Annals of Behavioral Medicine. 2010. V. 40. № 2. doi: 10.1007/s12160-010-9210-8.
- Holt-Lunstad J., Smith T. B., Baker M., Harris T., Stephenson D.* Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review // Perspectives on Psychological Science. 2015. V. 10 (2). P. 227–237. doi: 10.1177/1745691614568352
- Wilson R. S., Krueger K. R., Arnold S. E., Schneider J. A., Kelly J. F., Barnes L. L., Tang Y., Bennett D. A.* Loneliness and risk of alzheimer disease // Archives of General Psychiatry. 2007. V. 64. P. 234–240.

## **Личность в ситуации ненормативного кризиса, обусловленного тяжелой болезнью: интравертная/экстравертная направленность\***

*Д. А. Никитина*

Институт психологии РАН, Москва

Актуальность поиска комплексных интенций в совладании со стрессом, специфицирующихся в связи с возрастом, ситуацией переживаемого угрожающего жизни заболевания, не вызывает сомнений и продиктована современными запросами науки и практики. Несмотря на достаточно высокую популярность данной темы, по-прежнему наименее изученным остается вопрос о том, каким образом направленность личности способствует преодолению психической травмы, возникающей вследствие ненормативного кризиса. На выборке пациентов с диагнозами «менингиома» и «цереброваскулярное заболевание» была верифицирована гипотеза о том, что активность субъекта, способствующая преодолению тяжелых эмоциональных переживаний, специфицируется в соответствии с возрастом человека, особенностями ситуации угрожающего жизни заболевания и выражается в разной направленности личности — экстернальности/интернальности.

*Ключевые слова:* посттравматический стресс, ненормативный кризис, угрожающее жизни заболевание, менингиома, цереброваскулярное заболевание, ресурсы совладания.

В своих работах Л. И. Анцыферова писала о личности как о сложном, иерархически организованном субъекте, который развивается диахронически и представляется относительно самостоятельным, активным компонентом более широких систем. Она выделяла специфику характера отношений между компонентами личностной структуры и их разнообразие, указывая на то, что это позволяет личности быть пластичной и адаптироваться к различным жизненным ситуациям, включая экстремальные условия среды (Анцыферова, 1982, 2004).

Поскольку адаптация сопряжена с фактором преодоления, для ее изучения важным оказывается поиск путей точечной дифференциации стрессоров. Одним из критериев, позволяющих специфицировать психотравмирующие факторы, может выступать частота столкновения человека со стрессом, которая оказывается тесно связанной с другим

\* Исследование выполнено в соответствии с Государственным заданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

критерием – интенсивностью стрессового воздействия. Существуют жизненные обстоятельства, которые с высокой вероятностью вписаны в жизненный путь личности, другие же встречаются реже. К первым обычно относят повседневные стрессоры, связанные с различными периодами жизни и возрастными изменениями, а ко вторым – стрессоры высокого уровня интенсивности. Несмотря на разницу в частоте переживания повседневного и травматического стресса, каждый человек на своем жизненном пути сталкивается с ними. В статичности невозможно развитие личности как субъекта, поэтому переживание подобных событий способствует актуализации внутренних стремлений человека к Акме, которые не исключают первоначального видимого регресса (Анцыферова, 1994, 2006). Повседневные стрессоры помогают человеку формировать ситуативное адаптивное поведение и менее связаны с весомыми личностными изменениями. Стрессоры высокого уровня интенсивности потенциально способствуют возникновению комплексных изменений. Эти изменения, несмотря на разрушительный характер, действует не хаотично, а следовательно, не оторваны от системы ресурса и в этом смысле многими учеными рассматриваются в контексте посттравматического роста.

По мнению Л. И. Анцыферовой, человек способен адаптироваться к различным жизненным ситуациям, в том числе к экстремальным условиям среды, что предполагает «выход» за пределы стрессовой ситуации и своих возможностей, который по-разному реализуется в связи с возрастом человека и выражается в особенностях направленности его личности. В ситуации угрожающего жизни заболевания человек наиболее явно чувствует потребность в этом преодолении, так как переживает последствия стрессора не только на эмоциональном уровне, но и на телесном (Харламенкова и др., 2021).

*Целью* исследования стало выделение комплексных интенций в совладании со стрессом, специфицирующихся в связи с возрастом, ситуацией переживаемого угрожающего жизни заболевания и выражающихся в направленности личности.

*Гипотеза* исследования заключалась в предположении о том, что активность субъекта, способствующая преодолению тяжелых эмоциональных переживаний, специфицируется в соответствии с возрастом человека, особенностями ситуации угрожающего жизни заболевания и выражается в разной направленности личности – экстернальности/интернальности.

Перед началом исследования респондентам было предложено подписать информированное согласие. Всего к участию в исследовании было привлечено 125 человек (84 женщины и 41 мужчина), из них 64 человека, имеющих диагноз «доброкачественная менингиома» (от 30

до 70 лет,  $M = 54$ ,  $SD = 10.3$ ), 61 человек с цереброваскулярными заболеваниями: субарахноидальное кровоизлияние, внутримозговое кровоизлияние, нетравматические кровоизлияния, инфаркт головного мозга, неуточненный инсульт (от 31 до 69 лет,  $M = 57$ ,  $SD = 9$ ). Основной критерий отбора – отсутствие клинически значимого когнитивного дефицита и психотических расстройств (осуществлялся группой психиатров, нейропсихологов учреждения, где проходил сбор данных). Базами исследования выступили Национальный медицинский исследовательский центр нейрохирургии имени акад. Н. Н. Бурденко и Московский научно-практический центр медицинской реабилитации, восстановительной и спортивной медицины ДЗМ, филиал № 3 (сбор данных осуществлен совместно с магистранткой ФГБОУ ГАУГН В. А. Федоровой, рук. Н. Е. Харламенкова).

Были использованы следующие методики: ШОВТС (Impact of Event Scale, IES-R) (Тарабрина, 2001); Фрайбургский многофакторный личностный опросник (Freiburg Personality Inventory, FPI) (Крылов, Куликов, 1995); Шкала базисных убеждений (World assumptions scale, WAS) (Падун, Котельникова, 2008). Статистическая обработка данных включала анализ медиан ( $M$ ) и  $U$ -критерия Манна–Уитни  $p < 0,05$ .

Респонденты были разделены на группы с учетом возраста и уровня ПТС (на основе анализа медианного значения Интегрального показателя психической травматизации методики ШОВТС: средний возраст –  $Me_1 = 9$ ,  $Me_2 = 23$  и старший возраст –  $M_1 = 12$ ,  $M_2 = 26$  (респонденты, имеющие цереброваскулярное заболевание ( $M_1$ ) и менингиому ( $M_2$ ), соответственно)).

При цереброваскулярном заболевании для людей среднего возраста в совладании со стрессом важна эмоциональная устойчивость, которая выражается в том, что человек не проявляет склонность к аффективному реагированию («Раздражительность», методика FPI:  $M = 4$  низкий ПТС и  $M = 7$  высокий ПТС,  $U = 31$  при  $p = 0,019$ ). Мы полагаем, что проявление терпимости в этом возрасте на фоне имеющихся физических ограничений помогает личности справляться со стигматизацией и самостигматизацией в ситуации данной болезни при опоре на внутренний ресурс. В старшем возрасте актуальным выступает поддержание психоэмоционального спокойствия («Уравновешенность», методика FPI:  $M = 8$  низкий ПТС и  $M = 5,5$  высокий ПТС,  $U = 102$  при  $p = 0,03$ ) и слабая склонность к проявлению и переживанию эмоций, связанных с агрессией, которые могут возникать как ненамеренно («Спонтанная агрессивность», методика FPI:  $M = 3$  низкий ПТС и  $M = 5$  высокий ПТС,  $U = 75$  при  $p = 0,003$ ), так и намеренно под действием субъективно значимых негативных стимулов («Ре-

активная агрессивность», методика FPI:  $M = 5$  низкий ПТС и  $M = 6,5$  высокий ПТС,  $U = 88$  при  $p = 0,012$ ). С тревогой в этом возрасте также помогает справляться убежденность личности в доброжелательности окружающего мира («Доброжелательность окружающего мира», методика WAS:  $M = 36$  низкий ПТС и  $M = 32$  высокий ПТС,  $U = 59,5$  при  $p = 0,0007$ ). По всей видимости, в старшем возрасте при переживании цереброваскулярного заболевания умение субъекта избирательно откликаться на предлагаемые внешние варианты помощи способствует урегулированию эмоциональных переживаний по поводу нарушения суверенности личностных границ, которые нередко выражаются мотивированными/немотивированными вспышками агрессии.

По данным межгруппового сравнения убежденность личности в ценности и значимости своего Я наиболее явно проявляется как ресурс у респондентов среднего возраста, в сравнении с респондентами старшего возраста («Образ Я», методика WAS:  $M = 32$  средний ПТС и  $M = 28$  старший ПТС,  $U = 69,5$  при  $p = 0,04$ ). Полученный результат согласуется с ранее представленными данными и позволяет до некоторой степени понять специфику механизмов совладающего поведения, актуализируемых субъектом в разном возрасте при переживании ситуации цереброваскулярного заболевания. Особенность эта заключается в том, что в старшем возрасте в совладании со стрессом человек более ориентирован на поиск и принятие внешних источников поддержки, а в среднем – на актуализацию и поддержание внутреннего ресурса.

Для людей, имеющих менингиому, в среднем возрасте при совладании со стрессом важна социальная смелость («Застенчивость», методика FPI:  $M = 5$  низкий ПТС и  $M = 7$  высокий ПТС,  $U = 65$  при  $p = 0,002$ ) и убеждение о доступности вариативного контроля происходящих событий («Убеждения о контроле», методика WAS:  $M = 29$  низкий ПТС и  $M = 25,5$  высокий ПТС,  $U = 95$  при  $p = 0,03$ ). В среднем возрасте поддержание ощущения включенности в ритм жизни общества, несмотря на болезнь, способствует преодолению признаков психотравматизации в связи с тем, что это, вероятно, снижает страх появления когнитивных дисфункций, тревогу неприятия референтной группой. В старшем возрасте ресурсом выступает умение человека справиться с эмоциональным беспокойством, переключаться с темы болезни на другие повседневные задачи, проявлять самостоятельность («Невротичность», методика FPI:  $M = 4,5$  низкий ПТС и  $M = 8$  высокий ПТС,  $U = 32,5$  при  $p = 0,002$ ). Поддержание самоуважения для людей этого возраста препятствует избыточному, эмоционально истощающему погружению человека в ситуацию тяжелой болезни, обусловлен-

ную опухолевым заболеванием, нередко субъективно воспринимаемую как несущую риск развития злокачественного новообразования.

Анализ межгруппового сравнения показал, что при низком уровне ПТС пациенты, имеющие менингиому, в среднем возрасте более склонны к экстраверсии, а в старшем – к интроверсии («Экстраверсия–интроверсия», методика FPI:  $M = 45$  средний ПТС и  $M = 35$  старший ПТС,  $U = 48,5$  при  $p = 0,002$ ). По всей видимости, выход за пределы ситуации заболевания, связанной с менингиомой, в старшем возрасте включает интернальную установку (поиск внутреннего ресурса при поддержании автономии), в среднем – экстернальную (открытость к социальной поддержке и готовность принять ее).

Таким образом, в исследовании выявлено, что пациенты при менингиоме, в сравнении с пациентами при цереброваскулярном заболевании, в зависимости от возраста по-разному проявляют склонность к экстернальности/интернальности в борьбе с психологическими последствиями тяжелого заболевания. Анализ данных позволил установить, что в ситуации цереброваскулярного заболевания пациентам среднего возраста в совладании с симптомами стресса способствует интернальность (внутренним ресурсом выступает ценность и значимость собственного Я, терпимость), старшего – экстернальность (поиск и принятие внешних источников поддержки, включая позитивное их восприятие, подавление немотивированной агрессии); при менингиоме для пациентов среднего возраста важна экстернальная установка (включенность в ритм жизни общества, готовность к принятию социальной поддержки, уверенность в себе и доступных возможностях, социальная смелость), старшего – интернальная (поддержание самоуважения, суверенности личностных границ, реализация контроля за эмоционально истощающим погружением в ситуацию болезни).

### Литература

- Анциферова Л. И.* Системный подход к изучению формирования и развития личности // Проблемы психологии личности. М.: Наука, 1982. С. 140–147.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Анциферова Л. И.* Глава 13. Человек перед лицом жизни и смерти // Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. С. 251–262.



- Крылов А. А., Куликов Л. В.* Опыт применения Фрайбургского личностного опросника в диагностике психических состояний // Теоретические и прикладные вопросы психологии. 1995. № 1. С. 5–12.
- Падун М. А., Котельникова А. В.* Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман // Психологический журнал. 2008. Т. 29. № 4. С. 98–106.
- Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб: Питер, 2001.
- Харламенкова Н. Е., Зайцев О. С., Никитина Д. А., Копосова А. Н.* Тяжелая болезнь как экзистенциальная проблема // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 6. С. 70–82. doi: 10.31857/S020595920017739-8

## **Проблема полипрофессионального развития современной молодежи**

*Н. Н. Пачина, А. А. Перфилова*

Липецкий государственный технический университет, Липецк

В статье подчеркивается актуальность исследования полипрофессионального развития в связи с освоением молодежью определенного набора профессиональных деятельностей. В исследовании рассмотрено понятие полипрофессионализма, его видовой состав, представленный моделью Гражданникова–Холюшкина. Даны определения полипрофессионального развития и полипрофессиональной подготовки. Определены модели полипрофессионального развития. На основе теории множественного интеллекта раскрыты основные направления профориентационной работы. Дана характеристика классификации интеллекта по Г. Гарднеру, которая может служить основой для формирования полипрофессиональной компетентности. Обогащение принципа развития в исследованиях Л. И. Анцыферовой в методологическом единстве с полипрофессиональными принципами позволяет обеспечить системные позитивные изменения в полипрофессиональной сфере.

*Ключевые слова:* полипрофессионализм, профориентация, множественный интеллект, целостный подход, принцип развития.

Востребованность продуктивных специалистов, владеющих несколькими видами профессиональной деятельности, как никогда возросла в настоящее время. Разнообразие профессиональных видов деятельности обосновывает необходимость использования полипрофессио-

нального подхода в системе образования. Целью работы является исследование полипрофессионального развития молодежи с позиции теории множественного интеллекта. Задачи: 1) рассмотреть понятие полипрофессионализма и его видовой состав; 2) раскрыть особенности применения теории множественного интеллекта в процессе полипрофессиональной подготовки.

Полипрофессионализм подразумевает под собой гармоничное взаимодействие профессиональных областей деятельности. Видовое разнообразие полипрофессионализма исследовала Н. Е. Казакова (Казакова, 2002). Полипрофессионализм подразделяется на несколько видов: эклектический, творческий, нетворческий, антагонистический, внутридисциплинарный, междисциплинарный, взаимодействующий. Данные виды представлены в модели Гражданникова–Холюшкина и расположены на пяти различных ярусах (Верниенко, 2014). Первый ярус включает в себя диадные понятия. На данном ярусе расположены такие виды полипрофессионализма, как внутридисциплинарный, который предполагает достижения в различных отраслях одной области деятельности, и междисциплинарный, который предполагает достижения в различных областях деятельности. Второй ярус несет в себе триадные понятия и включает в себя взаимодействующий полипрофессионализм – гармоничное взаимодействие в различных областях деятельности, которые являются равными друг другу, а их освоение направлено на достижение высокого конечного результата; антагонистический полипрофессионализм – освоенные области остро конкурируют друг с другом, а достижение высоких результатов в одной из них происходит за счет подавления другой; эклектический полипрофессионализм – осваиваемые навыки параллельны друг другу и не влияют на получаемые результаты; их освоение носит бессистемный характер. Третий ярус представлен диодно-триадной группой понятий, которая включает в себя такие виды, как внутридисциплинарный взаимодействующий, внутридисциплинарный антагонистический, внутридисциплинарный эклектический, междисциплинарный взаимодействующий, междисциплинарный антагонистический, междисциплинарный эклектический. Четвертый ярус представляет собой альтернативно-тождественные понятия. Здесь речь идет о творческом и нетворческом полипрофессионализме. Творческий полипрофессионализм – деятельность, направленная на непрерывное освоение ради высокого конечного результата. В нетворческом полипрофессионализме результаты деятельности носят репродуктивный характер. Пятый ярус включает пентадные понятия и вмещает в себя предыдущие четыре яруса.

Н. Н. Пачина определила полипрофессионализм как функциональную систему взаимодействия подсистем – профессиональных деятельностей, обеспечивающих достижение вершинных результатов.

Вслед за этим автор дает определение полипрофессиональной подготовке как процессу многоуровневого взаимодействия обучающихся и обучающихся с целью овладения вершинами различных профессиональных деятельностей. Замечательным является то, что полипрофессиональная подготовка связана с траекторией достижения акме-вершин полипрофессионального развития.

Полипрофессиональное развитие, по Н. Н. Пачиной, представляет собой процесс качественных изменений, актуализирующих интегративные новообразования в системах профессиональных деятельностей (Пачина, 2014). Типология акме-вершин связана с особенностями той или иной акмеологической модели. Вершинная модель позволяет реализовать человеческий потенциал в следующих направлениях: профессионал-энциклопедист, профессионал-проблемник, профессионал-технолог, собственно полипрофессионал (подробнее см.: Пачина, 2021).

Выбор одной или нескольких моделей, определение индивидуально-профессиональной траектории развития связаны с планомерной профориентационной работой, в которой выделяется несколько направлений: профдиагностика, профагитация, профпросвещение, профинформация. При этом важной для молодежи является первичная профориентация, осуществляемая педагогами. Чаще всего при профессиональной ориентации делается упор на одну профессиональную деятельность и, в соответствии с этим, на развитие одного блока сильных качеств и игнорирование других. Рассмотрим решение проблемы полипрофессионального развития с точки зрения теории множественного интеллекта.

Существует несколько типов интеллекта. Музыкальный интеллект – усвоение информации на слух, через чувство ритма; позволяет быстро овладевать игрой на музыкальных инструментах и сочинением мелодий. Вербальный интеллект – усвоение информации через текст; преимуществом является легкое освоение языков. Межличностный интеллект – работа в команде и высокий уровень эмпатии. Телесно-кинестический интеллект – координация и ритм; в этом случае важны телесные контакты и окружающая обстановка. Визуально-пространственный интеллект – отличное воображение; информация хорошо воспринимается через картинки. Логико-математический интеллект – анализ и обработка информации, восприятие в таблицах и графиках. Внутриличностный или экзистенциальный

интеллект — анализ собственных чувств, чему способствует индивидуальная работа. Натуралистический интеллект — способность понимать природу; способствует развитию исследований и экспериментов.

У каждого человека, согласно теории множественного интеллекта, хорошо развиты несколько ведущих типов интеллекта, но есть те, которые развиты слабее других. Нередко молодежь плохо показывает себя в тех школьных предметах, для которых определен тип интеллекта недостаточно развит. Принципиально важное значение имеет тот факт, что любой интеллект может быть развит в процессе обучения.

Теория Г. Гарднера поддерживает целостный подход к обучению, позволяющий задействовать оба полушария мозга во время обучения (Гарднер, 2007). Сторонники целостного подхода негативно настроены по отношению к школьным программам, направленным только на развитие логико-математического интеллекта. Придается большое значение использованию художественной деятельности при освоении всех предметов (Трофимова, 2007). Данная теория хорошо вписывается в реализацию в образовательной системе принципов полипрофессионального подхода, где существует возможность развития различных видов интеллекта и вслед за этим определенных видов профессиональной деятельности, что в конечном итоге ведет к освоению полипрофессиональной компетентности.

Принцип развития разработала и обогатила в своих исследованиях Л. И. Анцыферова (Анцыферова, 2004). Согласно ее определению, данный принцип является многомерным, и это не только поступательное развитие, но и система различных изменений, позитивных и негативных. И только в единстве с принципами субъекта деятельности, жизнедеятельности, потенциального и актуального, моделирования, оптимальности, операционально-технологического, обратной связи принцип развития приобретает системные позитивные изменения в полипрофессиональной сфере будущего специалиста.

Таким образом, на основе вышеизложенного материала можно сделать следующие выводы. Полипрофессионализм — гармоничное взаимодействие профессиональных областей деятельности. Полипрофессиональное развитие представляет собой процесс качественных изменений, актуализирующих интегративные новообразования в системах профессиональных деятельностей. Определение ведущих типов интеллекта позволит системно осуществить реализацию полипрофессионального подхода в полипрофессиональном развитии молодежи как в рамках профориентационной работы, так и в процессе полипрофессиональной подготовки; полипрофессиональная подготовка молодежи, основанная на принципах развития и полипрофес-

сионализма, ведет к обеспечению системных позитивных изменений в интеллектуальной сфере.

В целом раскрыто понятие полипрофессионализма и его видовой состав; определена взаимосвязь теории множественного интеллекта с полипрофессиональной подготовкой и полипрофессиональным развитием.

### **Литература**

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Верниенко Л. В.* Акмеологическое сопровождение полипрофессионализма будущего специалиста // Акмеология. 2014. № 3. С. 51.
- Гарднер Г.* Структура разума: теория множественного интеллекта. М.: ООО «И. Д. Вильямс», 2007.
- Казакова Н. Е.* Полипрофессионализм деятельности выдающегося психолога-акмеолога К. К. Платонова. Шуя: Весть, 2002.
- Пачина Н. Н.* Акмеология развития полипрофессиональной компетентности субъекта высшей школы. Елец: ЕГУ им. И. А. Бунина, 2014.
- Пачина Н. Н.* Полипрофессиональная типологизация руководителя: акмеологический подход // Вестник Ленинградского государственного университета имени А. С. Пушкина. 2021. № 2. С. 246–255. doi: 10.35231/18186653\_2021\_2\_246
- Трофимова Н. М.* Становление эмоционального интеллекта старшеклассников // Начальная школа плюс До и После. 2007. № 9. С. 67–69.

### **Повседневные стрессоры и профессиональное развитие: механизм взаимодействия**

*М. Д. Петраш*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Исследование направлено на изучение механизма взаимодействия параметров профессионального развития и субъективного переживания повседневных стрессоров у мужчин и женщин. Поставлены исследовательские вопросы в отношении специфики взаимодействия повседневных стрессоров и ситуации профессионального развития у мужчин и женщин. На выборке в 400 человек в возрасте от 20 до 68 лет, 140 мужчин и 260 женщин были выявлены различия по интенсивности переживания повседневных стрессоров по полу, в сторону большей выраженности у жен-

щин. Показано, что наибольшая выраженность субъективного переживания повседневных стрессоров наблюдается в кризисной группе. Модели пути выявили специфику механизма взаимодействия параметров профессионального развития и субъективного переживания повседневного стресса в зависимости от пола и ситуации профессионального развития.

*Ключевые слова:* повседневный стресс, профессиональное развитие, взрослость, профессиональный кризис, структурное моделирование.

Современная действительность погружает профессионала в поток повседневных неприятностей как со стороны профессионального социума, так и со стороны личного пространства. Чаще при изучении профессиональной деятельности подробно рассматривают средовые факторы, оставляя за рамками другие не менее важные области жизненного пространства индивида. Только разносторонний подход к данному вопросу поможет понять специфику негативного влияния повседневных неприятностей на здоровье человека (Стресс, выгорание, совладание..., 2011; Ferguson, 2013). В современной психологической литературе можно встретить данные исследований, указывающих на негативное влияние повседневных неприятностей на соматическое здоровье человека (Sapolsky, 2002) и семейные взаимоотношения (Харламенкова, 2016). Также следует отметить тот факт, что профессионал на своем пути сталкивается с профессиональными кризисами, которые могут усиливаться повседневными неприятностями. Главным в данной части исследования стал вопрос о том, каким образом происходит взаимодействие профессионального развития и субъективного переживания повседневных неприятностей. Поскольку профессиональная жизнь мужчин и женщин имеет свои различия, интересно было рассмотреть его в данном аспекте. В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что механизм взаимодействия повседневных стрессоров и параметров профессионального развития у мужчин и женщин отличается таким образом, что повседневные стрессоры вносят неоднозначный вклад в профессиональное развитие, оказывая негативное воздействие на удовлетворенность профессиональной деятельностью; с другой стороны, его интенсивность будет зависеть от факторов профессионального развития.

Выборка состояла из 400 человек в возрасте от 20 до 68 лет, в том числе 140 мужчин и 260 женщин, все работают и являются представителями разных профессиональных сред. Для изучения повседневного стресса нами использовался опросник повседневных стрессоров (Петраш и др., 2018); особенности профессионального развития изучались с помощью опросника «Факторы профессионального раз-

вития» (Петраш, 2011). Обработка эмпирических данных осуществлялась с помощью программы SPSS AMOS v. 23.

Профессиональная жизнь взрослого человека связана с прохождением кризисов профессионального развития, которые сопровождаются негативной оценкой своего профессиогенеза. В представленном исследовании были выделены группы с разной ситуацией профессионального развития: благополучной, средней и кризисной. На первом этапе был проведен многофакторный дисперсионный анализ MANOVA на предмет изучения влияния факторов «пол» и «ситуация профессионального развития» на выраженность параметров профессионального развития и повседневных стрессоров, в результате которого обнаружено влияние фактора «пол» на контроль поведения и восстановление ( $\lambda = 0,946$ ;  $p = 0,001$ ), в сторону большей выраженности обозначенных параметров у мужчин. Фактор «ситуация профессионального развития» сказывается на выраженности всех параметров профессионального развития ( $\lambda = 0,159$ ;  $p = 0,000$ ): профессионалы из кризисной группы имеют самые низкие показатели. Сочетанный фактор «пол\*ситуация профессионального развития» оказывает влияние на удовлетворенность профессиональной деятельностью ( $F = 3,676$ ;  $p = 0,026$ ) таким образом, что мужчины и женщины кризисной группы имеют самые низкие значения по этому параметру, в отличие от средней и благополучной групп; специфика проявляется в том, что женщины из кризисной группы имеют самую низкую удовлетворенность профессиональной деятельностью, по сравнению с мужчинами из этого же кластера.

Результаты MANOVA в отношении влияния факторов «пол» и «ситуация профессионального развития» на выраженность повседневных стрессоров выявили влияние каждого факторов в отдельности ( $\lambda = 0,905$ ;  $p = 0,000$  и  $\lambda = 0,908$ ;  $p = 0,002$ , соответственно), но не обнаружили аналогичного эффекта сочетанного фактора «пол\*ситуация профессионального развития» ( $\lambda = 0,967$ ;  $p = 0,667$ ). Так, у женщин показана наибольшая выраженность субъективных переживаний по всем стрессорам, но статистически значимые различия (в сторону большей их выраженности) – по группам «личные переживания», «семья», «стрессоры ожидания». В отношении фактора «ситуация профессионального развития» показана наибольшая выраженность субъективного переживания по всем стрессорам в группе мужчин и женщин из кризисной группы. Специфика проявилась по стрессорам «дела/работа» и «отношения с окружающими». Названные группы стрессоров имеют большую выраженность у мужчин из кризисной группы, в то время как по оставшимся шести стресс-группам – у женщин.

Далее были построены модели пути в мужской и женской подвыборках для выявления механизма взаимодействия параметров профессионального развития и повседневных стрессоров.

Модель в мужской группе состоит из двух частей: одна включает параметры профессионального развития, другая – специфику взаимодействия общего показателя субъективного переживания повседневных стрессоров с факторами профессионального развития. В первой части показано влияние параметра «контроль поведения» на «целеустремленность», которая способствует повышению удовлетворенности профессиональной деятельностью (далее УПД). В свою очередь, на контроль поведения оказывает влияние параметр «восстановление». Адаптация в коллективе складывается благополучно при наличии целеустремленности и контроля поведения. В части взаимодействия повседневных стрессоров выявлен эффект негативного воздействия на УПД и целеустремленность. С другой стороны, снижение субъективного переживания повседневных стрессоров происходит за счет параметра «восстановление», что вполне логично. Психометрические характеристики модели эмпирически подтверждены ( $\chi^2 = 12,748$ ;  $df = 12$ ;  $p = 0,388$ ;  $CFI = 0,980$ ;  $GFI = 0,970$ ;  $RMSEA = 0,021$ ;  $PCLOSE = 0,673$ ).

В модели на женской выборке также можно рассмотреть два блока. Как и в мужской выборке, обнаружено влияние параметра «контроль поведения» на «целеустремленность», которая способствует повышению удовлетворенности профессиональной деятельностью (УПД). Далее включается «адаптация», фактор, оказывающий влияние на УПД, «целеустремленность», «контроль поведения». Адаптация в женской выборке складывается благополучно при наличии восстановительного ресурса. В части взаимодействия с повседневными стрессорами показано негативное влияние субъективного переживания повседневных стрессоров на УПД. В свою очередь, параметры «восстановление» и «адаптация» способствуют снижению интенсивности переживания повседневного стресса. Модель эмпирически подтверждается ( $\chi^2 = 3,659$ ;  $df = 5$ ;  $p = 0,599$ ;  $CFI = 1,000$ ;  $GFI = 0,995$ ;  $RMSEA = 0,000$ ;  $PCLOSE = 0,842$ ).

В результате анализа моделей можно отметить общее в механизме функционирования профессиональных факторов развития и субъективного переживания повседневных стрессоров, а также свои специфические особенности. В качестве общей тенденции можно отметить влияние контроля поведения на целеустремленность, с последующим повышением удовлетворенности профессиональной деятельностью. Таким образом, можно сказать, что для мужчин и женщин



имеет значение фактор организованности, высокого самоконтроля поведения, что способствует стремлению к саморазвитию и профессиональному росту; таким образом, профессионал дает позитивную оценку разным сторонам своей деятельности. Также в обоих случаях важен высокий уровень резервных возможностей. Различия проявляются в том, что в мужской выборке данный факт помогает самоорганизации, а в женской – адаптации.

Следующее отличие касается адаптации. Так, если для успешной адаптации мужчин важны самоконтроль и целеустремленность, то в женской выборке именно успешная адаптация опосредствует организованность и самоконтроль. Как у мужчин, так и у женщин показано негативное влияние субъективного переживания повседневного стресса на удовлетворенность профессиональной деятельностью. В мужской группе данный показатель оказывает негативное влияние и на целеустремленность. Наличие резервных возможностей способствует снижению интенсивности переживания повседневных стрессоров в обеих группах. У женщин снижению интенсивности способствует бесконфликтная профессиональная среда.

Таким образом, проведенное исследование показало специфику механизма взаимодействия параметров профессионального развития и субъективного переживания повседневного стресса в зависимости от пола и ситуации профессионального развития. Полученные данные могут использоваться в практике профессионального консультирования, а также в стресс-менеджменте.

### Литература

- Петраш М. Д.* Психологическое содержание и факторы возникновения кризисов профессионального развития на этапе начала профессиональной деятельности // Экспериментальная психология. 2011. № 4. С. 88–100.
- Петраш М. Д., Стрижицкая О. Ю., Головей Л. А., Савыньшева С. С.* Опросник повседневных стрессоров // Психологические исследования. 2018. № 11 (57). С. 5. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n57/1522-petrash57.html> (дата обращения: 12.08.2024).
- Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011.
- Харламенкова Н. Е.* Эмоциональное оскорбление и пренебрежение и его психологические последствия для личности в разные периоды взрослости // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия, совладание / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Серги-

енко, Н. В. Тарабрина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016, С. 193–215.

*Ferguson E.* Personality is of central concern to understand health: Towards a theoretical model for health psychology // *Health Psychology Review*. 2013. V. 7 (1). P. 32–70.

*Sapolsky R. M.* Endocrinology of the stress-response // *Behavioral endocrinology* / Eds J. B. Becker, S. M. Breedlove, D. Crews, M. M. McCarthy. Cambridge (Massachusetts): MIT Press, 2002. P. 409–450.

## **Эмоциональное благополучие школьника: гендерные различия в подростковом возрасте\***

*А. А. Печеркина, Г. И. Борисов, Д. А. Тарасов*

Уральский федеральный университет имени первого президента России  
Б. Н. Ельцина, Екатеринбург

Эмоциональное благополучие играет важную роль в подростковом возрасте, так как обеспечивает стабильное эмоционально-положительное состояние ребенка, осознание им переживания собственных эмоций и владение навыками эмоциональной регуляции. Цель исследования — определение гендерных особенностей эмоционального благополучия школьников. В исследовании участвовало 773 ученика 5–9 классов (422 мальчика, 351 девочка). Установлено, что девочки испытывают больше негативных эмоций, обладают высоким нейротизмом и дневной сонливостью, имеют большее количество проблем (прежде всего эмоциональных), но при этом для них характерно просоциальное поведение. У мальчиков выше позитивные переживания и открытость опыту, однако более выражены проблемы со сверстниками.

*Ключевые слова:* эмоциональное благополучие, школа, гендерные различия, позитивные эмоции, негативные эмоции, подростковый возраст.

### **Введение**

Школа является одним из важных социальных институтов, в котором учащийся осваивает знания, умения и навыки, выступающие основой его интеллектуального и личностного развития. При этом

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 23-28-01515 «Эмоциональное благополучие школьника: особенности индивидуальных различий и академическая успешность».

важно отметить, что сам образовательный процесс, направленный на решение разноплановых задач и предполагающий взаимодействие с другими его субъектами, предъявляет повышенные требования не только к когнитивным, но и к эмоциональным возможностям ученика, от которых зависит в том числе и формирование целостной и благополучной личности.

Эмоциональная сфера личности напрямую связана с деятельностью человека, одновременно являясь как ее побуждающей силой, лежащей в основе мотивов, так и отражением ее результативности, успешности или неуспешности (Леонтьев, 2004; Рубинштейн, 2000). Именно поэтому эмоциональная сфера является одной из ключевых сфер для формирования успешности субъекта в условиях образовательной среды, что актуализирует вопрос об эмоциональном благополучии школьника.

*Целью* нашей работы стало проведение эмпирического исследования, направленного на определение гендерных особенностей эмоционального благополучия школьников.

### **Эмоциональное благополучие школьника**

Изучение содержания эмоционального благополучия в психологии реализуется в рамках гедонистического подхода, который рассматривает данный феномен с позиции соотношения позитивных и негативных эмоций (Bradburn, 2015), а также степени переживания удовлетворенности собой и своей жизнью (Diener et al., 2018). При этом важно отметить, что оно не ограничивается только этим: также к эмоциональному благополучию относят способность к эмоциональной регуляции (Morelli et al., 2020) и проявление ряда личностных черт, которые связаны со способностью контролировать эмоции, – например, эмоциональной стабильности (Vittersø, 2001).

Исходя из имеющихся на сегодня представлений о данном феномене, эмоциональное благополучие школьника мы определяем как стабильное эмоционально-положительное состояние ребенка в образовательной среде, основанное на удовлетворении потребностей, соответствующих возрасту, осознании переживания собственных эмоций и владении навыками эмоциональной регуляции (Печеркина и др., 2023).

По сути, эмоциональное благополучие рассматривается как феномен, охватывающий эмоциональные состояния и переживания, а также способность к их саморегуляции. При этом важно отметить, что данное состояние обусловлено рядом личностных черт и, как результат, приводит к ощущению удовлетворенности собой и своей

жизнью. Кроме этого, эмоциональное благополучие рассматривается также в контексте проблем, с которыми школьник может сталкиваться. Переживание удовлетворенности собой и своей жизнью школьником оказывает прогностическое влияние на его просоциальное поведение, что позитивно сказывается на учебе, успеваемости и психологическом здоровье, в то время как неудовлетворенность предопределяет эмоциональные проблемы (Егорова, Заречная, 2022). Ряд исследований указывают на гендерные различия, которые проявляются с точки зрения эмоциональных переживаний в школьный период. Установлено, что девушки по сравнению с молодыми людьми испытывают более сильное чувство уныния и подавленности, а также возрастание нервозности с тринадцатилетнего возраста, в отличие от юношей (Savoye et al., 2015).

Учитывая вышесказанное, мы выдвинули гипотезу о существовании различий в эмоциональном благополучии у девочек и мальчиков школьного возраста. В качестве частной гипотезы выступило предположение о том, что для девочек более характерным является переживание негативных эмоций, по сравнению с мальчиками, и у них более выражены проблемы, связанные с эмоциональными переживаниями.

В исследовании приняли участие 773 ученика 5–9 классов, обучающихся в школах г. Екатеринбург, а именно – 422 мальчика (средний возраст 13,7 лет) и 351 девочка (средний возраст 13,3 года). Данная выборка – это ученики средних классов школы, находящиеся в подростковом возрасте.

## **Методики и методы**

Использовались следующие методики:

1. Методика «Шкалы позитивного и негативного аффекта» (ШПАНА) (Е. Н. Осин). Оценивает соотношение позитивных и негативных эмоций. Содержит шкалы «Позитивный аффект», «Негативный аффект».
2. Опросник «Психическая устойчивость» (MTQ10) (Clough, Earle, Sewell, адаптация Малых и др.). Оценивает психическую устойчивость личности.
3. Опросник «Сильные и слабые стороны» (R. Goodman). Оценивает влияние имеющихся проблем ребенка на его социальное функционирование, а также социальную активность как позитивную черту. Содержит шкалы «Просоциальное поведение», «Гиперактивность», «Эмоциональные симптомы», «Проблемы с поведением», «Проблемы со сверстниками», «Общее число проблем».

4. Опросник «Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников» (MSLS/ШУДЖИ) (Е. С. Хюбнер, адаптация Сычева и др.). Направлена на определение удовлетворенности школьника жизнью. Содержит шкалы «Семья», «Школа», «Учитель», «Я сам», «Друзья».
5. Опросник «Большая пятерка – детский вариант» (BFQ-C) (Barbaranelli et al., адаптация Малых и др.). Оценивает черты личности модели Большой пятерки. Содержит шкалы «Экстраверсия», «Дружелюбность», «Добросовестность», «Нейротизм», «Открытость опыту».
6. Детская шкала дневной сонливости (PDSS) (Randler et al., адаптация Малых и др.). Оценивает подверженность ребенка сонливости в течение дня.

В качестве метода обработки полученных данных выступил t-критерий Стьюдента, используемый для сравнения двух независимых выборок.

## Результаты

Были обнаружены различия в характеристиках переживания позитивных и негативных эмоций, личностных черт, просоциального поведения и общего числа проблем, дневной сонливости.

Установлены значимые различия между мальчиками и девочками по показателям позитивного и негативного аффекта. Так, у мальчиков наблюдается более высокий позитивный аффект, они больше испытывают позитивных эмоций, чем девочки (средние значения: мальчики 31,7, девочки 28,5,  $t = 4,141$ ,  $p = 0,00$ ). При этом у девочек, наоборот, больше выражен негативный аффект, для них характерным является переживание негативных эмоций (средние значения: мальчики 16,5, девочки 18,8,  $t = -3,504$ ,  $p = 0,00$ ). Стоит отметить, что в обеих выборках средние значения позитивного аффекта выше, чем значения негативного аффекта, что говорит о том, что школьникам более свойственны позитивные переживания.

При этом не было обнаружено значимых различий по показателю «психическая устойчивость». Данный показатель указывает на способность успешно преодолевать различные сложные стрессовые ситуации. Соответственно, можно говорить о том, что преодоление сложных ситуаций не имеет гендерных различий применительно к данной выборке – ученикам средних классов школы.

Также установлено, что девочки обладают большей выраженностью просоциального поведения, по сравнению с мальчиками, что проявляется в поведении, направленном на то, чтобы приносить поль-

зу другому человеку и обществу в целом, соблюдать общепринятые правила, быть внимательным по отношению к другим людям (средние значения: мальчики 6,9, девочки 7,3,  $t = -2,240$ ,  $p = 0,02$ ). При этом важно отметить, что девочки обладают и большим количеством проблем, связанных с гиперреактивностью и эмоциональными симптомами, и в целом большим общим показателем проблем, что проявляется в импульсивности, невнимательности, проявлении высокой тревожности, неуверенности, в наличии страхов (общее число проблем – средние значения: мальчики 9,4, девочки 10,6,  $t = -2,405$ ,  $p = 0,01$ ; гиперреактивность – средние значения: мальчики 2,8, девочки 3,4,  $t = -3,387$ ,  $p = 0,00$ ; Эмоциональные симптомы – средние значения: мальчики 2,3, девочки 3,5,  $t = -6,096$ ,  $p = 0,00$ ). Молодые люди больше испытывают проблемы в выстраивании взаимоотношений со сверстниками, а именно – трудности установления дружеских отношений, неприятие сверстниками (Проблемы со сверстниками – средние значения: мальчики 3,05, девочки 2,7,  $t = 2,079$ ,  $p = 0,03$ ).

Девочки испытывают большую дневную сонливость, по сравнению с мальчиками (средние значения: мальчики 15,6, девочки 20,3,  $t = -7,738$ ,  $p = 0,00$ ). Данный показатель является важным, так как указывает на наличие или отсутствие проблем со сном. Доказано, что от качества сна зависит эмоциональное состояние и, как следствие, школьная успеваемость. Если у школьника проявляется дневная сонливость, он испытывает сложности с концентрацией внимания на предмете, у него портится настроение и возникают сложности во взаимоотношениях с одноклассниками и учителями. Это согласуется с результатом, указывающим на наибольшую выраженность у девочек негативного аффекта.

Также важным является рассмотрение личностных различий. Установлено, что у девочек более выражен нейротизм, по сравнению с мальчиками (средние значения: мальчики 18,8, девочки 23,3,  $t = -6,154$ ,  $p = 0,00$ ). Девочки обладают большей эмоциональной неустойчивостью, им более свойственны тревожность, импульсивность и ранимость, что может отражаться на переживании большего негативного аффекта, в то время как мальчики обладают большей открытостью опыту, что указывает на умение генерировать идеи, проявлять воображение, быть восприимчивыми к новым знаниям и, как следствие, быть более позитивно настроенными по отношению к другим людям и окружающему миру (средние значения: мальчики 30,4, девочки 28,4,  $t = 2,321$ ,  $p = 0,02$ ).

Следует отметить, что не было обнаружено значимых различий по важным для школьника сферам жизни. Удовлетворенность жиз-

нью – это сложное образование, характеризующееся субъективным эмоционально-оценочным отношением к себе, социальным отношениям, жизни, деятельности. Данная оценка личности происходит путем сравнения себя с другими (Шамянов, 2008). Возможно, именно поэтому не обнаружилось гендерных различий для данной группы.

## **Заключение**

Эмоциональное благополучие играет важную роль в школьном возрасте и заключается в стабильном эмоционально-положительном состоянии, умении проявлять и контролировать свои эмоции и, как результат, испытывать удовлетворение от всех сторон своей жизни.

Результаты проведенного исследования указывают на ряд гендерных различий в проявлении эмоционального благополучия. Так, для девочек характерны высокие показатели негативного аффекта, высокий нейротизм, большее количество проблем, которые касаются прежде всего эмоциональной сферы. При этом девочки, в отличие от мальчиков, обладают большей просоциальностью, т. е. ориентированы на помощь другим людям, что может вызвать в том числе и неприятные по своей природе переживания из-за эмоциональной неустойчивости. Мальчики, напротив, обладают большим количеством позитивных эмоций, что может быть связано с открытостью опыту как готовности осваивать новое, но при этом они испытывают большее количество проблем со сверстниками.

Гендерных различий по показателю психической устойчивости и удовлетворенности жизнью не обнаружено.

Данное исследование может быть продолжено в направлении определения гендерных различий на других уровнях образования, в частности, в старшей школе.

## **Литература**

- Егорова М. А., Заречная А. А.* Позитивные стратегии психологической поддержки субъективного благополучия школьников // Современная зарубежная психология. 2022. Т. 11. № 3. С. 38–47. doi: 10.17759/jmfr. 2022110304
- Леонтьев А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М: Смысл, 2004.
- Печеркина А. А., Катъкало К. Д., Борисов Г. И.* Эмоциональное благополучие школьников: теоретические основания и перспективы исследования // Образование и наука. 2023. Т. 25. № 8. С. 134–161. doi: 10.17853/1994-5639-2023-8-134-161
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2000.

- Шамионов Р. М.* Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов: Научная книга, 2008.
- Bradburn N. M.* The affect balance scale: Subjective approaches // Global handbook of quality of life: Exploration of well-being of nations and continents / Eds W. Latzer, L. Camfield, V. Møller, M. Rojas. Dordrecht: Springer, 2015. P. 269–279.
- Diener E., Oishi S., Tay L.* Advances in subjective well-being research // Nature human behaviour. 2018. V. 2 (4). P. 253–260. doi: 10.1038/s41562-018-0307-6
- Morelli M., Cattelino E., Baiocco R., Trumello C., Babore A., Candelori C., Chirumbolo A.* Parents and children during the COVID-19 lockdown: The influence of parenting distress and parenting self-efficacy on children's emotional well-being // Frontiers in Psychology. 2020. V. 11. P. 584645. doi: 10.3389/fpsyg.2020.584645
- Savoie I., Moreau N., Brault M. C., Levêque A., Godin I.* Well-being, gender, and psychological health in school-aged children // Archives of Public Health. 2015. V. 73. P. 1–8. doi: 10.1186/s13690-015-0104-x
- Vittersø J.* Personality traits and subjective well-being: Emotional stability, not extraversion, is probably the important predictor // Personality and Individual Differences. 2001. V. 31 (6). P. 903–914. doi: 10.1016/S0191-8869(00)00192-6

## **Возрастной фактор эффективности эмоциональной регуляции**

*М. Д. Полякова*

Психиатрическая клиническая больница № 1 им. Н. А. Алексеева  
Департамента здравоохранения города Москвы

Интерес к проблематике эмоций и их регуляции растет с каждым годом. Отечественные и западные специалисты стремятся к формированию теоретического единства в определении понятия и механизмов эмоций. Постепенно образуются теоретические модели, которые фокусируют внимание на эффективности стратегий эмоциональной регуляции. Проблематика эффективности стратегий эмоциональной регуляции является одной из ключевых в изучении данного феномена. Принято различать внутриличностные и межличностные стратегии эмоциональной регуляции. Большинство исследователей сходятся во мнении о том, что существуют адаптивные и неадаптивные стратегии. В процессе исследования стратегий эмоциональной регуляции формируются разные критерии их эффективности. Одним из ключевых критериев принято считать соотнесенность тех или иных стратегий с ситуативным контекстом и личными целями.



*Ключевые слова:* психология развития, эмоциональная регуляция, когнитивная переоценка, эффективность эмоциональной регуляции.

В сентябре нынешнего года Л. И. Анцыферовой исполняется 100 лет. Юбилей одного из наиболее выдающихся отечественных ученых XX столетия стал поводом к переосмыслению идей, ставших передовыми, надолго опередивших свое время. Исследования Л. И. Анцыферовой уже давно имеют междисциплинарный статус и содержат принципы системного осмысления психических механизмов и закономерностей. Понимая важность и необходимость разработки методологических вопросов психологии, Анцыферова показывала и доказывала, что эта наука вносит существенный вклад в развитие системного знания, полностью отвечающего критериям научности (Харламенкова, Журавлев, 2016).

Масштаб поставленных и решаемых Л. И. Анцыферовой задач демонстрирует стремление объяснить множество проблем психологии личности: «В психологии почти совсем не исследованы стадии развития ума, мотивов и чувств зрелого человека, кризисы, вызываемые противоречиями в его жизненных отношениях, и способы их разрешения. Вследствие некоторых стереотипных установок оказались слабо изученными поздние годы жизни человека, типы продуктивного старения, жизнеспособность и жизнестойкость личности на этапе «осени жизни» (Анцыферова, 1982, с. 142). Благодаря Л. И. Анцыферовой эти и многие другие задачи стали определяться как перспективные направления развития психологической науки.

Интерес к проблематике эмоций и их регуляции растет с каждым годом. Отечественные и западные специалисты стремятся к формированию теоретического единства в определении понятия и механизмов эмоций. Эмоциональная регуляция подразумевает комплекс процессов, которые направлены на изменение интенсивности и модальности эмоций. Предположительно, процессы эмоциональной регуляции тесно связаны с эмоциональным интеллектом. Постепенно создаются теоретические модели, которые фокусируют внимание на эффективности стратегий эмоциональной регуляции.

Проблематика эффективности стратегий эмоциональной регуляции является одной из ключевых в изучении данного феномена. Принято различать внутриличностные и межличностные стратегии эмоциональной регуляции. Большинство исследователей сходятся во мнении о том, что существуют адаптивные и неадаптивные стратегии (Падун, 2015).

Одним из значимых критериев адаптивности стратегий считается возможность регуляции отрицательных эмоций. Среди адаптивных

стратегий большинство исследователей выделяют когнитивную переоценку эмоционально значимых переживаний. Разные исследования данной стратегии демонстрируют ее эффективность в процессах социального познания. Также отмечается связь эффективности когнитивной переоценки, социального и эмоционального интеллекта (там же).

Другой адаптивной внутриличностной стратегией эмоциональной регуляции принято считать переключение внимания от эмоционально значимой ситуации. Существует опросник RAREQ, который оценивает краткосрочную и долгосрочную эффективность переключения внимания и когнитивной переоценки. Исследование, которое проводилось в процессе формирования данной методики, продемонстрировало краткосрочную эффективность стратегии переключения внимания и долгосрочную адаптивность когнитивной переоценки (Ugano et al., 2022).

Стратегии, не соотнесенные с персональными целями и ситуативным контекстом, принято считать неадаптивными. Также неадаптивные стратегии эмоциональной регуляции принято ассоциировать с разными расстройствами психики (Падун, 2015). Большинство исследователей данной проблематики указывают на неадаптивность избегания и подавления эмоционально значимых переживаний. Среди неадаптивных стратегий также принято выделять избыточный самоконтроль, руминации (навязчивые мысли, которые провоцируют негативные переживания и существенно повышают уровень тревоги), неспособность контролировать связанное с эмоциями импульсивное поведение и другие.

Известно, что человек не всегда точно прогнозирует свои эмоциональные состояния в определенных ситуациях. Например, людям свойственно завышать длительность негативных эмоций в неприятных ситуациях и занижать длительность позитивных эмоций при переживании радостных событий. Для пациентов с шизофренией характерно обесценивать потенциально положительные эмоции в связи с будущими событиями (Gard et al., 2007). Социальное избегание, характерное для разных расстройств пограничного уровня (аффективные, невротические расстройства, расстройства личности), формируется с целью уберечь себя от негативных эмоций, которые могут вызвать межличностные ситуации. При этом негативные переживания таких пациентов усиливаются в связи с усугубляющимся одиночеством и дефицитом самореализации в различных сферах (Падун, 2015).

В процессе исследования стратегий эмоциональной регуляции формируются разные критерии их эффективности. Одним из ключе-

вых критериев принято считать соотношенность тех или иных стратегий с ситуативным контекстом и личными целями. Такой подход ставит под сомнение возможность классифицировать те или иные стратегии как адаптивные или неадаптивные. Исходя из данного подхода, следует, что базовым фактором эффективности стратегий являются характерологические индивидуальные особенности исполняющего их человека. Также представляется невозможным точное прогнозирование ситуативного контекста, что тоже указывает на роль внутренних ресурсов личности в эффективной регуляции негативных или положительных эмоций.

Наряду с вышеуказанным, важнейшим критерием эффективности эмоциональной регуляции выступает возрастной фактор. В своем теоретическом анализе данного вопроса Г. А. Виленская указывает на то, что наиболее ранние стратегии эмоциональной регуляции наблюдаются уже в первые месяцы жизни ребенка (Виленская, 2020). К примеру, для младенца характерными будут такие стратегии, как сосание или поворот головы к стимулу и от него, либо ребенок своим поведением может сигнализировать о дистрессе (например, хмурить брови или сжимать губы). Однако необходимо отметить, что эмоции до конца дошкольного возраста рассматриваются как не поддающиеся когнитивному контролю, что связано с недостаточным уровнем развития когнитивного контроля (там же).

Существуют исследования, которые демонстрируют возрастные изменения эмоционального интеллекта — способности к распознаванию, пониманию эмоций, управлению своими и чужими эмоциями. Результаты таких исследований подтверждают, что он увеличивается с возрастом (Карабущенко, Зорина, 2018). Предположительно существует тесная связь между эмоциональным интеллектом и процессами эмоциональной регуляции, что указывает на способность субъекта к изменению стратегий в течение жизни.

Также любопытными являются исследования эффективности эмоциональной регуляции позднего онтогенеза. Так, с одной стороны, в пожилом возрасте отмечается изменение динамики эмоциональных состояний, учащение отрицательных эмоций, снижение эмоционального контроля и эмпатии (Suri, Gross, 2012). Однако есть данные, которые показывают, что процессы эмоциональной регуляции пожилых могут быть более эффективными, чем у молодых людей, в силу жизненного опыта и стремления к поддержанию эмоционального благополучия. Предположительно, пожилые люди могут эффективно прибегать к эмоциональной регуляции также за счет предвидения последствий той или иной ситуации, что позволяет им дистанциро-

ваться от ситуаций с негативным исходом, фокусируясь на тех, которые можно успешно разрешить (Lantrip, Huang, 2017).

Также научный интерес представляет изучение эффективности стратегий эмоциональной регуляции в подростковый период. В подростковом возрасте развитие контроля поведения осложняется физиологическими особенностями пубертатного периода. Вместе с тем активно развивается когнитивный контроль, который позволяет использовать новые стратегии, например, когнитивную переоценку ситуации (Виленская, 2020). В то же время решения о регуляции эмоций становятся более сложными. Важным отличием данной стадии развития эмоциональной регуляции от более ранних заключается в формировании способности к эмоциональной и когнитивной рефлексивной деятельности. Это связано с переходом на стадию формальных операций, с развитием абстрактного мышления, что облегчает рефлексию и собственных, и чужих эмоциональных состояний (Виленская, 2020). Для подростков важным аспектом адаптации является способность формировать и поддерживать межличностные отношения, что также способствует активному развитию не только внутриличностных, но и межличностных стратегий эмоциональной регуляции.

Очевидно, что в процессе развития на эффективность стратегий влияют как внешние, так и внутренние факторы. Среди внутренних принято выделять нейробиологические основы, роль исполнительных функций, а также характерологические особенности. Одним из наиболее важных внешних факторов являются детско-родительские отношения, и, как следствие, тип привязанности (там же).

К примеру, значимым параметром развития эмоциональной регуляции становится откликаемость родителя на сигналы новорожденного ребенка. По мере взросления ребенка расширяется набор способов, которыми родители помогают детям регулировать эмоции. К примеру, обучение ребенка конкретным стратегиям (переключение внимания, поиск информации, когнитивная переоценка ситуации и т. д.), что впоследствии побуждает детей к самостоятельной эмоциональной регуляции. Родители обучают ребенка распознаванию и обозначению эмоций, культурным правилам оценки, переживания, выражения и регуляции эмоций. Предположительно, стратегии, которые используют родители при общении с детьми, влияют на эмоциональное развитие последних, в дальнейшем способствуя выбору конкретных стратегий и методов эмоциональной регуляции.

Также необходимо отметить роль типа привязанности в развитии и формировании способов эмоциональной регуляции (Рыжова, 2021). Вероятно, способность регулировать эмоции развивается в со-

ответствии с качеством привязанности. Существуют мнения, что дети с надежным типом привязанности применяют более адаптивные стратегии, чем дети с ненадежной привязанностью.

Субъективная способность к эмоциональной регуляции меняется на протяжении жизни, хотя исследования обычно фокусируются на детстве. Однако развитие целостной регуляторной системы является длительным процессом, который продолжается и у взрослых (Muris, Ollendick, 2023).

Возможно, при определенных обстоятельствах эффективность стратегий эмоциональной регуляции в большей степени будет связана с возрастным фактором, нежели с фактором ситуативного контекста. Адаптивные для дошкольного периода стратегии могут не оставаться таковыми в подростковом периоде, тем более во взрослости. Также существует фактор критических или сензитивных периодов развития, для которых будет характерно определенное поведение. Следовательно, вопрос об эффективности эмоциональной регуляции и ее влияния на благополучное преодоление критического периода будет актуальным.

На сегодняшний день роль возрастного фактора в эффективности стратегий эмоциональной регуляции изучена очень слабо. Нет достоверных исследований, демонстрирующих разницу в использовании тех или иных стратегий в разные периоды онтогенеза. Без исследований такого характера невозможно адекватное теоретическое формирование проблем эффективности эмоциональной регуляции. Адаптивность и неадаптивность стратегий эмоциональной регуляции также необходимо рассматривать в конкретные возрастные периоды. Это даст возможность для классификации как внутриличностных, так и межличностных стратегий, а также откроет новые пути для будущих исследований и дальнейшего поиска единого подхода к изучению эмоций.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Системный подход к изучению формирования и развития личности // Проблемы психологии личности. М.: Наука, 1982. С. 140–147.
- Виленская Г. А.* Эмоциональная регуляция: факторы ее развития и связанные с ней виды поведения // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 5. С. 63–76. doi: 10.31857/S020595920011083-7
- Карабущенко Н. Б., Зорина Н. Н.* Возрастные особенности эмоционально-го интеллекта у женщин разного возраста // Вестник Оренбургского государственного университета. 2018. № 4 (216). С. 108–114.

- Падун М. А.* Регуляция эмоций и ее нарушения // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 39.
- Рыжова О. Б.* Определение эмоционального благополучия и его соотношение с типом привязанности // Мировая наука. 2021. № 8 (53). С. 32–36.
- Харламенкова Н. Е., Журавлев А. Л.* Психология личности в трудах Л. И. Анцыферовой и современные представления о личностном развитии и посттравматическом росте // История отечественной и мировой психологической мысли: судьбы ученых, динамика идей, содержание концепций: Материалы всероссийской конференции по истории психологии «VI Московские встречи» / Отв. ред. А. Л. Журавлев, В. А. Кольцова, Ю. Н. Олейник. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 369–378.
- Gard D. E., Kring A. M., Gard M. G., Horan W. P., Green M. F.* Anhedonia in schizophrenia: Distinctions between anticipatory and consummatory pleasure // Schizophrenia Research. 2007 V. 93. P. 253–260. doi: 10.1016/j.schres.2007.03.008
- Lantrip C., Huang J. H.* Cognitive control of emotion in older adults: A review // Clinical Psychiatry. 2017. V. 3 (1). P. 9.
- Muris, P., Ollendick T. H.* Contemporary hermits: A developmental psychopathology account of extreme social withdrawal (hikikomori) in young people // Clinical Child and Family Psychology Review. 2023. V. 26. P. 459–481. doi: 10.1007/s10567-023-00425-8
- Urano Y., Ikeda T., Mearns J.* Receiving assistance in emotion regulation: A preliminary investigation // Personality and Individual Differences. 2022. V. 188. Article 111445. doi: 10.1016/j.paid.2021.111445
- Suri G., Gross J. J.* Emotion regulation and successful ageing // Trends in Cognitive Sciences. 2012. V. 16 (8). P. 409–410.

## **Телесное Я: соматические и психические границы\***

*Т. А. Ребеко*

Институт психологии РАН, Москва

В рамках динамического подхода развивается понятие «воплощение». В цикле исследований рассматривается, как репрезентация пространства тела (соматической границы) сопряжена с репрезентацией менталь-

\* Работа выполнена при поддержке Министерства науки и высшего образования РФ, Госзадание № 0138-2024-0016 «Интеллектуальные системы и способности человека».

ного пространства (психической границы). Процесс выделения телесного Я происходит в тесной сопряженности с процессом выделения Другого как живого существа в диаде «мать—дитя». Ментализация трехмерности собственного тела сопряжена со способностью к построению концептуального знания. Показано, что дефицит воплощения телесного Я проявляется в репрезентации психического пространства по типу «клаустрофобия» и «агорафобия». Приводятся результаты о декаляже при трехмерности «неодушевленного». При построении «границ самости» выделяются механизмы приобретательство/атрибуция, которые соотносятся с двумя состояниями (агорафобия/клаустрофобия) и стратегиями поведения (слияние/инкапсуляция). Эти стратегии иллюстрируются на материале кожных заболеваний (атопическом дерматите/псориазе) и при анализе паттернов поведения в отношении ногтевой пластины (повреждение ногтей/сверхдлинные ногти).

*Ключевые слова:* воплощение, дефицит воплощения телесного Я, клаустрофобия/агорафобия, проективная идентификация, границы самости, атопический дерматит/псориаз, отношение к ногтевой пластине.

Развивая идеи С. Л. Рубинштейна о связи человека и мира, Л. И. Анцыферова разработала динамический подход к исследованию личности. «С позиций представлений о системной целостности душевной жизни личности каждый ее „орган“ — это выработанная субъектом для решения задач модификация своей целостности, начиная с психофизиологического и кончая ценностно-смысловым развитием» (Анцыферова, 2006, с. 231).

Основная идея наших исследований состоит в обосновании тезиса о том, что репрезентация Телесного Я является «протофеноменом», предопределяющим последующую дифференциацию на разных уровнях психического функционирования — от собственно соматического до социального.

В философии принцип холистического единства психики (mind) и тела нашел выражение в понятии «воплощение», которое получило развитие в работах М. Мерло-Понти (Civitaresse, 2014). С помощью понятия «воплощение» происходит разделение понятий «тела» и «плоти» (Connolly, 2013, p. 638). По словам автора, в том случае, если опыт тела (Leib) остался невоплощенным, то к нему относятся как к «неодушевленному объекту (Коегрег), которым можно манипулировать и, в худшем случае, подвергнуть нападению» (Connolly, 2013).

Теоретический конструкт (воплощение) рассматривает восприятие, познание и телесную активность как единый непрерывный процесс. Как представление о себе, так и образ тела происходят из телес-

ных ощущений. Телесные ощущения являются исходными, и только на этапе рефлексии мы можем их «означить».

В цикле наших исследований изучалось, как репрезентация пространства тела (соматической границы) сопряжена с репрезентацией ментального пространства (психической границы).

Мы полагаем, что опыт «пространства тела» является своеобразным ядерным образованием, участвующим в становлении и развитии психического пространства. Многочисленные исследования, проведенные в области иммунологии, протезирования, косметологии, фантомных конечностей свидетельствуют о неоднозначной связи между «сомой» и психической репрезентацией. Например, некоторые авторы задаются вопросом, насколько и через какой промежуток времени нарушения целостности сомы (зубные протезы, пересаженные волосы, последствия хирургических вмешательств) индивид воплощает и начинает считать «своими». Имеется обратная ситуация – в какой мере раковые клетки или отходы жизнедеятельности (кал, пот и пр.) индивид не принимает в качестве «своего».

Процесс выделения собственного телесного Я происходит в тесной сопряженности с процессом выделения и ментализации Другого как живого существа. Этот процесс соотнесения себя с Другим начинается на ранних этапах онтогенеза и на когнитивном уровне выражается в построении «теории психического» (Сергиенко, 2021). Л. И. Анцыферова указывает, что после состояния «симбиотического единения с миром <...> возникает ощущение как бы психического контура собственной целостности, отделяющего маленького человека от окружения. Вместе с тем и сама эта целостность начинает дифференцироваться» (Анцыферова, 2006, с. 159).

По словам Р. Сандри, именно телесный опыт (включая все модальности и особенно опыт движений) позволяет перейти к репрезентации психического пространства с его необходимыми атрибутами, такими как «внутри–снаружи», «наличие–отсутствие». И если сначала, по словам автора, ребенок воспринимал мир наподобие «птолемеевской системы», то с наступлением периода сепарации он начинает понимать, что пространство может быть «пустым» (Sandri, 1994, р. 90). Иными словами, по мере освоения трехмерности собственного тела появляется способность к построению концептуального знания, формированию представлений о «вложенности», а не рядоположенности.

Анжела Коннолли приводит высказывание Ролана Барта о том, что «в индоевропейских языках противопоставление мужского и женского рода менее важно, чем противопоставление одушевленного и неодушевленного; оно также следует за ним» (Connolly, 2013, р. 640).



Своеобразной иллюстрацией того, что живое/неживое имеет разную динамику освоения, могут служить исследования, проведенные нами совместно с И. В. Сизиковой (Сизикова, Ребеко, 2006). Нами была разработана методика «Кормление куклы» с целью реконструкции представлений о внутреннем объеме тела. Использовались две куклы, которые имели одинаковый внешний объем. Живот одной куклы раздувался при наполнении куклы («пузатая кукла»), у второй куклы внешний объем, напротив, не изменялся («тощая кукла»). Дети «кормили» куклу и в игровой форме определяли ее «сытость». В качестве пищи использовались деревянные и поролоновые кубики. В исследовании участвовало 92 ребенка в возрасте 3, 4, 5, 6 и 9 лет. Была выявлена возрастная динамика в репрезентации «внутреннего объема», а также факт декаляжа в развитии представлений о внутреннем объеме и критериях его оценки в сопоставлении с «внешним» объемом тела куклы и с объемом «поглощенных объектов». Дети 3–7 лет не использовали внешний вид куклы для оценки внутреннего объема («сколько кукла съела»), а дети 8–9 лет правильно оценивали неравное количество пищи «внутри» кукол, однако также не всегда учитывали внешний вид куклы для оценки ее «внутреннего объема». Иными словами, внутренний объем «живого тела» представляет собой параметр, независимый от внешнего объема. На другой выборке детей того же возраста была проведена модифицированная задача Пиаже (на сохранение количества). Выполнение этой задачи позволяет сравнить «репрезентацию» внутреннего объема у кукол и у неодушевленных предметов. Детям предлагали две непрозрачные банки разной формы, но имеющие одинаковый объем. Требовалось их заполнить (мягким и/или твердым материалом). Было выявлено, что дети всех возрастов предпочитали наполнять банки прессующимся материалом (поролоном). Для всех возрастов критерием заполненности банок являлось отсутствие пустот. Таким образом, можно сделать вывод о том, что репрезентация трехмерности «внутреннего пространства» одушевленного тела (куклы) и освоение принципа аддитивности применительно к нему опережает освоение трехмерности в отношении физических тел (банки). Можно говорить о гетерохронии в репрезентации «внутри» для одушевленного и неодушевленного.

На основании литературных (прежде всего клинических) данных мы предполагаем, что дефицит воплощения телесного Я (например, в случае алекситимии, дисморфофобии, старения) отражает сопряженную с этим структуру миропонимания. Одна из форм такого искажения выражается в репрезентации психического пространства по типу «клаустрофобия» и «агорафобия».

Состояния клаустрофобии/агорафобии формируются в раннем онтогенезе и зависят от стиля взаимодействия матери и младенца. Эти два состояния рассматриваются как защитные структуры личности, как способ разрешения травмы сепарации. Описанные формы взаимодействия с «миром» некоторые авторы соотносят с состояниями агорафобии и клаустрофобии. Зависимость страдающего агорафобией — это не его подчинение Другому как таковому, это попытка «аннулировать» любую форму «отдельности» (Giordanelli, 1992, p. 990). Данное состояние является результатом взаимоотношения с «непредсказуемой» матерью. Автор полагает, что нарушенная коммуникация в диаде «мать—младенец» приводит к «фобии собственного тела, воспринимаемого как пространство, границы которого не могут быть установлены по отношению к внешнему пространству» (ibid., p. 1000). Что касается клаустрофобии, то данное состояние Ломбарди соотносит с «пребыванием внутри себя и в своем собственном теле» (Lombardi, 2019, p. 542), которое характеризуется «страхом агглютинации». Оба состояния проявляются в разного рода страхах: агорафобия — в страхе падения в беспредельность, в пустоту (отсюда бесконечный поиск «любви»), а клаустрофобия — в страхе любого рода зависимости.

«Расширение личности во внешнем мире не означает, что границы самости становятся расплывчатыми, неопределенными. Наоборот, Субъект воспринимает каждый объект под углом зрения своей неповторимой самости и в результате выявляет в нем такое содержание, которое недоступно человеку с иной самостью, но превращается субъектом в новую часть себя» (Анцыферова, 2006, с. 187).

При построении «границ самости» выделяются разные механизмы. Например, С. Майзен описывает две формы проективной идентификации: приобретательство и атрибуцию (Mizen, 2014). В случае «приобретательства» разум, тело и ментальные атрибуты другого приобретаются и переживаются как часть субъекта... Это состояние, по словам автора, «нельзя назвать идентификацией с другим», это — «состояние психосоматической идентичности» (ibid., p. 363). В случае атрибутивной проективной идентификации «болезненные, угрожающие или зависимые атрибуты самости дезавуируются и рассматриваются так, как если бы они принадлежали другому. <...> В этом случае граница „я“ перерисовывается, чтобы исключить отвергаемую часть. Это происходит не только по отношению к другим людям, но и к частям тела <...> Граница психосоматического „Я“ сжимается, исключая нежелательные части „Я“» (p. 369).

Если подвести итог, то можно сказать, что обе позиции — клаустрофобии и агорафобии — связаны с травмой сепарации. Но если

в первом случае была утрата идентичности путем «присвоения» другого, то во втором наблюдается обратная картина: проецирование себя вовне. Тогда в первом случае (агорафобии) можно говорить о тенденции к слиянию, а во втором (клаустрофобии) — к инкапсуляции. Ранее нами было показано, что клинические проявления и шкалы внутреннего и внешнего Я-отграничения можно интерпретировать в случае атопического дерматита как проявление тенденции к слиянию, а в случае псориаза — как тенденции к избеганию (Ребеко, 2022).

Феномен инкапсуляции выделяется в когнитивных исследованиях. «Примером негативного проявления арефлексии является феномен психологической инкапсуляции (К. Левин) — поведение, при котором индивид защищается от болезненных переживаний, связанных с восприятием трагических ситуаций или ситуаций, противоречащих базовым убеждениям личности» (Холодная, 2022, с. 19).

Эти же две тенденции были нами выявлены в серии исследований на материале кожных заболеваний. Было показано, что граница телесного Я в группе «атопический дерматит» интерпретируется как сверхпроницаемая, а в группе «псориаз» как сверхнепроницаемая. В группе «атопический дерматит» «обнажение» травмы сепарации проявляется в спутанности при дифференциации себя от других, проявляющейся как тенденция к слиянию, а в группе «псориаз» в затруднениях при соотнесении себя с внешним миром (проявляющихся как тенденция к инкапсуляции) (Ребеко, 2022). Также нами было показано, что атопический дерматит и псориаз соотносятся с когнитивно-стилевыми характеристиками личности и копинговыми стратегиями.

Гипотеза о разных профилях репрезентации соматической и психической границ подтвердилась в цикле исследований на материале изучения поведенческих паттернов в отношении к ногтевой пластине. Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что в группе женщин, предпочитающих сверхдлинные ногти, психическая граница проявляется в форме инкапсуляции, а в группе женщин, повреждающих свою ногтевую пластину — в форме слияния.

По словам Л. И. Анцыферовой, «каждая из „частей“ системы возникает и формируется не только как предпосылка, исток, условие, исходная форма, предуготовленность, компенсация, дублирование, обеспечение (смысловое или энергетическое) других функциональных образований, но и как ответ на нужду целостной системы в устойчивом росте и развитии, в надежности, в надситуативной свободе» (Анцыферова, 2006, с. 232). Таким образом, можно заключить, что соматическая и психическая границы самости создают разнообразные профили телесного Я.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Ребеко Т. А.* Психосоматика кожных заболеваний и репрезентация психического пространства // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 59–69.
- Сергиенко Е. А.* Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.
- Сизикова И. В., Ребеко Т. А.* Ментальная репрезентация «внутреннего объема тела» у детей // Материалы V Всероссийской научно-практической конференции г. Сочи 4–6 мая 2006 г. «Дружининские чтения», Сочи СПИ СГУиКД. 2006. С. 209–210.
- Холодная М. А.* Многомерная природа показателей интеллекта и креативности: методические и теоретические следствия // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 15–26.
- Civitarese G.* Between “other” and “other”: Merleau-Ponty as a Precursor of the Analytic Field // Fort Da. 2014. V. 20. P. 9–29.
- Connolly A.* Out of the Body: Embodiment and its Vicissitudes // J. Anal. Psychol., 2013. V. 58 (5). P. 636–656. doi: 10.1111/1468-5922.12042
- Giorganelli L.* On Agoraphobia // Rivista Psicoanal. 1992. V. 38 (4). P. 986–1012.
- Lombardi R.* Developing a Capacity for Bodily Concern: Antonio Damasio and the Psychoanalysis of Body–Mind Relationship // Psychoanalytic Inquiry. 2019. V. 39 (8). P. 534–544.
- Mizen C. S.* Towards a Relational Affective Theory of personality disorder // Psychoanalytic Psychotherapy. 2014. V. 28 (4). P. 357–378.
- Sandri R.* Parcours, réflexions à partir de l’observation du bébé selon Esther Bick. Lyon, 1994.

### **Факторы родительского стресса матерей детей раннего и дошкольного возраста\***

*С. С. Савеньшева, В. Е. Василенко*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Статья посвящена исследованию социальных и личностных факторов родительского стресса. Применялись следующие методики: «Индекс роди-

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 19-013-00594.

тельского стресса» (PSI-4), опросник удовлетворенности браком, методика «Удовлетворенность жизнью», опросники социальной поддержки «F-SOZU-22» и «ISEL», опросник «Способы совладающего поведения», личностный опросник «Big Five», опросник повседневных стрессоров, шкала реактивной и личностной тревоги, опросник отраженного родительского отношения. Выборку составили 270 матерей детей раннего и дошкольного возраста. Исследование показало значимую роль таких факторов, как социальная поддержка, удовлетворенность браком, нейротизм, личностная тревожность, расхождение оценки себя как родителя и образа идеального родителя, стрессы, связанные с нарушением планов, копинг-стратегия избегания.

*Ключевые слова:* родительский стресс, повседневный стресс, тревожность, социальная поддержка, удовлетворенность браком, личностные характеристики.

Проблема родительского стресса (далее РС) активно исследуется за рубежом уже несколько десятилетий (Abidin, 2012; Crnic, Low, 2002; Deater-Deckard, 1998; Ostberg, Hagekull, 2000), у нас – только последние несколько лет (Любушина, Савенышева, 2023; Мисиюк, 2022; Петрановская, Чеботарева, 2019; Савенышева и др., 2019; и др.).

Мы рассматриваем РС вслед за зарубежными исследователями как дисбаланс между восприятием требований и стрессоров родительства и восприятием наличных ресурсов у родителей.

Р. Абидин включает в структуру РС два блока: РС в сфере детей и РС в сфере родителей. К параметрам стресса, связанного с ребенком, относятся расстройства дефицита внимания и гиперактивность, сложности в адаптации у ребенка, не поддерживающее взаимодействие со стороны ребенка, требовательность ребенка, негативный фон настроения ребенка, непринятие ребенка. В параметры стресса, связанного с родителем, включены некомпетентность в воспитании, ощущение изоляции, низкий уровень привязанности к ребенку, проблемы со здоровьем у родителя, ограничения, связанные с родительской ролью, депрессия, отношения с супругом/партнером.

Проведенный нами анализ позволил выделить следующие группы факторов РС: 1) характеристики ребенка (проблемы со здоровьем, отклонения в развитии, сложный темперамент, проблемы поведения); 2) характеристики родителя (здоровье, личностные особенности); 3) социальная поддержка (отношения с супругом, с родителями, социальная поддержка в целом).

В данной статье мы хотели бы представить анализ наиболее значимых групп факторов: личностных и социальных, так как характе-

ристики ребенка могут выступать не только фактором, но и последствиями РС матерей.

*Цель:* изучить личностные и социальные факторы родительского стресса матерей детей раннего и дошкольного возраста.

*Гипотезы:* 1) среди личностных характеристик значимое влияние на уровень РС будут оказывать нейротизм, низкая родительская самооценка и стремление быть идеальным родителем, тревожность и копинг-стратегия избегания; 2) среди социальных характеристик значимую роль для более низкого уровня РС будут играть высокий уровень социальной поддержки и удовлетворенность браком.

Общая выборка исследования состояла из 300 матерей детей раннего и дошкольного возраста, проживающих в Санкт-Петербурге. Возраст матерей: от 20 до 47 лет (средний возраст матерей – 32 года), возраст детей – от 3 мес. до 7 лет, средний возраст – 3 года 2 мес. Семейное положение: 89% состоят в браке.

Использовались следующие методики: индекс родительского стресса (Parenting Stress Index) Р. Абидина, опросник удовлетворенности браком Ю. Е. Алешиной, методика «Удовлетворенность жизнью» Э. Динера, опросник социальной поддержки «F-SOZU-22» G. Sommer, T. Fydrich (адаптирован А. Б. Холмогоровой, Н. Г. Гаранян, Г. А. Петровой), «Опросник социальной поддержки» (Interpersonal support evaluation list, ISEL) S. Cohen, R. Mermelstein, T. Kamarck, H. M. Hoberman, опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой), пятифакторный личностный опросник «Big Five» Р. Мак-Крея и П. Косты, «Опросник повседневных стрессоров» Л. А. Головей, М. Д. Петраш, С. С. Савенышевой, О. Ю. Стрижицкой, шкала тревоги Ч. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина, «Опросник отраженного родительского отношения» (Е. В. Романова, М. В. Галимзянова), социально-биографическая анкета (включающая вопросы об отношениях с партнером, эмоциональной атмосфере в семье, включенности партнера в воспитание и т. д.).

Исследование особенностей РС матерей детей раннего и дошкольного возраста обнаружило, что интегральные показатели РС в сфере детей и в сфере родителей, а также общий показатель РС значительно превышают средние значения, полученные в зарубежных исследованиях. У матерей нашей выборки, по сравнению с зарубежными нормативами, выше такие показатели РС в сфере ребенка, как гиперактивность, неадаптивность, требовательность и сниженное настроение ( $p < 0,001$ ), а в сфере родителя – показатели, связанные с компетентностью, изоляцией, привязанностью, здоровьем, депрессией ( $p < 0,001$ ).

Рассмотрим роль таких социальных факторов РС, как отношения с партнером, социальная поддержка, восприятие отношений с родителями в детстве.

Нами были выявлены тесные связи удовлетворенности браком и общего уровня РС ( $p < 0,001$ ), РС в сфере родителей ( $p < 0,001$ ) и РС в сфере детей ( $p < 0,01$ ). Однако связей РС с участием в воспитании супруга и его помощи по дому выявлено не было.

Также нами были проанализированы связи РС и восприятия отношений с родителями в детстве (на меньшей выборке, состоящей из 51 матери). Предиктором стресса, связанного со сферой детей, является непринятие женщины собственной матерью в детстве ( $p < 0,05$ ). Связей с общим уровнем РС не выявлено.

Продолжая тему удовлетворенности браком, мы решили проанализировать роль более широкого понятия – удовлетворенности жизнью, который продемонстрировал так же, как удовлетворенность браком, тесные связи с РС ( $p < 0,001$ ). При рассмотрении их совместного влияния предиктором выступила удовлетворенность жизнью ( $p < 0,001$ ).

Социальная поддержка изучалась с помощью двух методик (F-SOZU-22 и ISEL). Анализ показал, что общий показатель социальной поддержки (F-SOZU-22) тесно связан с интегральными показателями РС ( $p < 0,001$ ), также обнаружены связи отдельных показателей социальной поддержки, кроме шкалы инструментальной поддержки. Регрессионный анализ показал наиболее значимое влияние удовлетворенности социальной поддержкой для уровня РС ( $p < 0,001$ ).

Общий показатель социальной поддержки по методике ISEL также тесно связан с общим показателем РС ( $p < 0,001$ ), стрессом в сфере детей ( $p < 0,01$ ) и стрессом в сфере родителей ( $p < 0,01$ ). Предиктором общего уровня РС выступила материальная поддержка ( $\beta = -0,271$ ,  $p < 0,01$ ).

Важно отметить более тесные связи показателей социальной поддержки с РС в сфере родителей, по сравнению со сферой детей.

Исследование эмоционально-личностных факторов РС имело следующие результаты. Изучение роли повседневных стрессоров показало их тесную связь с РС, при этом предиктором как для общего уровня РС ( $p < 0,001$ ), так и для РС в сферах родителей ( $p < 0,001$ ) и детей ( $p < 0,001$ ) выступает нарушение планов. Также нами были выявлены тесные связи РС как с личностной, так и с ситуативной тревожностью ( $p < 0,001$ ). Рассмотрение совместного влияния повседневных стрессоров, а также личностной и ситуативной тревожности показало, что для общего уровня РС имеет значение личностная тревожность ( $p < 0,001$ ) в сочетании с нарушением планов ( $p < 0,01$ ).

Изучение взаимосвязей характеристик РС с оценками качеств идеальной матери и собственных родительских качеств выявило, что интегральные показатели РС связаны с большей идеализацией родительских качеств ( $p < 0,01$ ), не связаны с оценкой собственных качеств как родителя и очень тесно связаны с показателем расхождения идеального образа матери и оценки своих родительских качеств ( $p < 0,001$ ).

Рассмотрение роли личностных факторов из Большой пятерки (на выборке, состоящей из 51 матери) было выявлено, что проявления РС наиболее тесно связаны с показателями нейротизма; также были обнаружены связи с показателями привязанности и самоконтроля: матери с высокими показателями эмоциональной нестабильности, низким уровнем самоконтроля и привязанности больше подвержены РС. Предиктором выступил уровень нейротизма ( $p < 0,01$ ).

Дополнительно нами была проанализирована роль копинг-стратегий в совладании с РС. Анализ показал, что более высокому уровню РС соответствует преимущественное использование копинг-стратегий «избегание» ( $p < 0,001$ ) и «принятие ответственности» ( $p < 0,01$ ).

Как и в случае с социальными факторами, наиболее тесные связи эмоционально-личностных факторов обнаружены с РС в сфере родителей, по сравнению с РС в сфере детей.

Исследование показало значимую роль таких личностных факторов, как нейротизм, личностная тревожность, существенное расхождение оценки себя как родителя и образа идеального родителя, стрессы, связанные с нарушением планов, использование копинг-стратегии «избегание». Выявлены тесные связи РС и удовлетворенности жизнью: низкий уровень последней может быть как причиной, так и следствием высокого уровня РС. Среди социальных факторов существенное влияние оказывают общая социальная поддержка и удовлетворенность браком.

Таким образом, гипотезы нашего исследования были подтверждены.

## Литература

- Любушина А. А., Савенышева С. С.* Феномен родительского стресса: обзор зарубежных концепций // Известия Саратовского университета. Нов. сер. «Акмеология образования. Психология развития». 2023. Т. 12. № 2 (46). С. 123–136.
- Мисюк Ю. В.* Изучение родительского стресса и способов совладания с ним у женщин в контексте интенсивного материнства // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 6 (98). С. 110–117.
- Петрановская Л. В., Чеботарева Е. Ю.* Родительский стресс российских матерей и его связь со стилем привязанности // Материалы VII Все-



- русской научно-практической конференции по психологии развития (чтения памяти Л. Ф. Обуховой) «Возможности и риски цифровой среды». Т. 2. М.: Изд-во ФГБОУ ВО МГППУ, 2019. С. 306–310.
- Савенышева С. С., Аникина В. О., Мельдо Э. В.* Факторы родительского стресса матерей детей раннего и дошкольного возраста: анализ зарубежных исследований // Современная зарубежная психология. 2019. Т. 8. № 4. С. 38–48. doi: 10.17759/jmfp.2019080404
- Abidin R. R.* Parenting stress Index – Fourth Edition (PSI-4). Luts, Fl: Psychological Assessment Resources, 2012.
- Crnic K., Low C.* Everyday stresses and parenting // Handbook of Parenting: practical issues in parenting / Ed. M. Bornstein. Lawrence Erlbaum Associates: Mahwah, NJ, 2002. V. 5. P. 243–267.
- Deater-Deckard K.* Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions // Clinical Psychology: Science and Practice. 1998. V. 5 (3). P. 314–332. doi: 10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x
- Ostberg M., Hagekull B.* A structural modeling approach to the understanding of parenting stress // Journal of Clinical Child Psychology. 2000. V. 29. P. 615–625. doi: 10.1207/S15374424JCCP2904\_13

## **Профессиональная идентичность в ретроспективном анализе факторов ее становления субъектами высшей ступени образования**

*Н. Р. Салихова, Г. Г. Семенова-Полях, Д. Д. Михайлова*  
*Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань*

В статье описывается феноменология и факторы становления профессиональной идентичности субъектами высшей ступени образования в ретроспективном анализе их жизненного пути. Исследование проводилось на выборке аспирантов, описавших в эссе путь своего профессионального выбора и становления. Метод качественного тематического анализа В. Браун показал, что аспиранты идентифицируют себя со своим профессиональным сообществом. Начало профессионального выбора ретроспективно связывается с дошкольным возрастом. Влияние вуза, семьи и школы происходит через интеракции со взрослыми и сверстниками. Если в детские годы ценны событийная вовлеченность взрослого и сила впечатления, то в старшем возрасте от субъекта требуются активность, умение действовать в условиях конкуренции и поиска «своей» среды.

*Ключевые слова:* профессиональная идентичность, профессиональное становление, субъект жизненного пути.

Многочисленные трансформационные процессы коснулись практически всех аспектов жизнедеятельности современного общества. Высокая мобильность трудоспособного населения, цифровизация, высокий темп жизни – все это влечет за собой изменение в мире труда, где появляются новые трудовые посты, в традиционных профессиях расширяются профессиональные цели и задачи, усложняются операции, реализуемые специалистами. В этих условиях появляются новые требования к субъекту труда и его профессиональной подготовке. «Активность субъекта, постоянное движение, преобразование, изменение, рост и развитие душевной жизни человека» (К юбилею Л. И. Анцыферовой, 1994, с. 156) становятся современной парадигмой, определяющей успех профессионального развития личности в контексте ее жизненного пути.

На пути к достижению профессиональной зрелости специалист неизбежно преодолевает кризисы своего развития. Каждый новый виток – новая ступень, требующая от личности либо построения новой идентичности, либо преобразования старой. «Выбирая, „Я“ осуществляет самоопределение, самоорганизуется и персонализируется» (Шнейдер, 2001, с. 19) и в итоге интегрируется в идентичность, характеризующую «качественную определенность „Я“ в переживании „Я-целостности“ и тождественности на срезе жизненного пути» (там же). Следовательно, обретение своей идентичности – это путь к достижению «развивающейся системной целостности», коей, по мнению Л. И. Анцыферовой, и является личность (Анцыферова, 2006, с. 9).

Вопрос о профессиональной идентичности неоднократно поднимался в психологии (Шнейдер, 2001; Эриксон, 1996; Marcia, 1966). Современные авторы выделяют разнообразные факторы становления профессиональной идентичности – от индивидуальных особенностей личности и ее первичного социального окружения на микроуровне до рынка труда, политических и экономических процессов на макроуровне. СМИ, образование и профессиональное сообщество рассматриваются как связующее звено, составляя мезоуровень (Нор-Аревян, Шаповалова, 2016). При этом в науке недостаточно раскрыто, какие из факторов становятся определяющими в становлении профессиональной идентичности.

Целью нашей работы стало выявление посредством ретроспективного анализа субъектами высшей ступени образования факто-

ров становления профессиональной идентичности в контексте своего жизненного пути.

В исследовании приняли участие аспиранты ( $n = 51$ ) естественно-научных направлений Казанского университета. Респондентам было предложено описать события своей жизни, субъективно связанные с профессиональным самоопределением, вклады значимых фигур, ставших проводниками в мир профессии, а также личностные трансформации как результат этих влияний в форме эссе «Рефлексия своего профессионального становления». Анализ текстов осуществлялся по методу тематического анализа Браун. После выделения основных тем подсчитывалась частота упоминания каждой из них.

Выбор качественного метода исследования определен тем, что он позволяет дать «насыщенное описание» жизненного опыта (Geertz, 1973), ускользающее от жестко стандартизированных процедур, сужающих феноменологию до параметров, заданных тестами. Так, размышляя о месте субъективного в ответах респондентов, Л. И. Анцыферова пишет о том, что ретроспекция позволяет осознать значимые события в жизни человека и дать им эмоционально-ценностную и смысловую оценку (Анцыферова, 2006).

Сформированность профессиональной идентичности может быть описана отношением человека к себе как к будущему и действующему профессионалу (Поваренков, 2003). Респонденты чаще идентифицировали себя со специалистами в выбранной профессии (64%), в частности, с начинающим специалистом (12%). Незначительная часть отождествляла себя с педагогами (6%). Интересно, что ролевая позиция в образовательной деятельности, а именно «аспирант», упоминалась редко (20%). В некоторых эссе аспиранты напрямую не характеризовали свое Я, а писали, например, так: «На данный момент я работаю в лаборатории», — обозначая себя через действие или ситуацию. Это похоже на описанный в социальной психологии феномен «люди в ситуациях» (Santor, 1982), суть которого в том, что наиболее важное и жизненно наполненное человек склонен осмысливать в виде нерасчлененных целостных социально-когнитивных структур.

Как известно, процесс профессиональной идентификации предполагает согласование индивидуальных ценностей с ценностями профессионального сообщества (Малютина, 2014). В текстах эссе среди тем выделялись «первоочередность профессии» в жизненном пространстве (44%), «ценность профессии» (26%), «личный смысл в профессии» (20%). Это говорит о ценностно-смысловой наполненности профессионального развития личности. Чувство сопричастности к профессиональному сообществу (14%), которое отмеча-

ли респонденты, также характеризует представленность профессии в их сознании. Профессионализация и взросление привели к обретению уверенности в себе (32%). Но это произошло не у всех: чувства неуверенности и потерянности в жизни на момент исследования аспирантами фиксировались в 7 случаях.

Кроме ценностного отношения к профессии, маркером успешной профессионализации является эмоциональный отклик. Так, анализируя общий эмоциональный фон эссе, можно выделить переживание идентичности в положительных (48%) и нейтральных (50%) тонах, хотя в двух случаях упоминалось и отрицательное состояние.

Выстраивание профессиональной идентичности – это перманентный процесс, особую роль в котором играет профессиональное самоопределение. Оно происходит на протяжении всего жизненного пути личности, которая постепенно изменяет представление о своем предназначении. Этот тезис подтверждается анализом факторов профессионального становления, указанных в эссе. Так, большое влияние семьи в профессиональном самоопределении на протяжении не только детских лет, но и молодости упоминается в 90% эссе. В школьные годы свою лепту внесла школа (88%), а потом и высшее учебное заведение (96%). Во всех историях, представленных в текстах, это влияние осуществлялось через людей. В 60% эссе при выборе профессии упомянуты оба родителя, только мать в 14%, только отец – в 16%, бабушка – в 10%, дедушка – в 18% случаях. Ничего не написали о родительском влиянии лишь 10% респондентов. Аспиранты – выходцы из профессиональных династий (14% случаев), ощущая миссию рода, описывали свое вхождение в профессию как закономерный процесс и результат наблюдения и включения в общение на различные профессиональные темы со взрослыми, наличия в домашнем окружении различных атрибутов профессии (предметы, книги, оборудование).

Обнаружилось также различие во влиянии семьи по половому признаку. Мальчики, например, ориентировались на профессии мужчин, моделируя профессии лиц мужского пола: отца, дедушки или дяди. Девочки не обнаружили подобную ориентацию на пример лиц своего пола в семье и следовали профессиональным ролевым моделям как женщин, так и мужчин.

В эссе описаны разные способы включения родителей в профессиональное становление: поддержка (54%), помощь в выборе направления (22%), совместный поиск (6%), настаивание на выборе определенной профессии (8%), неприятие родителями выбранной профессии (2%).

Описывая события школьных лет, авторы упоминали одноклассников (62% эссе), друзей (4%) и в 56% эссе – учителей (чаще одного или двух). Вспоминая студенческие годы, писали о преподавателях (50% эссе), научных руководителях (38%), сокурсниках (30%). Как видим, в профессиональном самоопределении личности значительную роль играет «взрослый», выполняющий социальную функцию проводника и наставника в мире профессии. Сверстники также являются важным звеном этого процесса, поскольку в условиях разных авторитетов есть возможность через общение и совместное творчество проанализировать и апробировать свои жизненные планы. В описании событий дошкольного периода о влиянии друзей авторами эссе не упоминалось.

Особое место в ретроспективном анализе профессионального становления занимали события, которые с точки зрения респондентов могли быть существенными для выбора профессии. В этом разделе появляются различия между возрастными периодами. Событийность по сюжетному наполнению становится более насыщенной по мере взросления респондентов. Если в детские годы это поездки (6%) и переезды (2%) с семьей, то в школьный период – это поездки (4%), переходы в другие школы (18%) и классы (8%), конфликты (2%), соперничество (44%), первые опыты подработки (2%). Если в более раннем возрасте это истории про яркие детские впечатления, то в подростковом возрасте описывается конкурентная борьба и поиск своего места, своей среды для развития как ситуации закалки личности и стимулирования активности.

В период обучения в вузе продолжается выбор пространства для реализации своих устремлений, происходит «примерка» профессии в реальных условиях, в деятельности. Респондентами выделялись такие события, как выбор кафедры (8%), смена профессии (4%) и научной направленности (12%), разочарование в профессии (12%), деятельность в студенческом активе (4%), работа на кафедре/лаборатории (14%) и в организации (10%), полевая практика/поездка (4%). Включение в профессиональное сообщество, первый опыт принятия его норм, формирование ответственного отношения к труду и удовлетворенность им, академическая успеваемость, простимулированная успешными практиками, – все это указывается как факторы развития профессиональной идентичности. Причем если события детства и школьный период авторы связывают в большей мере с профессиональным выбором, то период обучения в вузе – с профессиональным становлением.

Особенно часто (в 100% случаев) аспиранты упоминали в своих работах впечатления как во взрослом, так и в детском возрастах. Детские впечатления чаще всего были связаны с семьей. Они возника-

ли в моменты совместных занятий с одним или обоими родителями, с бабушкой и/или дедушкой. Среди таких занятий описываются чтение книг, совместные прогулки, рассказы о своей жизни, эксперименты и т. д. Упоминались также впечатления от подарков, которые родители делали в соответствии с интересами и увлечениями ребенка.

Осмысляя свой путь в профессию, респонденты приходили к выводу, что, несмотря на многие жизненные переплетения, свой выбор профессии кажется им сейчас вполне закономерным и соответствует общей направленности личности, которая обнаруживала себя уже с раннего детства. Профессиональные увлечения сейчас в видоизмененном виде идентичны тому, что импонировало в детстве.

Таким образом, ретроспективно обозревая свой жизненный путь, в качестве факторов профессиональной идентичности аспиранты склонны равноценно выделять как семью, так и образовательную среду (школу и вуз). Причем эти пространства жизнедеятельности развернуты в сознании через действия конкретных людей. Если в детские годы ценна событийная вовлеченность взрослого и сила впечатления, то в старшем возрасте – события, порой даже кризисные, конфликтные, требующие личной активности субъекта.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- К юбилею Л. И. Анциферовой // Вопросы психологии. 1994. № 4. С. 153–157.
- Малютина Т. В.* Профессиональная идентичность, ее структура и компоненты // Омский научный вестник. Сер. «Педагогические и психологические науки». 2014. № 5 (132). С. 149–152.
- Нор-Аревян О. А., Шаповалова А. М.* Факторы формирования профессиональной идентичности // Гуманитарий Юга России. 2016. № 21 (5). С. 102–113.
- Поварёнков Ю. П.* Психологическая характеристика профессиональной идентичности // Кризис идентичности и проблемы становления гражданского общества: Сб. науч. трудов. Ярославль: ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2003. С. 154–163.
- Шнейдер Л. Б.* Профессиональная идентичность: монография. М.: МОСУ, 2001.
- Эрикссон Э.* Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996.
- Cantor N., Mishel W., Schwartz J.* Social knowledge: Structure, content, use and abuse // Cognitive social psychology / Eds A. Hastorf, A. Isen. Holland, 1982. P. 33–72.

*Geertz C.* Thick descriptions: Toward an interpretive theory of culture // *C. Geertz. The interpretation of culture.* N. Y., 1973. Ch. 1. P. 3–30.

*Marcia J. E.* Development and validation of ego-identity status // *Journal of Personality and Social Psychology.* 1966. V. 3 (5). P. 551–558.

## **«Бытийные метаморфозы» как феномен жизненного пути взрослой личности**

*Е. Е. Сапогова*

Московский педагогический государственный университет, Москва

Введен концепт «бытийной метаморфозы», фиксирующей субъективное осознание человеком смены собственного возрастного статуса в контексте представлений о возрастах жизни и соответствующих им характеристиках. Представлены результаты исследования биографических воспоминаний 128 респондентов, отвечавших на вопрос «Когда и в связи с чем я почувствовал себя бесповоротно взрослым?» и соотносивших свой ответ с определенной временной точкой и конкретным моментом своей жизни. Выявлено, что респонденты связывают субъективное достижение взрослого статуса с возрастом 42–45 лет; выделены разновидности бытийных метафор: событийное осознание себя взрослым и осознание через самоиспытание; рефлексивное осознание («Я-осознание»); целевое осознание, эмоциональное осознание; потребностное осознание; «концептуальное» осознание.

*Ключевые слова:* личность, жизненный путь, «бытие взрослым», «бытийная метаморфоза».

Взрослость — фаза жизни и многоплановый социально-психологический статус человека, к анализу которых можно подойти с разных сторон. Так, данный феномен можно рассматривать со стороны становящихся доступными социальных практик, освоения нормативных моделей поведения и реализации жизненных сценариев, характерных для определенных поколений и хронотопов. Также к изучению взрослости можно подойти со стороны нарастающих возможностей физической, экономической, психологической сепарации субъекта от родителей, позволяющих ему со временем занять самостоятельную социальную позицию и достаточно автономно обеспечивать собственную жизнедеятельность, освобождаясь от опеки и принимая ответственность за собственную жизнь. Кроме того, можно исследовать

процессы, позволяющие человеку интегрироваться в существующие нормы и ценности, оттачивая и проверяя их истинность собственными выборами и поступками. Социально и гендерно дифференцированные последовательности событий жизни каждого человека позволяют проследить его становление как личности своего времени, гражданина своего социума, представителя своего этноса (поколения, группы, профессии), современника определенной исторической эпохи и т. д. в совокупности разнообразных характеристик. В русле развиваемого нами экзистенциально-нарративного подхода мы предлагаем дополнить эти исследовательские векторы еще одним аналитическим ракурсом – осознанием субъектом ключевых точек своего внутреннего возрастного и личностного преобразования, в частности, субъективного становления взрослым.

Для их обозначения мы используем метафору «бытийных метаморфоз», подчеркивая значимость осознания человеком своих качественных изменений во времени, самоинтерпретации последующих за ним целей, смыслов, стратегий и способов осуществления жизненного пути и т. д. «Бытийные метаморфозы» фиксируют качественно своеобразные преобразования, воспринимаемые субъектом как сигналы к необходимости изменения собственного бытия (поведения, целеполагания, смыслообразования, ориентиров «заботы о себе» и т. д.) По сути, это вопрос о субъективных критериях саморазвития.

Если до середины XX в. традиционная модель взросления характеризовалась как «ранняя, ускоренная и простая» (основные события наступали рано в одинаковом для всех порядке и шли с небольшими временными интервалами), то сегодня она «поздняя, растянутая и сложная» (Billari, Liefbroer, 2010), и «такие классические признаки взрослости, как брак, рождение детей, материальная независимость, отдельное от родителей проживание сегодня перестают выполнять функцию маркеров взрослости» (Толстых, 2015, с. 9). Эти изменения иначе ставят вопрос о том, какие же именно факторы воспринимаются как указатели взрослого статуса, привлекают внимание к процессам самоосмысления и самопозиционирования.

В силу многочисленности и многоплановости характеристик становления «взрослого бытия», а также в связи с высокой концентрацией жизненных событий на его временном интервале, в том числе свершившихся впервые или поменявших социальный статус человека и модус его жизни (Billari, Liefbroer, 2007; Giddens, 1994; Huinink, 2013; Rindfuss, 1991; Social dynamics..., 2003), в психологии нет единого мнения о критериях взрослости, о содержании, составляющем понятие «взрослый человек», о центральном «ядре» взрослости, о жизнен-



ных компетенциях и достижениях, маркирующих взрослость (профессионализм, трудоустройство, брак, рождение детей), о пережитом опыте, достаточном для признания за человеком самостоятельного жизненного статуса (моральные выборы, принятие ответственности, совладание с утратами, опыт совершения поступков). Его выработка осложняется также тем, что «современные жизненные пути перестали быть „стандартными“, институционализированными, одинаковыми для всех и становятся индивидуализируемыми или „настраиваемыми“» (цит. по: Митрофанова, 2019, с. 56). В этих контекстах информативным может оказаться анализ осознания себя взрослым, фиксируемый в биографических нарративах личности через описание конкретных жизненных явлений (событий, переживаний).

Исходя из убеждения, что критерием взрослости является кумуляция экзистенциального опыта определенного типа: активное управление своей жизнью, психологические вклады в жизнь других, персональная самоинтерпретация свершенных прецедентных поступков и пр. (Сапогова, 2013), метафорой «бытийной метаморфозы» мы, фактически, фиксируем точки пересамеоопределения человеком своей человеческой сущности, миссии, назначения, проекта самого себя, обязательств перед жизнью и т. д. в контексте свершающегося жизненного пути в соответствии с индивидуальными представлениями о возрастах человеческой жизни (как правило, в границах общепонятных семантик «детства – взрослости – старости») и соответствующих им характеристиках.

«Бытийная метаморфоза» является индивидуальным когнитивно-волевым актом и представляет собой лиминальную точку жизненного пространства, мыслимую как переход к «уже (взрослый)», невозможность возврата к «еще не (взрослый)». В этой точке накопленный опыт порождает импульс развития, склоняющий его к «Я-иному (уже взрослому)» от «Я-наличного (еще не взрослому)». Этот импульс мыслится как пресекающий актуализацию предшествующих характеристик жизни и личности и начинающий актуализировать, культивировать последующие изменения, характерные для нового этапа развития.

В нашем общем анализе психосемантической диалектики жизненных «начал/концов» с целью наполнить конкретным психологическим содержанием метафору «бытийной метаморфозы» в 2021–2024 гг. мы просили 128 респондентов (60 мужчин и 68 женщин от 40 до 60 лет, указавших на свою «завершенную/свершившуюся социальную взрослость», т. е. справившихся с традиционными жизненными задачами этого возрастного периода и выглядящих в глазах общества достойными взрослого статуса – имеющих образование, профессию, сферу

занятости, семью и детей, самостоятельно обеспечивающих собственную жизнедеятельность и экономически, юридически, психологически не зависящих от поддержки других) написать биографическое воспоминание с ответом на вопрос: «Когда и в связи с чем я почувствовал себя бесповоротно взрослым?», соотнеся его с определенной временной точкой (хронологический возраст) и конкретным экзистенциальным моментом (реальное или ментальное).

В этом задании мы исходили из ограничивающего допущения, что данный переход есть единовременное уникальное превращение, граница, за которой возврат к прежнему возрастному статусу становится затруднительным, если не вообще невозможным. При этом мы никак не ориентировали респондентов в том, каким по содержанию должен быть этот «водораздел» (событие, чувство и т. д.), но просили детально указать собственные когниции, переживания и поведенческие изменения в точке, когда он был осознан.

Полученные эссе обрабатывались с применением элементов контент-анализа. Анализ результатов позволил сделать несколько заключений.

Во-первых, при всем разбросе хронологических точек, с которыми связывалась «бытийная метаморфоза» взрослости (от 24 до 50 лет), наибольшая их концентрация относится к 42–45 годам (женщины отметили свое «взросление» в целом чуть раньше, чем мужчины, поскольку упоминали в качестве ключевой точки рождение детей, заставившее принять на себя ответственность как за сам факт их появления на свет, так и за необходимость их растить и воспитывать), что в целом свидетельствует о достаточно позднем старте переживания себя взрослым: в то время, когда основные задачи возраста давно решены личностью, но хочется ощущать себя молодым (по аналогии с известным «чувством взрослости» подростков, хочется назвать это «чувством молодости» взрослых со сходными точками смыслового пересечения). Мы объясняем это не только процессами общего невзроствления и распространяющейся прекарностью, но и тем, что для респондентов взросление является не столько социальным событием, сколько индивидуальным и соотносится с ментальными/духовными трансформациями;

Во-вторых, в качестве импульсов к осознанию своей «бытийной метаморфозы» выступали разные категории факторов. В качестве основных кластеров из их совокупности можно выделить кластеры «события» (внешние и внутреннего мира, в том числе эмоциональные), «люди», «индивидуальные ментальные/духовные переживания»; в качестве критериев, как свидетельствует анализ, выступило пережива-

ние этих фактов как элементов экзистенциального опыта, т. е. опыта, затрагивающего людей за живое, откликающегося на имеющееся внутреннее содержание их личности (потребности, цели, смыслы и пр.) и принуждающего их меняться, развиваться.

В-третьих, пытаясь систематизировать совокупность нарратизированных воспоминаний, связанных с «бытийной метаморфозой», мы выделили несколько разновидностей осознания смены собственного бытийного статуса:

- а) наиболее частотная форма осознания все же — событийная: граница взрослости традиционно маркируется определенным пережитым событием (рождением ребенка, браком, завершением совместного с родителями проживания, занятием нового/значимого социального или профессионального статуса, принятием на себя ответственности и мн. др.); его разновидностью можно считать осознание события, мыслимого как личное испытание, которое связывается со своеобразной психологической инициацией при решении сложного вопроса, вставшего перед человеком и переживаемого как своеобразная проверка, самотест (справится ли он, например, с новой должностью или новым видом деятельности, окажется ли готовым к вступлению в неизвестные новые обстоятельства — к эмиграции, к принятию апостериорного Другого, случайно возникших обстоятельств в качестве априорных фактов своей жизни и пр.): «справился — значит взрослый»;
- б) рефлексивное осознание («Я-осознание»), переживаемое как свершившаяся внутренняя перемена, маркируемая неким подмеченным самоизменением (от седых волос и морщин на лице до «усталости от жизни», «торможения по жизни», «жизненной апатии») и его смысловой амплификацией в контексте взрослости;
- в) целевое осознание, выступающее как утрата интереса к реализуемым на текущий момент целям, их девальвация и постановка новых, более персонализированных, часто с более четко очерченным временным горизонтом и аргументированной смысловой необходимостью, меняющее стиль жизни, образ жизни, привычные стратегии траты времени жизни и т. д.;
- г) эмоциональное осознание, связанное, как правило, с эмоциональным потрясением, например, от утраты близких (обычно родителей), от потери работы, от столкновения с фактом эйджизма, с отношением взрослеющих детей к достижениям человека и значимым для него целям и смыслам;
- д) потребностное осознание, связанное с переживанием того, что «просто перестает хотеться» (обучаться, повышать профес-

- сиональный уровень, стремиться к карьерным и иным достижениям, переживать одобрение окружающих, покупать модную одежду, быть на виду, обязательно быть успешным, вызывать зависть, быть образцом для подражания и т. д.) и возникает потребность больше «идентифицироваться с самим собой»;
- е) «концептуальное» (социокультурное) осознание, обычно привязанное к хронологическому возрасту, диктующему посредством социокультурных стереотипов перестать/начать что-то делать («не девочка/мальчик уже, хватит...», «пора перебеситься», «пора остепениться» и пр.).

### Литература

- Мутрофанова Е. С.* Модели взросления разных поколений россиян // Демографическое обозрение. 2019. № 4. Т. 6. С. 53–82.
- Сапогова Е. Е.* Экзистенциальная психология взрослости. М.: Смысл, 2013.
- Толстых Н. Н.* Современное взросление // Консультативная психология и психотерапия. 2015. № 4. С. 7–24.
- Billari F. C., Liefbroer A. C.* Should I stay or should I go? The impact of age norms in leaving home // Demography. 2007. V. 44 (1). P. 181–198. doi: 10.1353/dem.2007.0000
- Billari F. C., Liefbroer A. C.* Towards a new pattern of transition to adulthood // Advances in Life Course Research. 2010. V. 15 (2). P. 59–75.
- Giddens A.* Living in a post-traditional society // Reflexive modernization: Politics, tradition and aesthetics in the modern social order / Eds U. Beck, A. Giddens, S. Lash. Redwood City (California): Stanford University Press, 1994. P. 56–100.
- Huinink J.* De-standartisation or changing life course patterns? Transition to adulthood from a demographic perspective // The Demography of Europe / Eds G. Neyer, G. Andersson, H. Kulu, L. Bernardi, C. Bühler. N.Y.: Springer, Dordrecht, 2013. P. 99–118. doi: 10.1007/978-90-481-8978-6-5
- Rindfuss R. R.* The young adult years: Diversity, structural change and fertility // Demography. 1991. V. 28 (4). P. 493–512.
- Social Dynamics of the Life Course: Transitions, institutions and interrelations (The life course and aging) / Eds W. R. Heinz, V. W. Marshall. N.Y.: Aldine de Gruyter, 2003.

## Сравнение возрастного и ситуативного кризисов человека

*П. А. Сафонов*

Институт психологии РАН, Москва

В статье проводится сравнительный анализ возрастных и ситуативных кризисов человека. В опоре на методологию системного подхода в исследовании проверяется гипотеза о возможности прямого сопоставления ситуативного и возрастного типов кризиса. Кризис рассматривается как универсальная онтологическая категория, играющая конструирующую роль поворотного момента жизненного пути личности. Вводится объединяющее понятие «кризисная система» и выделяются основные направления для анализа рассматриваемых явлений как микро- и макропроцессов, а также выполняется сравнение возрастного и ситуативного кризисов с применением гомологических критериев. В результате проведенного исследования исходная гипотеза отвергается и формулируются задачи для дальнейших исследований, в числе которых – анализ этапов развития рассматриваемых явлений на основании единства кризисной системы и психологического переживания в контексте развития жизненного пути личности.

*Ключевые слова:* возрастной кризис, ситуативный кризис, жизненный путь, кризисная система, сравнение.

### **Введение**

Проблема построения общей возрастной периодизации, включающей как ранние периоды онтогенеза, так и феноменологию развития в периоды зрелости, побуждает нас обратить внимание на ключевые и поворотные моменты в жизни человека. Для обобщающего взгляда на эти явления мы воспользуемся концепцией жизненного пути (Б. Г. Ананьев, Л. И. Анцыферова, К. А. Абульханова и др.), а в качестве поворотных моментов рассмотрим возрастные кризисы (далее – ВК) и ситуативные кризисы (далее – СК). Несмотря на то, что указанная задача представляется слишком объемной для решения ее в рамках одной статьи, в настоящей работе мы определим основные направления для сопоставления рассматриваемых явлений и сконцентрируемся на прямом сравнительном анализе двух типов кризиса между собой. Соответственно, в данном исследовании, принимая в качестве методологических оснований общенаучные принципы системного подхода, мы проверим гипотезу принципиальной сопоставимости ВК и СК.

## Сравнение двух типов кризиса

Прежде чем приступать к основной задаче сравнения, необходимо выполнить ряд важных шагов, среди которых определение онтологического статуса рассматриваемых явлений и введение необходимых и достаточных дефиниций для их описания. Эти требования обусловлены тем, что принадлежность к области онтологии задает собственные правила для анализа, более широкие, нежели чем строгие гносеологические рамки.

Философия предлагает несколько путей для обоснования онтологического статуса того или иного явления, но для наших целей мы воспользуемся результатами диссертационного исследования С. В. Юровицкого, в котором онтологический статус кризиса раскрывается как апория, неразрешимое противоречие, а феноменология кризиса связывается с «наслоением» этапов и ступеней развития мира, в терминологии Н. Гартмана. Кризис рассматривается не только как ситуация, но и как пространственная область, локализованная во времени и закономерно существующая благодаря общей структуре реальности (Юровицкий, 2002).

Такое широкое определение является благодатной почвой для универсализации категории «кризис» и последующего сравнения любого из его типов, однако вспомним, что для обоснования онтологического статуса еще со времен Декарта необходимым условием является критерий субстрата. В нашем случае это существенный критерий, и потому, отвечая на вопрос о его наличии, с учетом методологии избранного подхода, в качестве предварительного решения в рамках настоящей статьи мы вводим дефиницию «кризисная система», которая в самом обобщенном определении означает такой комплекс взаимосвязанных компонентов, который находится в состоянии непреодолимого затруднения функционирования, и это затруднение несет риск необратимого разрушения всего функционального комплекса.

Общие принципы системного подхода требуют от нас рассмотрения исследуемых явлений как минимум в двух аспектах: как совокупности компонентов и как целостного объекта, включенного в другую систему высшего порядка (Пономарев, 1983). Однако если в случае с ВК локализации внутрисистемных и внешних взаимодействий принципиально определяемы и отчасти заданы, несмотря на широкое варьирование временных рамок этих периодов (Сергиенко, 2006), то для СК выполнение этого требования становится затруднительным, так как ситуативные взаимодействия охватывают все пространство вероятностей человеческого существования.

Решение этой задачи мы находим в подходе Б. Г. Ананьева, где в качестве общей системы, включающей как ВК, так и СК, предлагается рассматривать категорию «жизненный путь». Эти идеи Б. Г. Ананьева были приняты в качестве оснований и развиты в работах Л. И. Анцыферовой, — в частности, при рассмотрении диалектического взаимодействия возможного и потенциального в контексте развития, жизненный путь личности описывается автором как «отмеченный критическими периодами» (Анцыферова, 1988, с. 17).

Наиболее общее определение понятия «жизненный путь» звучит как «история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи и сверстника определенного поколения» (Ананьев, 2001, с. 86); при этом отдельно отмечается, что «фазы жизненного пути накладываются на возрастные стадии онтогенеза» (там же, с. 87). Парадокс гетерохронии рождения личности и начала онтогенеза Б. Г. Ананьев преодолевает закономерным рассмотрением родившегося ребенка в контексте социального, экономического и политического статуса его семьи, духовной атмосферы и специфики внутрисемейных отношений (там же).

Раскрывая эти построения, отметим, что жизненный путь личности не возникает вместе с личностью, которая, как известно, появляется позже индивида и субъекта. Индивид как организм уже рождается в сплетении жизненных путей родителей и значимых близких, его дальнейший жизненный путь «ветвится» неотделимо от событий и ситуаций, которые формировали общее направление, получали собственную интерпретацию и коннотацию в каждом последующем поколении. Индивидуальный жизненный путь берет свой исток не в земле потенциалов и мешанине произвольно присваиваемых личностью ценностей, как может представиться при рассмотрении человека в отдельности, в отрыве от макросистемы родителей и окружения, — для нас важна исследовательская рефлексия в том, что жизненный путь индивида — это закономерное «ветвление» и непрерывное продолжение заданного социально-культурного вектора предшествующих поколений.

Своеобразие жизненного пути создает рельеф наслоений и кризисных областей, проходя которые, кризисная система неминуемо сталкивается с соответствующим переживанием. Именно жизненный путь конфигурирует топологию СК и ВК, так как человек соотносит и оценивает события и ситуации в соответствии с концентрированным опытом жизненного пути, неотрывно от него.

В то же время необходимо отметить конструирующую роль ВК и СК в контексте построения человеком жизненного пути и собст-

венного образа мира: значимые кризисные ситуации являются неотъемлемыми компонентами, сочленениями и поворотными точками жизненного пути личности.

Вышеизложенное ставит перед нами сложную задачу по выявлению и описанию механизмов детерминации и взаимосвязи между рассматриваемыми типами кризиса и этапами жизненного пути.

В отечественной психологии сравнение явлений в контексте системы большего масштаба реализовано в методологии анализа микро- и макропроцессов и апробировано на примере онтогенетического развития мышления и решения интеллектуальных задач в работах Л. И. Анцыферовой и Д. Н. Завалишиной (Анцыферова, 1988). Такой анализ проводится в двух направлениях: «снизу вверх», оценкой влияния микропроцесса на макропроцесс, и «сверху вниз» — по возможностям, которые создает макропроцесс для развития микропроцесса (механизмы ароморфозов).

Анализ и конкретизация механизмов ароморфозов жизненного пути, задающих собственную специфику протеканию ВК и СК, требует масштабного рассмотрения, выходящего за рамки настоящей работы. Отметим лишь кратко, что главными механизмами ароморфоза жизненного пути, на наш взгляд, являются процессы антиципации и построения временной перспективы личности, которые проявляются в СК и ВК сходным образом: уровень организации предвосхищающих схем снижается, временная перспектива сужается.

Анализ «снизу вверх», от микро- к макропроцессам, отчасти концептуально повторяет основные критерии гомологического анализа, применяемого в сравнительной биологии. Однако в психологии такой анализ имеет и собственную специфику, включая дополнительное сравнение по новообразованиям соответствующих процессов. Анализ новообразований — это довольно объемная задача, и в рамках настоящей статьи мы укажем лишь их основную общую черту — необратимость кризисных изменений, в результате которых новообразование обоих типов кризиса представляет собой новый способ существования человека.

Детальный анализ механизмов ароморфозов жизненного пути и новообразований различных типов кризиса является для нас ориентиром для дальнейших исследований, но движение в этом направлении невозможно без установления специфики отношений непосредственно между СК и ВК.

Определив основные понятия и границы исследуемой области, мы воспользуемся самым простым способом сравнения: вооружаясь методами эволюционной биологии, с определенной долей мета-



форичности рассматривая жизненный путь личности, его развитие, поворотные моменты и все типы кризисов как компоненты функциональной системы, проведем гомологический анализ этих компонентов так, словно это необходимые и неотъемлемые части общего развивающегося организма.

Классический гомологический анализ содержит шесть критериев, сформулированных А. Ремане (цит. по: Юрченко, Захаров, 2007): три главных — критерии позиции, структуры и транзиции, а также три дополнительных критерия конгруэнтности (общий, специальный и негативный). Критерии конгруэнтности сообщают нам о гомологичности в случае появления сравниваемых структур внутри одного и того же феноменального поля (вида), если они совместно появляются в больших структурах, схожих по строению, а в несхожих встречается реже. Иными словами, это анализ «сверху вниз», в контексте жизненного пути, которого мы кратко коснулись выше.

Таким образом, для выполнения задачи настоящего исследования нам остается провести сравнительный анализ по главным гомологическим критериям:

1. Критерий позиции позволяет оценить сравниваемые компоненты относительно других внешних компонентов системы. И здесь мы сталкиваемся с трудностями определения состава окружающих компонентов, так как в каждом типе кризиса они свои. Очевидно, что кризис первого года жизни и, к примеру, кризис потери близкого человека несопоставимы по этому критерию.
2. Критерий структуры выделяет схожесть набора внутренних компонентов и свойств ткани сравниваемых объектов. В силу гетерохронности развития этот набор компонентов всякий раз разный, однако заметим, что в СК и ВК это кризисная система, «скрепленная» единой психологической тканью переживания кризиса.
3. Критерий транзиции (переходных форм) в нашем случае раскрывает суть этапов развития сравниваемых явлений, и здесь мы снова сталкиваемся с трудностями, так как этапы ВК зачастую не совпадают даже между собой, не говоря уже о сопоставлениях с другим типом. Однако, вводя категории интеграции и дифференциации в качестве универсальных стадий (Анцыферова, 1988), мы находим явные возможности для сопоставления — как в СК, так и в ВК мы имеем дело с четкими и определенными этапами: нарастающая дифференциация и сужение функционального поля, которые сопровождаются реинтеграцией для всех остальных компонентов системы, затем пиковый этап кризиса, спад интенсивности переживания и завершение этапом

интеграции произошедших изменений и конфигурирования всей системы с учетом новых свойств.

Короткий сравнительный анализ показал нам, что ни один основной гомологический критерий не применим к рассматриваемым явлениям. Даже оперируя наиболее общими категориями, мы вынуждены проводить дополнительные логические операции по унификации. Следовательно, гипотеза о возможности прямого сопоставления ВК и СК должна быть отвергнута и дальнейшее исследование необходимо проводить исключительно в рамках гносеологических категорий, позволяющих приводить рассматриваемые явления к общей модели.

## **Выводы**

Резюмируя вышесказанное, отметим, что, несмотря на обоснованность онтологического статуса кризиса, в процедуре сравнения нам не удастся удержаться в области онтологии и прямое сопоставление рассматриваемых явлений невозможно.

Однако приведенный анализ позволил выделить отправные точки для дальнейшей работы: это и стадийная природа рассматриваемых явлений, и целостность кризисной системы, скрепленной «тканью» переживания, в обоих типах кризиса, и общий контекст сравниваемых явлений в концепции жизненного пути личности.

Наиболее перспективным для дальнейших исследований представляется направление анализа по критериям конгруэнтности ВК и СК, что соотносится с результатами исследования, описанного Л. И. Анцыферовой, где анализ «сверху вниз» оказался более продуктивным, по сравнению с прямым сопоставлением и анализом «снизу вверх» (Анцыферова, 1988).

## **Литература**

- Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001.
- Анцыферова Л. И., Завалишина Д. Н., Рыбалко Е. Ф.* Категория развития в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1988. С. 22–55.
- Пономарев Я. А.* Методологическое введение в психологию. М.: Наука, 1983.
- Сергиенко Е. А.* Раннее когнитивное развитие: Новый взгляд. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Юровицкий С. В.* Философия кризиса: Онтологический аспект // Автореф. дис. ... канд. филос. наук. Самара, 2002.
- Юрченко Н. Н., Захаров И. К.* Концепция биологической гомологии: исторический обзор и современные взгляды // Вестник ВОГиС. 2007. Т. 11. № 3/4. С. 537–546.

## **Взаимосвязь самоконтроля и пищевого поведения у девушек**

*Н. Л. Станкевич*

Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,  
Минск, Белоруссия

Статья посвящена актуальной и недостаточно исследованной проблеме. Акцентируется внимание на значимости самоконтроля для осуществления регуляции потребления пищи. Представлены результаты исследования, подтверждающие наличие значимой отрицательной связи самоконтроля и интероцептивной некомпетентности потребления пищи, а также множественных положительных связей между характеристиками пищевого поведения у девушек. Установлено, что у преобладающего количества респондентов показатели самоконтроля превышают значения нормы. На основании анализа результатов исследования сделаны выводы о необходимости формирования у девушек умений и навыков умеренного контроля над потреблением пищи.

*Ключевые слова:* самоконтроль, локус контроля, стресс, пищевое поведение, девушки.

Современный человек сталкивается с большим количеством стрессовых факторов: социальных, психологических, физических, экологических, информационных. Их негативное воздействие может вызвать гиперфагическую реакцию, проявляющуюся в формах нарушений пищевого поведения. Наиболее распространенными из них являются нервная анорексия и нервная булимия. Отказ от пищи или compulsивное переедание используются в качестве компенсаторного способа разрядки напряжения и нормализации эмоционального фона.

Широкая распространенность расстройств пищевого поведения, создающих угрозу здоровью и жизни человека, требует проведения ряда психологических исследований. К важнейшим научно-исследовательским задачам следует отнести определение факторов и закономерностей, путей и способов коррекции нарушений пищевого поведения.

Теоретический анализ психологических исследований (Крюкова, 2010; Рассказова, 2014; Сергиенко и др., 2010; Lasarus, Folkman, 1984) подтверждает, что в качестве личностного ресурса, обеспечивающего совладание субъекта с трудными жизненными ситуациями, может выступать самоконтроль как способ осознанной регуляции собственной активности. Установлено, что структурный компонент самоконтроля – локус контроля, проявляющийся в склонности личности возлагать ответственность за собственные действия на самого себя

или внешние силы — оказывает влияние на выбор способа совладания со стрессом. Интернально ориентированные субъекты воспринимают стрессовую ситуацию как подконтрольную себе, уверены в своей способности регулировать происходящие события, используя конструктивные, преобразующие стратегии.

Контроль собственного поведения является важной частью психотерапии и психокоррекции расстройств пищевого поведения. Регулирование объема употребления пищи переводит пищевые действия из непроизвольного уровня без фиксации на вкусовых ощущениях на произвольный. Отслеживание особенностей потребления пищи с помощью дневника или журнала питания позволяет человеку осознать текущие пищевые нарушения. В процессе самонаблюдения приходит осмысление того, что ощущения голода или сытости обусловлены не только физиологическими потребностями, но и определенными жизненными событиями. Самомониторинг потребления пищи, во-первых, дает психотерапевту детальную информацию о характере проблем пациента, во-вторых, повышает осведомленность пациента об употребляемых им продуктах питания и условиях, обстоятельствах при которых чаще всего наблюдается эпизод переедания.

Стоит отметить, что только умеренный самоконтроль оказывает положительный эффект и повышает качество потребления пищи. При наличии в поведении личности двух крайностей (недостаточного собственного контроля или сверхконтроля) возникает риск психоэмоциональной дезадаптации, роста дискомфорта, напряжения. По мнению Ю. Г. Фроловой, чрезмерное стремление к самоконтролю вызывает различные психосоматические нарушения. Навязчивый контроль над собой приводит к тому, что человек чувствует себя обязанными удовлетворять все предъявляемые к нему требования и испытывает страх потерять самообладание (Фролова, 2003). Например, при расстройстве пищевого поведения (нервной булимии) наблюдается заикленность и повышенный контроль за массой тела, это приводит к появлению поведения, направленного на избавление от лишней пищи.

Таким образом, здоровый самоконтроль подразумевает некоторую степень свободы в выборе поведения. Он предполагает осознанную регуляцию собственной активности, направлен на оптимизацию поведения личности, отслеживание совершаемых ею действий и связанных с ними переживаний.

*Цель* проведенного нами исследования заключалась в определении взаимосвязи самоконтроля и пищевого поведения у студентов. Выборку составили 54 студента физико-математического факультета и факультета эстетического образования Белорусского государствен-

ного педагогического университета в возрасте от 18 до 24 лет, из них 10 юношей и 44 девушки.

В качестве психодиагностического инструментария были использованы Краткая шкала самоконтроля Дж. Тангни, Р. Баумайстера и А.Л. Бун в адаптации Т.О. Гордеевой и др. и «Шкала оценки пищевого поведения» (ШОПП) в адаптации О.А. Ильчика и др. Первая методика измеряет самоконтроль как уверенность в собственной способности контролировать свои импульсы, осознанно регулировать свое поведение, управлять им, проявляя волевую регуляцию при достижении значимых целей, вторая предназначена для оценки нормативности/дезадаптивности ключевых феноменов отклоняющегося пищевого поведения.

Анализ результатов исследования показал, что у 58% респондентов значения самоконтроля превышают показатели нормы, у 4% респондентов они находятся в пределах нормы, а у 37% – ниже нормы. Это свидетельствует о наличии у респондентов крайних значений самоконтроля: склонности к высокой или недостаточной регуляции собственного поведения.

По результатам исследования с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена была выявлена умеренная отрицательная взаимосвязь между шкалами «Самоконтроль» и «Интероцептивная некомпетентность» ( $r_s = -0,46$ ,  $p < 0,05$ ). Отсюда следует, что чем выше самоконтроль испытуемых, тем ниже их interoцептивная некомпетентность, выраженная в неумении распознавать ощущения сытости и недостатка пищи. Дисциплинированные, трудолюбивые испытуемые, которым хорошо удается концентрироваться на работе и достигать целей, контролировать себя, сопротивляться соблазнам, отказываться от дурных привычек, не имеют проблем с нарушением пищевого поведения. Они уверены в себе и способны понимать, а также распознавать наличие у себя чувства насыщения и голода.

Многочисленные взаимосвязи выявлены между субшкалами методики «Шкала оценки пищевого поведения»: «Стремление к худобе» и «Булимия» ( $r_s = 0,63$ ,  $p < 0,05$ ), «Неудовлетворенность телом» ( $r_s = 0,42$ ,  $p < 0,05$ ), «Перфекционизм» ( $r_s = 0,37$ ,  $p < 0,05$ ), «Интероцептивная некомпетентность» ( $r_s = 0,47$ ,  $p < 0,05$ ), «Булимия» и «Неэффективность» ( $r_s = 0,32$ ,  $p < 0,05$ ), «Неудовлетворенность телом» ( $r_s = 0,33$ ,  $p < 0,05$ ), «Недоверие в межличностных отношениях» и «Перфекционизм» ( $r_s = 0,37$ ,  $p < 0,05$ ), «Интероцептивная некомпетентность» и «Булимия» ( $r_s = 0,58$ ,  $p < 0,05$ ), «Неудовлетворенность телом» ( $r_s = 0,36$ ,  $p < 0,05$ ), «Перфекционизм» ( $r_s = 0,48$ ,  $p < 0,05$ ).

Результаты исследования свидетельствуют о стремлении к худобе испытуемых, неудовлетворенных собственным телом, склонных к перфекционизму, испытывающих трудности распознавания ощущения голода и насыщения. Чувство одиночества и неспособности контролировать собственную жизнь повышают риск возникновения у испытуемых булимии. Недоверие в межличностных отношениях респондентов, чувство отстраненности от контактов обусловлены их неадекватно завышенными ожиданиями к окружающим. Дефицит уверенности испытуемых в отношении распознавания чувства голода и насыщения приводит к чрезмерному беспокойству о весе (определенные части тела воспринимаются ими как чрезмерно толстые) и систематическим попыткам похудеть. У испытуемых появляются неадекватно завышенные ожидания в отношении достижений, возникает риск эпизодов переедания и очищения.

Таким образом, анализ взаимосвязи самоконтроля и пищевого поведения у студентов показал, что способность к осознанной регуляции повышает у них уверенность в потреблении пищи, способствует лучшему распознаванию чувства голода и насыщения. Исследования подтверждают, что через контроль над собственными показателями веса и параметрами фигуры поддерживается ощущение контроля над собственной жизнью и успешностью (Киселева, 2014). Однако полученные нами результаты исследования указывают также на то, что существует риск чрезмерного использования самоконтроля. Отсюда следует, что значимой мерой в коррекционной работе с пищевыми девиациями является формирование умений и навыков умеренного контроля над потреблением пищи. Среди эффективных технологий повышения уровня самоконтроля пищевого поведения следует отметить технологию биологической обратной связи. Она обучает понимать и трактовать реакции собственного тела, позволяет сформировать навыки распознавания возникающих пищевых ощущений.

### Литература

- Киселева М. Л.* Профилактика нарушения пищевого поведения девушек-подростков со склонностью к анорексии как формой антиви-  
тальной направленности поведения // Наука и современность. 2014.  
№ 32. С. 7–11.
- Крюкова Т. Л.* Психология совладающего поведения в разные периоды  
жизни. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010.
- Рассказова Е. И.* Понятие саморегуляции в психологии здоровья: новый  
подход или область применения // Теоретическая и эксперименталь-  
ная психология. 2014. № 1. С. 43–56.

*Сергиенко Е. А., Виленская Г. А., Ковалева Ю. В.* Контроль поведения как субъектная регуляция. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010.  
*Фролова Ю. Г.* Психосоматика и психология здоровья. Минск: ЕГУ, 2003.  
*Lasarus R., Folkman S.* Stress, Appraisal and Coping. N. Y.: Springer, 1984.

## **Самоопределяющие автобиографические воспоминания как идеальные мнемические средства экспликации и регуляции Я-концепции**

*О. С. Сулим*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

Статья посвящена изучению свойств и функций самоопределяющих автобиографических воспоминаний в контексте проблемы экологической валидности данного конструкта, а также рассмотрения особенностей этих воспоминаний в связи со стабильностью и изменчивостью личности. Результаты эмпирического исследования показали, что самоопределяющие автобиографические воспоминания присутствуют в психической жизни современных молодых людей и используются ими для реализации широкого набора функций, при этом преобладание ориентации на стабильность или изменчивость Я связано с качественно разными формами нарративов таких воспоминаний, а ориентация на стабильность или изменчивость Я связана с разными блоками их феноменологических характеристик. Полученные результаты обсуждаются в свете рассмотрения самоопределяющих автобиографических воспоминаний в качестве идеальных средств экспликации и регуляции Я-концепции при помощи материала автобиографической памяти.

*Ключевые слова:* самоопределяющие воспоминания, автобиографическая память, Я-концепция, личность, стабильность личности, изменчивость личности.

В качестве одного из перспективных предметов исследования в современной психологии личности обсуждается особый тип автобиографических воспоминаний, способных выразить сущность Я, – самоопределяющие воспоминания (далее – СОВ). Считается, что СОВ играют центральную роль в конструировании и поддержании личности рассказчика (Singer, 1995). Они представляют собой метафорическое выражение Я-концепции, в котором самооценочно значимые аспекты личности (черты, ценности и/или ядерная мотивация)

опосредствуются перцептивной тканью образа конкретного события личного прошлого (Нуркова, 2022).

При этом большинство существующих исследований рассматривают СОВ как «готовые» ментальные конструкты, способность актуализировать которые априорно предполагает их использование для регуляции разноуровневых личностных процессов. Для изучения данного типа воспоминаний в лабораторных условиях используется инструкция, содержащая перечень характеристик материала, который должен быть воспроизведен. Подобное приписывание строгих требований может носить суггестивный характер и приводить к тому, что респондент будет не просто эксплицировать воспоминание, которое он активно использует для решения разноплановых личностных задач, но искусственно конструировать некий нарратив в соответствии с предложенным «техническим заданием», что ставит проблему экологической валидности типично анализируемых в исследованиях СОВ. Однако, на наш взгляд, самоотчет респондента о том, как рассказанное СОВ используется им (и используется ли) в реальной жизни, может служить индикатором «реальности» СОВ за счет их включенности в психическую жизнь личности.

В принципе, тезис об экологичности конструкта СОВ дает возможность рассматривать данный тип воспоминаний в качестве «психологических орудий», позволяющих личности произвольно управлять своей психической жизнью. Действительно, актуализация СОВ, с одной стороны, позволяет сжато представить содержание Я-концепции другому человеку, подкрепляя правомерность приписывания себе той или иной личностной характеристики примером из собственного жизненного опыта. С другой стороны, если описываемое событие осознано как источник трансформации личности, рассказывание СОВ в разных социальных контекстах будет являться попыткой интегрировать новую категорию самоописания в свое Я. В таком случае СОВ могут рассматриваться в качестве идеальных средств экспликации и регуляции Я-концепции.

Следует отметить, что Я-концепция является сложной многоуровневой системой, подразумевающей сочетание стабильности и изменчивости (Гришина, Костромина, 2021). С одной стороны, человек стремится обладать достаточно четким и стабильным представлением о своем Я — подобную отчетливость, внутреннюю согласованность и хронологическую устойчивость, с которой в Я-концепции представлено ее содержание, называют «ясностью» Я-концепции (Campbell et al., 1996). С другой стороны, Я-концепция способна к непрерывным изменениям по мере развития личности, потому одним из свойств лич-



ности является самопротяженность (self-continuity), т. е. способность отслеживать изменения своего Я в течение жизни (Sedikides et al., 2023).

Заметим, что на уровне интегральной Я-концепции данные свойства не следует понимать как противоположные, поскольку изменение и развитие представлений о себе могут приводить к усложнению организации Я-концепции, что, в свою очередь, будет способствовать повышению ее устойчивости (Гришина, 2018). Однако было бы навивно считать, что отдельно взятое СОВ способно отразить всю сложность интегральной структуры Я-концепции – вероятнее, что оно выражает лишь ее определенный аспект. Потому логично предположить, что разные типы СОВ, различающиеся по своим феноменологическим характеристикам, могут быть связаны с разными аспектами Я-концепции: стабильностью или изменчивостью.

Проведенное эмпирическое исследование было посвящено изучению феноменологических и функциональных характеристик воспоминаний, которые респонденты оценивают как «самоопределяющие». В рамках исследования 178 участников, средний возраст 19,24 года ( $SD = 1,9$ ) следовали классической инструкции, предлагающей «описать вашу личность важному для вас человеку, используя для этой цели одно воспоминание из своей жизни». Они указывали возраст, в котором произошло событие, и затем оценивали по пятибалльным шкалам следующие параметры: интенсивность положительных и отрицательных эмоций, вызываемых СОВ; степень психологической близости своего образа в СОВ к актуальному образу Я; степень выраженности сущности своей личности; частоту актуализации данного воспоминания в прошлом; отчетливость воспоминаний о «эпизодических» деталях события, таких как контекст события, место, в котором оно происходило, люди, присутствовавшие в момент события рядом с участником, а также детализацию визуального образа. После этого участники письменно поясняли, зачем они обычно используют данное воспоминание, а также заполняли шкалу ясности Я-концепции и адаптированную на русский язык версию опросника Thinking About Life Experience (TALE), выявляющую степень использования описанного воспоминания для реализации трех функций: 1) самопротяженности, 2) установления и поддержания социальных связей и 3) регуляции поведения.

Результаты показали, что СОВ действительно присутствуют в психической жизни современных молодых людей и используются ими для реализации широкого репертуара функций: саморегуляции поведения (18% протоколов) и эмоционального состояния (16,3%), установления и поддержания социальных связей (17,4%), построения

и рефлексии «истории Я» (16,3%), переживания аутентичности своей личности (3,4%) и самопрезентации (5,1%). Было зафиксировано, что существует связь между функциями СОВ и их характеристиками; причем данная связь обнаруживаются как на уровне особенностей самоопределяющего нарратива, так и на уровне субъективных феноменологических свойств СОВ. Оказалось, что нарративы воспоминаний, использующихся для реализации социальных функций, чаще содержат эксплицитные указания связи содержания события с Я рассказчика ( $t(176) = -2,937$ ,  $p = 0,003$ ) (здесь и далее применялся  $t$ -критерий Стьюдента). Данная закономерность может объясняться тем, что в случае более частого использования СОВ для реализации социальных функций рассказчик чаще оказывается вынужден пояснять для слушателя, как именно воспоминание связано с особенностями его личности, что, в свою очередь, может помочь самому рассказчику лучше осознать эту связь и «закрепить» данный аспект самоописания. Кроме того, функция регуляции поведения оказалась связана с феноменологическими особенностями СОВ: с отчетливостью воспоминаний о контексте события, о месте, где оно происходило, о людях, присутствовавших в момент события, и с возрастом респондента в СОВ ( $t(116) = -2,756$ ,  $p = 0,007$ ). Таким образом, по-видимому, для регуляции поведения используются преимущественно недавние СОВ, обладающие насыщенной перцептивной тканью образа события. Такие воспоминания могут служить подробной наглядной инструкцией, позволяющей точно воспроизводить успешные стратегии поведения или же «учиться на ошибках прошлого».

Мы также выяснили, что ориентация на стабильность или изменчивость Я-концепции связана с качественно разными формами нарративов СОВ: конструированием «характерных» СОВ, иллюстрирующих наличие относительно стабильных характеристики своей личности, или «переломных» СОВ, демонстрирующих трансформацию Я-концепции рассказчика, произошедшую в результате конкретного события личного опыта. Кроме того, данные параметры были связаны с разными «блоками» самоотчетных характеристик СОВ. Так, шкала «Самопротяженность» связывалась с «личностными» характеристиками СОВ: степенью выраженности сущности личности в воспоминании, с психологической близостью образа к Я-в-настоящем, а также с субъективной похожестью образа Я, проявившегося в эпизоде, на респондента в жизни ( $t(116) = -2,423$ ,  $p = 0,017$ ). В то же время шкала «ясности Я-концепции» оказалась связана с эмоциями, вызываемыми СОВ, и со степенью отчетливости своего образа ( $t(116) = -2,544$ ,  $p = 0,012$ ), т. е. респонденты, имеющие отчетливое, непротиворечи-

вое и стабильное в течение времени представление о своей личности, склонны актуализировать СОВ, в котором отчетливо представлен их визуальный образ и которое вызывает у них интенсивные позитивные эмоции.

Полученные результаты оказывают поддержку гипотезе о том, что обеспечение доступа к стабильному непротиворечивому образу Я или ориентация на отслеживание динамики Я во времени связана с качественно различными феноменологическими свойствами СОВ. Они также согласуются с данными о том, что обеспечение «ясности» Я-концепции и самопротяженности являются разными, но тесно взаимосвязанными процессами. Показано, что люди с более низкой «ясностью» Я-концепции склонны обращаться к материалу автобиографической памяти для реализации функции самопротяженности (Bluck, Alea, 2011). В то же время Янг и коллеги утверждают, что субъективная отчетливость структуры Я-концепции, отражаемая в ее «ясности», является необходимым условием для способности формировать темпорально протяженную и согласованную историю своей жизни (Jiang et al., 2020).

Таким образом, мы возвращаемся к идее о том, что система личности способна гармонически сочетать в себе противоречивые аспекты (Анцыферова, 1978), – в частности, стабильность и изменчивость. Анализ СОВ может отражать более актуальную в данное время ориентацию личности – на стабильность сложившейся Я-концепции или на ее изменение. В целом, полученные данные указывают на продуктивность рассмотрения СОВ в качестве идеальных средств экспликации и регуляции Я-концепции при помощи материала автобиографической памяти.

### Литература

- Анцыферова Л. И. Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 3–50.
- Гришина Н. В. «Самоизменения» личности: возможное и необходимое // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. 2018. Т. 8. № 2. С. 126–138. doi: 10.21638/11701/spbu16.2018.202
- Гришина Н. В., Костромина С. Н. Процессуальный подход: устойчивость и изменчивость как основания целостности личности // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 3. С. 39–51.
- Нуркова В. В. Самоопределяющие автобиографические воспоминания в системе личностно-мнемических межфункциональных связей // Культурно-историческая психология. 2022. Т. 18. № 1. С. 79–89. doi: 10.17759/chp.2022180108

- Bluck S., Alea N.* Crafting the TALE: Construction of a measure to assess the functions of autobiographical remembering // *Memory*. 2011. V. 19 (5). P. 470–486. doi: 10.1080/09658211.2011.590500
- Campbell J. D., Trapnell P. D., Heine S. J., Katz I. M., Lavalley L. F., Lehman D. R.* Self-concept clarity: Measurement, personality correlates and cultural boundaries // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. V. 70 (6). P. 141–156. doi: 10.1037/0022-3514.70.1.141
- Jiang T., Chen Z., Sedikides C.* Self-concept clarity lays the foundation for self-continuity: The restorative function of autobiographical memory // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2020. V. 119 (4). P. 945–959. doi: 10.1037/pspp0000259
- Sedikides C., Hong E. K., Wildschut T.* Self-continuity // *Annual Review of Psychology*. 2023. V. 74. P. 333–361. doi: 10.1146/annurev-psych-032420-032236
- Singer J. A.* Seeing one's self: Locating narrative memory in a framework of personality // *Journal of Personality*. 1995. V. 63 (3). P. 429–457. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00502.x

## **Локус каузальности как фактор трансформации внутренней картины жизнедеятельности личности с проблемным пищевым поведением**

*В. И. Шебанова, С. Г. Шебанова, С. Н. Пчелинцева*

Херсонский аграрный университет, Херсон

Представлено, что внешний локус каузальности в комбинации со снижением жизнестойкости, хронической неудовлетворенностью, неосознанностью мотивов и отсутствием смысла жизни на фоне длительного пребывания в ситуации воображаемого/реального избыточного веса обуславливает дезадаптивный вариант трансформации внутренней картины жизненного пути личности. Особенности внутренней каузальной ориентации являются теми факторами, которые в случае пограничных вариантов проблемного пищевого поведения могут препятствовать развитию дезадаптивных вариантов трансформации внутренней картины жизнедеятельности; следовательно, препятствовать дальнейшему развитию пищевого поведения в патологический модус аттрактора болезни; в случае клинических вариантов — являются предикторами нормализации пищевого поведения.

*Ключевые слова:* мотивация, самодетерминация, локус каузальности, внутренняя картина жизнедеятельности, проблемное пищевое поведение, трансформация.

На сегодняшний день многие ученые исследуют проблемы мотивации и самодетерминации различных поведенческих проявлений в контексте жизненного пути, особенности внутренней и внешней мотивации относительно разнообразных аспектов повседневной жизни (Василенко, 2011; Гордеева, 2010; Леонтьев, 2000; Шелдон, 2016; Chirkov et al., 2003). Вместе с тем недостаточно работ, посвященных вопросам внутренней мотивации нормализации пищевого поведения у лиц с проблемным пищевым поведением (далее – ПП) на основе идей психологической теории самодетерминации.

В то же время ряд авторов отмечают низкий терапевтический эффект лечения больных ожирением и расстройством ПП. На наш взгляд, это обусловлено возвращением к «старым» стратегиям питания, отсутствием осознания доминирующих паттернов ПП как патологических, систематическим нарушением рекомендаций специалистов. Однако все это – следствие отсутствия устойчивой мотивации к нормализации веса. Таким образом, возникает потребность в исследовании особенностей мотивации к нормализации ПП у контингента людей с проблемным ПП в континууме «норма–патология». Именно это и обусловило собственные научные изыскания в указанном направлении, что было отражено в ряде публикаций (Бурлачук, Шебанова, 2015; Шебанова, 2016). Кратко изложим наши умозаключения по данному вопросу.

В первую очередь возникает необходимость рассмотреть различия между внутренней и внешней мотивацией относительно нормализации ПП. Под внутренней мотивацией мы понимаем такой тип детерминации ПП, когда иницирующие и регулирующие факторы обусловлены личностными смыслами.

Под конструктом «внешняя мотивация» мы понимаем такой тип детерминации ПП, когда иницирующие и регулирующие факторы являются внешними, т. е. находятся вне личности. В рамках тематики нашей работы к внешней мотивации нормализации ПП мы относим:

- ориентацию на высказывания других людей (мамы, мужа, врача и др.);
- ориентацию на критические, неэтичные высказывания по поводу пышных форм тела или, наоборот, на открытую и скрытую пропаганду СМИ стройного тела как эталона красоты;
- акцентуацию внимания на том сегменте информации в СМИ, который способствует формированию ипохондрического дискурса.

Наиболее продуктивно соотношение конструктов внутренней и внешней мотивации, их влияние на отношение к жизни представлено

в теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана (Deci, Maarten, 2004; Deci, Ryan, 1985). Модель мотивации поведения, рассматриваемая исследователями, описывает закономерности самостоятельного выбора человеком перспектив своей жизнедеятельности.

На основе наших собственных исследований (Шебанова, 2016) выявлено, что люди, которые регулярно переедают, в большинстве своем считают, что источник переедания находится вне их самих (т. е. не они ответственны за процесс потребления пищи и нарушения веса, а внешние обстоятельства). Соответственно, факт переедания, как правило, или отрицается, не признается, не фиксируется в сознании, или рационализируется и объясняется определенным образом.

Обратная тенденция, когда источник переедания связывается только с внутренними причинами, наблюдается у людей с доминированием проблемного ПП в модусе «ограничения в еде», которые с гордостью отмечают свою победу «над едой», поскольку чувствуют, что внутренний источник преодоления тяготения к еде находится в них самих. На наш взгляд, именно специфичность сочетания когнитивного конструкта и особенностей переживания «Победителя» (над голодом, едой, весом) на фоне преодоления трудностей и достижения определенных результатов позволяет им почувствовать себя свободным человеком — автономным, независимым, успешным, эффективным, компетентным.

Важным параметром, позволяющим определить особенности когнитивного конструкта, отражающего меру автономности (самодетерминированности) при планировании и реализации деятельности, является «локус каузальности», описанный в модели мотивации поведения Э. Деси и Р. Райана (Deci, Ryan, 1985). Иными словами, внешний локус каузальности обуславливает возникновение у человека ощущения, что источник поведения (деятельности) находится вне его, при этом индивид чувствует себя объектом манипуляций и постороннего воздействия. В таких случаях субъект действует вынужденно (под влиянием наказания или награды, т. е. «через необходимость») и, хотя и понимает связь между собственным поведением и его результатами (последствиями тех или иных собственных поведенческих реакций), но «результат» как итог деятельности может обесцениваться им или даже оцениваться негативно «как результат, не являющийся собственным» («я не имею к этому никакого отношения», «я в этом не виновен» и т. п.).

Вместе с тем заметим, что если цель похудения имеет внешнюю ориентацию, то деятельность по снижению веса имеет характер маятника: люди то придерживаются жесткой диеты и других способов,

обеспечивающих похудение, то склонны к «приступам чревоугодия» – пищевому срыву как средству быстрого получения удовольствия в координатах соматического Я. Считаем, что это обусловлено, с одной стороны, осознанием необходимости похудения под влиянием давления окружающих, с другой – ощущением насилия над собственным организмом, которое всегда возникает в тех случаях, когда внешняя мотивация не трансформируется во внутреннюю, т. е. есть давление внешней установки «нужно худеть!», но конкретный образ собственного физического тела отсутствует или он имеется, но несовместим с реальными законами функционирования организма. Разнонаправленность внутренних стремлений усиливает неудовлетворенность собой и жизнью в целом, что лишь усугубляет внутренний конфликт. Искривленные стратегии ПП в спектре «переедание–ограничения в еде» фиксируются и приобретают сверхценный характер – становятся единственным эффективным способом получения удовольствия, регулирования настроения, питания, веса, управления другими и т. д.

Таким образом, фиксация проблемного ПП в спектре «переедание–ограничения в еде» обусловлена следующими причинами:

- 1) отсутствием четкого образа желаемого физического тела;
- 2) направленностью на культивирование тела ради него самого без соотношения с реальными законами функционирования телесности, что, в первую очередь, происходит вследствие обезценивания духовного значения тела;
- 3) ограниченным репертуаром владения эффективными стратегиями поведения, которые позволили бы снизить давление негативных эмоций и одновременно испытать внутреннее удовлетворение как единство соматического и психического.

Разделяя позицию авторов Э. Деси и Р. Райана относительно жизненных стремлений (Deci, Maarten, 2004; Deci, Ryan, 1985; Ryan, Deci, 2000), считаем, что внешние жизненные стремления являются, с одной стороны, средствами достижения внешних целей по отношению к личностному Я, с другой – внешними ориентирами качества жизни и условий жизненного благополучия. При достижении этих внешних атрибутов индивид считает, что «жизнь удалась»; в противном случае жизнь оценивается как «ничтожная, отвратительная, позорная и т. д.». Именно поэтому ориентация на достижение и реализацию внешних жизненных стремлений никогда не удовлетворяет индивида, потому что оценка этих внешних атрибутов зависит:

- 1) от сравнения того, что я имею, и того, что имеют другие. При этом индивид не учитывает, что всегда найдется тот, кто имеет более

красивую внешность, более упругое тело, большее состояние, больший успех, власть, популярность и т. д. В подобных вариантах человек без помощи других создает ситуацию хронической неудовлетворенности, прежде всего, собой;

- 2) от реакций других людей. Однако, как и в предыдущем случае, всегда найдется тот, кто укажет на недостатки, изъяны, дефекты и будет обесценивать реализуемые достижения;
- 3) от собственного неудовлетворения уровнем достигнутого.

Такой жизненный путь, когда субъект всегда испытывает нужду («минусы», «недостаток», «дефицит») внешних атрибутов благополучия в своей жизни, превращает его жизнь в бесконечную гонку за призрачным счастьем, истощает его и препятствует личностному росту, духовному развитию и гармоничной жизни.

В связи со значимостью интериоризации принципов здорового питания и коррекции искаженных паттернов ПП особое значение приобретает проблема динамики и перехода от внешне мотивированных действий к аутентичной регуляции, т. е. уяснения условий, способствующих и препятствующих интериоризации и интеграции нормализованного ПП.

Анализ форм и стилей мотивации как психологического дискурса самодетерминации ПП позволяет предложить практические рекомендации и определить направления формирования внутренней мотивации на здоровьесберегающее ПП. На наш взгляд, психологическая помощь людям с проблемным ПП в спектре «переедание—ограничение в еде» и деформациями веса требует следующих шагов:

Помочь осознанию а) препятствий на пути достижения целей и соотношения собственных потенций с возможностями их достижения, б) «сильных» и «слабых» черт личности и их сопоставления с желаемыми целями (для осознания возможности—невозможности достижения целей с учетом реальных качеств личности).

Разработать вместе с клиентом поэтапную стратегию достижения целей. В процессе преодоления трудностей и препятствий на этом пути развивать способность положительного оценивания даже «незначительных» результатов, осознание успеха как результата борьбы, что повышает чувство самооценности, компетентности, самодетерминированности, самоосуществления, удовлетворяет потребность в значимых отношениях, притязаниях, отношениях.

Помочь найти баланс между «хочу—нужно—могу», между жестким контролем и свободой, между внешними требованиями и внутренней свободой. Человек соотносит свое ощущение «хочу» (желания, увлече-



ния, интересы и т. п.) с самоощущением «могу» (возможностями, самоотношением, самооценкой) и давлением необходимости «нужно» (самоконтроль, включающий в себя самоорганизацию, а также представления о социальных эталонах, наставлениях, требованиях и т. п.).

Сформировать навыки анализа соотношения между теми возможностями, которые предоставляет реализация цели, и теми усилиями, которые необходимо потратить на ее достижение (определение своеобразной «цены» этой реализации). Ряд обычных вопросов позволяет лучше осознать актуальность, значимость, возможность, достижимость поставленных целей: «Насколько мне это необходимо сейчас и в будущем?»; «Какова вероятность достижения желаемого результата?»; «Что изменится в моей жизни, если я этого достигну?»; «Что не изменится в моей жизни, если я этого достигну?»; «Что произойдет в моей жизни, если я этого не достигну?»; «Что не случится в моей жизни, если я этого не достигну?».

Таким образом, внешний локус каузальности в комбинации со снижением жизнестойкости, хронической неудовлетворенностью, неосознанностью мотивов и отсутствием смысла жизни на фоне длительного пребывания в ситуации воображаемого/реального избыточного веса (как травматического опыта телесности) обуславливает дезадаптивный вариант трансформации внутренней картины жизненного пути личности. Особенности внутренней каузальной ориентации (самодетерминации, саморегуляции) являются теми факторами, которые в случае пограничных (субклинических) вариантов проблемного ПП могут препятствовать развитию дезадаптивных вариантов трансформации этой внутренней картины, следовательно, препятствовать дальнейшему развитию ПП в патологический модус аттрактора болезни. В случае клинических вариантов проблемного ПП эти факторы являются предикторами нормализации ПП, способствующими трансформации дезадаптивного варианта внутренней картины жизненного пути в адаптивный.

### Литература

- Бурлачук Л. Ф., Шебанова В. І.* Локус каузальності як фактор трансформації внутрішньої картини життєдіяльності особистості з розладами харчової поведінки // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Сер. 12. «Психологічні науки: Зб. наук. праць». К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2015. № 1 (46). С. 53–66.
- Василенко Т. Д.* Жизненный путь личности: время и смысл человеческого бытия в норме и при соматической патологии. Курск: Изд-во Курского гос. мед. ун-та, 2011.

- Гордеева Т. О.* Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории // Психологические исследования. 2010. Т. 3 (12). doi: 10.54359/ps.v3i12.906
- Леонтьев Д. А.* Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 1. С. 15–25.
- Шебанова В. І.* Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма–патологія». Херсон: ПП Вишемирський В. С., 2016.
- Шелдон К. М.* Введение в теорию самодетерминации и новые подходы к мотивации роста // Сибирский психологический журнал. 2016. № 62. С. 7–17. doi: 10.17223/17267080/62/2
- Chirkov V. I., Ryan R. M., Kim Y., Kaplan U.* Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. V. 84 (1). P. 97–110.
- Deci E. L., Ryan R. M.* Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. N. Y.: Plenum, 1985. doi: 10.1007/978-1-4899-2271-7
- Deci E. L., Maarten V.* Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology // Ricerche di Psicologia. 2004. V. 27 (1). P. 23–40.
- Ryan R. M., Deci E. L.* Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being // American Psychologist. 2000. V. 55 (1). P. 68–78.

## **Конфликтное воплощение тела и восприятие будущего у девушек-подростков, страдающих нервной анорексией**

*Т. Д. Шевеленкова, М. М. Сальникова*

Российский государственный гуманитарный университет, Москва

Исследованы девушки-подростки 13–17 лет с нервной анорексией, находящиеся на стационарном лечении. Цель – выявить конфликтное воплощение тела и восприятие будущего на разных стадиях стационарного лечения методом контент-анализа текста эссе по теме «История моего тела». В начале стационарного лечения выделены типы конфликтного воплощения: «отказ от женского», «искаженное тело», «отчужденное тело», «исчезающее тело»; типы восприятия будущего – позитивное, неоднозначное; «идеал будущего – худоба», «будущего нет». В конце лечения снижается число конфликтов «искаженное тело», «отчужденное тело»; «исчезающее тело», появляется неконфликтное воплощение тела; воз-

растает позитивное отношение к будущему, исчезает «идеал в будущем — худоба», но появляется негативное отношение к будущему и усиливаются переживания «будущего нет».

*Ключевые слова:* отношение к телу, конфликтное воплощение тела, телесное воплощение, восприятие будущего, нервная анорексия.

В настоящее время в психологической науке нет широко принятого определения понятия «отношение к своему телу», не выделены сознательные и неосознаваемые его компоненты, что значительно затрудняет изучение и лечение прежде всего нервной анорексии (далее — НА).

Т. Фукс в обзорном исследовании выделяет конфликты телесного воплощения у девушек и женщин при НА, которые могут соответствовать разным стадиям НА (Fuchs, 2022).

Первый конфликт — «тело как отказ от женского». Пик НА приходится на подростковый и юношеский возраст, связанный как с изменениями тела по женскому типу, появлением вторичных половых признаков и т. д., так и с центральным экзистенциальным переходом — уходом из детства (пациентка либо «хочет» остаться в «беззаботном» детстве, либо откатывается к нему). Чтобы «перебраться на другой берег», от детства к зрелости, необходимо пройти ряд испытаний, делающих подростков незащищенными, уязвимыми и очень ранимыми (Дольто, 2010). Понятие «женщина» ассоциируется у девушки-подростка с НА со «взрослостью», с периодом повышенной ответственности, чего она страшится.

Второй конфликт — «искаженное тело» («искаженный образ тела»): пациентка, страдающая НА, видит себя с мнимыми изъянами; еще принимая свое тело как часть себя, она видит эту часть искаженно, через призму своего «поврежденного» восприятия.

Третий конфликт — «отчужденное тело»: страдающая НА уже не видит свое тело частью собственного физического Я; тело представляется чужим. Этим самым пациентка разделяет тело и психику, лишаясь «нормальной» телесности (Зинченко, 2005), благодаря которой душа и тело устанавливают связь для адекватного сосуществования.

Четвертый конфликт — «исчезающее тело». Это самая трагичная стадия, поскольку психика и тело уже разделены, и пациентка, страдающая НА, через неосознаваемое желание стать ангелоподобной и бестелесной, как в клиническом случае Э. Вест (Бинсвангер, 2024), стремится к смерти, так как психика не может существовать без субстрата — тела.

Пятый конфликт — «интерсубъективное тело»: пациентка, страдающая НА, сообщает через тело то, что не может сообщить иначе.

С одной стороны, она хочет остаться в «беззаботном детстве», а с другой – стремится к признанию, любви и самодостаточности, которые требуют автономии. Согласно психоаналитическому взгляду на патогенез НА, мать страдающей НА – доминирующая и контролирующая. Формирование женской фигуры означает для страдающей НА слияние с «плохим», ограничивающим материнским объектом, чего она стремится избежать даже ценой собственной жизни (Шумкова, 2019). Поскольку больной НА подвластно лишь свое собственное тело и только его она и может взять под контроль, постольку именно оно и выражает «скрытое».

В современной отечественной и зарубежной психологии ощущается явная нехватка исследований, выявляющих изменения в процессе лечения именно неосознаваемых аспектов отношения к своему телу, поэтому целью работы стало выявить и охарактеризовать конфликтное воплощение тела и восприятие будущего в аспекте телесности у девушек-подростков с НА на разных стадиях стационарного лечения.

Проверались следующие гипотезы:

1. Если в начале стационарного лечения (далее – НСЛ) все девушки-подростки с НА характеризуются конфликтным воплощением тела, то в конце стационарного лечения (далее – КСЛ) выделяется группа пациенток с неконфликтным телесным воплощением.
2. В НСЛ у большинства девушек-подростков с НА преобладает неоднозначное или негативное восприятие будущего, в то время как в КСЛ выделяется группа пациенток с положительным восприятием будущего.

Из 33 девушек-подростков от 13 до 17 лет, страдающих НА (средний возраст 15 лет), пациенток стационарного отделения Центра изучения расстройств пищевого поведения (ЦИРПП, Москва, 2021–2022 гг.), была выделена группа из 20 человек, завершивших участие в двух этапах исследования (в НСЛ и в КСЛ). Критериями включения в исследуемую группу стали согласие пациенток на участие в исследовании, поставленный психиатром диагноз НА и законченное участие в двух этапах исследования.

Использовался вариант лонгитюдного метода: изучалось изменение частоты конфликтного воплощения тела и восприятия будущего в аспекте телесности у пациенток с НА в процессе стационарного лечения. Основной метод – контент-анализ эссе пациенток на тему «История моего тела» (авторская методика, основанная на представлениях Ф. Дольго, Д. Пайнз и Т. Фукса), включающего ответы на четыре вопроса:

1. Попробуйте охарактеризовать, как менялось ваше тело в течение жизни.
2. Менялась ли ваша жизнь в связи с изменениями вашего тела?
3. Как вы ощущаете свое тело сейчас?
4. Как вы думаете, что будет с вашим телом через 5 лет?

Через месяц после НСЛ (за это время удавалось скорректировать вес), помимо данных вопросов, был задан еще один:

5. Что произошло с вашим телом за последний месяц (с начала лечения в ЦИРПП)?

Методом контент-анализа были выделены смысловые единицы (далее – СЕ), отражающие, кроме анализируемых в статье конфликтного воплощения и отношения к будущему в контексте телесности, также и мотивацию похудения, вторичные выгоды, фиксацию на внешнем виде, субъектное или объектное и эмоциональное отношение к телу, а также темы, волнующие пациенток. Количество СЕ в НСЛ в среднем составило 28,7 и в КСЛ – 27,3.

Результаты свидетельствуют о том, что в НСЛ всех пациенток с НА характеризует конфликтное воплощение тела, как правило, представленное сразу несколькими конфликтами. Ниже в тексте указано среднее количество СЕ, соответствующее вариантам конфликтного воплощения тела, а также процент от общего их количества. Конфликт как «отказ от женского» – у 15% пациенток (2,3 СЕ, 8,3% СЕ), конфликт искаженного тела – у 75% пациенток (3,4 СЕ, 12,2% СЕ), конфликт отчужденного тела – у 35% пациенток (2,3 СЕ, 8,9% СЕ), конфликт исчезающего тела – у 10% пациенток (1,5 СЕ, 5,6% СЕ). В КСЛ конфликтное воплощение «отказ от женского» наблюдалось у 15% пациенток (4,0 СЕ, 10,8% СЕ), искаженное тело – у 55% пациенток (3,4 СЕ, 14,5% СЕ), отчужденное тело – у 5% пациенток (1,0 СЕ, 6,3% СЕ); неконфликтное воплощение тела – у 25% пациенток (9,0 СЕ, 34,2% СЕ); конфликт исчезающего тела не был выявлен ни у одной из пациенток.

Приведем примеры высказываний пациенток с конфликтным воплощением тела. Тело как отказ от женского: «...что вообще творится с моим телом – все эти черные волосы повсюду и целлюлит, даже на икрах»; искаженное тело: «Сейчас мне не нравится, как я выгляжу, потому что мне кажется, что я не худая, а толстая»; отчужденное тело: «Я чувствую себя не в своем теле»; исчезающее тело: «Оно (тело) тянет меня вниз, и это мне доставляет дикий дискомфорт. Мне это вообще не нравится. Я бы хотела его как будто бы отбросить, как ка-

кую-то лишнюю деталь механизма». О неконфликтном телесном воплощении свидетельствуют следующие высказывания пациенток: «Сейчас я хорошо ощущаю, ну, мне комфортно в моем теле. Конечно, оно продолжает меняться, но я только радуюсь своим изменениям»; «Состояние моего тела гораздо улучшилось за последний месяц в ЦИРППе. Я набрала вес, и это повлекло ряд положительных изменений и в эмоциональном состоянии, и в физическом, так что я сейчас хорошо себя ощущаю в своем теле».

Также были выделены типы восприятия будущего. В НСЛ позитивное восприятие будущего – у 10% пациенток (10,5 СЕ, 22,6% СЕ), неоднозначное – у 45% пациенток (3,6 СЕ, 16,3% СЕ). Негативного восприятия будущего выявлено не было, но 30% пациенток (2,3 СЕ, 10,1% СЕ) воспринимали будущее позитивно только в том случае, если они еще больше похудеют. 15% пациенток (2,7 СЕ, 9,2% СЕ) не видели никакого будущего вообще («будущего нет»). В КСЛ позитивное восприятие будущего обнаружено у 25% пациенток (3,6 СЕ, 13,3% СЕ), неоднозначное – у 45% пациенток (4,6 СЕ, 14,3% СЕ), негативное – у 10% пациенток (3,5 СЕ, 15,6% СЕ), «будущего нет» – у 20% пациенток (1,8 СЕ, 10,5% СЕ); «идеал в будущем – худоба» не обнаружил никто.

Приведем примеры высказываний пациенток относительно собственного будущего. Позитивное восприятие будущего: «Я думаю, что через 5 лет я уже 100% вылечусь от этой болезни, и мое тело придет в норму, и я буду его поддерживать в таком же здоровом состоянии»; неоднозначное: «Я думаю, что через 5 лет мое тело также сильно поменяется. Не знаю, в какую сторону, но я очень надеюсь, что эти изменения я приму»; негативное: «Мне кажется, что по достижении своего совершеннолетия у меня начнется та же история, которая была и в 15 лет, то есть на данный момент»; идеал в будущем – худоба: «Главное – чтобы мне нравилось сейчас, как я выгляжу, чтобы стать худой. Я хочу снова весить 36 кг, чтобы был мой минимальный вес»; будущего нет: «Оно останется моим телом, а что с ним будет, это не так уж и важно, если я вообще доживу до этого возраста».

Обсудим полученные результаты. Итак, наше предположение о том, что в НСЛ у всех девушек-подростков, страдающих НА, будет наблюдаться конфликтное воплощение тела, а в КСЛ будет выделена группа пациенток, у которых будет неконфликтное телесное воплощение, подтвердилось. Также подтвердилось предположение, что в НСЛ у большинства девушек-подростков, страдающих НА, будет наблюдаться неоднозначное или негативное восприятие будущего. К негативному восприятию будущего мы в НСЛ отнесли также такое его

восприятие, как «будущего нет» и «идеал в будущем – худоба». В КСЛ действительно выделилась группа пациенток с положительным восприятием будущего.

Таким образом, через месяц стационарного лечения пациенток с НА резко снизилась частота встречаемости конфликтов «искаженное тело» (на 25%), «отчужденное тело» (на 30%); полностью нивелируется конфликт «исчезающее тело», появляется неконфликтное воплощение тела. Частота встречаемости конфликта по типу «отказ от женского» остается прежней, что свидетельствует о его глубокой укорененности в психике страдающей НА.

Типы восприятия будущего выявили следующую динамику: к КСЛ возросла частота встречаемости позитивного отношения к будущему, исчезло представление о том, что «идеал в будущем – худоба», но частота встречаемости неоднозначного отношения к будущему не изменилась, оно выявляется чаще всего. Более того, у респонденток появилось негативное отношение к будущему и возросла частота переживаний того, что «будущего нет».

25% пациенток, у которых в КСЛ наблюдалось неконфликтное воплощение тела, а также позитивное восприятие будущего, сформировали группу с положительной динамикой выздоровления. Пациентки (45%), у которых в КСЛ осталось конфликтное воплощение тела и неоднозначное восприятие будущего, образовали группу с неоднозначной динамикой. 30% респонденток, у которых в КСЛ наблюдались конфликтное воплощение тела и негативное восприятие будущего (или отсутствие будущего как такового), образовали группу с отрицательной динамикой лечения.

Проведенное исследование показывает, что при НА существует такой неотъемлемый неосознаваемый аспект отношения к своему телу, как его конфликтное воплощение, а также не всегда осознаваемое отношение к собственному будущему в аспекте телесности, которые в значительной мере связаны с успешностью лечения НА. Можно также отметить, что с помощью методики «История моего тела» были выявлены возможные психотерапевтические мишени в работе с пациентками с НА: восприятие будущего в аспекте телесности и конфликты телесного воплощения.

Важнейшим вопросом, который остается открытым и требует специального исследования, является вопрос о существовании конфликтного телесного воплощения и обнаруженных при НА видов отношения к собственному будущему в аспекте телесности в группе условной нормы.

## Литература

- Бинсвангер Л.* Два случая: Элен Вест и Лола Фосс. СПб.: Альма Матер, 2024.
- Дольто Ф.* На стороне подростка. Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2010.
- Зинченко В. П.* Психология на качелях между душой и телом // Психология телесности между душой и телом / Ред.-сост. В. П. Зинченко, Т. С. Леви. М.: АСТ, 2005. С. 10–52.
- Шумкова С. В.* Психоаналитические аспекты нервной анорексии // Вестник Прикамского социального института. 2019. Т. 84. № 3. С. 74–78.
- Fuchs T.* The disappearing body: Anorexia as a conflict of embodiment // *Eating and Weight Disorders*. 2022. V. 27 (1). P. 109–117. doi: 10.1007/s40519-021-01122-7

### **Клиентские метафоры в консультативных диалогах по вопросам трудности постановки и достижения целей на жизненном пути**

*М. А. Шукина\**, *А. В. Харлашкина\*\**

\* Национальный медицинский исследовательский центр  
им. В.А. Алмазова, Санкт-Петербург

\*\* Санкт-Петербургский государственный институт психологии  
и социальной работы, Санкт-Петербург

Исследование посвящено изучению клиентских метафор в психологических консультациях по вопросам трудностей в постановке и достижении целей. Проанализировано 78 консультативных диалогов в формате демо-консультации на портале [www.b17.ru](http://www.b17.ru). Путем контент-анализа выделено три основные категории метафор: ограничения, поведение, состояние. Для каждой категории определены круг метафор и частота их встречаемости в консультативных диалогах. Выявлена специфика частоты встречаемости и характера взаимосвязей метафор в консультативных диалогах по запросам трудностей постановки и достижения целей на жизненном пути у клиентов с разной мерой ясности целей жизненных достижений.

*Ключевые слова:* жизненный путь, цель, целеполагание, метафора, консультирование.

Консультирование по вопросам целеполагания на жизненном пути востребуется сегодня все большим количеством людей. Современного человека волнует противоречие неопределенности норм, ценностей, правил, непредсказуемости будущего и возможностей реализации



личностного потенциала, раскрытия индивидуальности, творческого построения себя. В силу этого актуальными запросами психологического консультирования становятся вопросы по определению целей и способов их достижения на жизненном пути.

В психологии вопросы жизненного пути изучаются в разных подходах: в генетическом ученые фокусируются на биографических аспектах жизни человека (Ш. Бюлер, К. Левин, Б. Г. Ананьев, Н. А. Логинова и др.), в субъективном – определяют его с точки зрения событий, которые его наполняют (Е. И. Головаха, А. А. Кроник и др.), в субъектном – рассматривают с позиции организации личностью времени, событий и поступков (С. Л. Рубинштейн, К. А. Абульханова-Славская, Т. Н. Березина, Л. И. Анцыферова, Е. Ю. Коржова и др.). Л. И. Анцыферова подчеркивала субъектную позицию личности при выстраивании жизненного пути: «Личность как субъект „ваяет“ себя, выстраивая и создавая пространство собственной жизни, уникальный жизненный мир. Субъект ставит цели и намечает жизненные планы, избирает стратегии жизни» (Анцыферова, 2006, с. 223). Процессы целеполагания и целеосуществления являются важной частью проявления субъектной позиции на жизненном пути. В то же время субъект не свободен от возникновения трудностей и необходимости преодоления препятствий в процессе целедостижения.

Представляется, что в целях повышения эффективности консультативной практики помощи преодоления целевых барьеров на жизненном пути продуктивно обращение к представленности в клиентском языке тематики целеполагания и целедостижения посредством метафоры. В метафоре соединяется результат рефлексивных суждений об объекте и субъективное оценочное отношение к нему, как показано в работах зарубежных (Дж. Лакофф, М. Джонсон, Д. Гордон, Д. Гроув, М. Эриксон, Р. Кроули) и отечественных ученых (М. О. Аванесян, А. А. Бочавер, И. В. Вачков, Н. Ф. Калина, Т. А. Липская, А. В. Соснин, Г. В. Тимошенко, В. А. Яковлев). Метафора выполняет функцию определения и оценки, помогает передать смысловой контекст ситуации, к которой трудно подобрать слова (Крайнюков, Горюнова, 2021). Метафору можно использовать как инструмент конструирования, презентации психологических явлений, индивидуального опыта, жизненного пути, системы отношений личности (Альперович, 2017). Возможность и эффективность использования метафор при изучении жизненного пути обоснована в работах И. В. Вачкова и Э. М. В. Саликовой (Вачков, Саликова, 2020) и А. А. Бочавер (Бочавер, 2012).

Цель нашего исследования – выявить специфику качественных и количественных параметров представленности метафор в консуль-

тативных диалогах по запросам трудностей постановки и достижения целей на жизненном пути у клиентов с разной мерой ясности целей жизненных достижений.

Гипотеза исследования: частота встречаемости различных категорий метафор в консультативных диалогах по запросам самоуправления отличается у клиентов с разной мерой ясности цели жизненных достижений.

В качестве базы исследования был использован психологический портал b17.ru\*. Проанализировано 78 консультативных диалогов в демоконсультациях по теме «О достижении цели» за период с 08.01.2020 по 06.03.2022. Инициаторами консультаций являлись 61 женщина, 18–50 лет (средний возраст 39 лет), и 17 мужчин, 21–37 лет (средний возраст 29 лет). Отобранные для анализа диалоги связаны с вопросами прокрастинации, отсутствием регулярных действий для реализации своих целей, с проблемами самоопределения, с профессиональной и личностной реализованностью, с неудовлетворенностью отдельными сферами своей жизни. Для анализа эмпирических данных был использован метод контент-анализа, в том числе приложение Yoshikoder v. 0.6.5.0, созданное для анализа текстового контента.

В ходе качественного контент-анализа было установлено, что язык респондентов насыщенно метафоричен – во всех анализируемых консультативных диалогах клиенты использовали метафоры. Общее число метафор – 401 единица, в текстах встречается 1–16 метафор (в среднем 5). При анализе текстов демоконсультаций выделены категории ограничения, поведения, состояния; в качестве единиц анализа рассматривались клиентские метафоры и метафорические высказывания.

В процессе анализа выявлено, что все респонденты используют метафоры негативных коннотаций, у 7% зафиксированы метафоры в позитивном ключе. Категория «ограничение» встречается в 74% диалогов и представлена метафорами: 6% барьер – «натыкаюсь на барьер», 9% блок – «мне кажется, есть какой-то блок», 6% стопор – «тут как будто что-то стопорит», 12% туман/неясность – «сфера для меня новая, во многом туманная», 8% отсутствие ориентира/болото – «мне просто непонятно, что должно стать моим ориентиром», 8% тупик – «кажется, тупик – ни работы, ни перемен, ни перспектив», 14% нет выхода – «не знаю, где из всего этого выход». Категория «поведение» встречается в 69% диалогов и представлена метафорами: 13% зависнуть – «я зависла между старой и новой жизнью», 14% замереть – «я как будто в анабиозе, жду чего-то, и уже даже сам не знаю, чего жду»,

---

\* URL: <https://www.b17.ru>.

10% застрять — «мне кажется, я все еще застряла в детской роли», 19% ходить по кругу — «сегодня ты пару часов что-то поделал, а завтра снова работа — все опять по кругу», 19% стоять на месте — «время идет, а я стою на месте и обвиняю себя в трусости и несобранности», 12% тормозить — «чем дальше я торможу, тем больше теряю драгоценное время на бесполезное занятие», 3% буксовать — «я буксую уже много лет», 6% бездействовать — «мысли о том, что будут оценивать, возникает страх и я бездействую», 23% откладывать — «понял, что жизнь проходит, а я пропадаю в прокрастинации», 8% плыть по течению — «я устал уже плыть по течению». Категория «состояние» встречается в 74% диалогов и представлена следующими метафорами: 26% отсутствие сил — «потеряла силы и мотивацию», 15% пустота — «запал пропадает и пустота внутри», 15% руки опускаются — «тут почему-то опускаются руки и кажется, что я недостойна», 13% саботаж — «откуда берется этот внутренний саботаж», 6% ступор — «грусть и безысходность — это ступор», 19% недостаток энергии — «моя энергия уже несколько дней на нуле», 12% лень — «лень буквально выворачивает меня изнутри», 12% перегорание — «не зная, кем быть, перепробовала несколько профессий, но наступило перегорание», 5% перегрузка — «я буду упахиваться до полусмерти, и жить мне будет некогда», 11% поломка — «как будто внутренний моторчик перестал работать».

Для проверки гипотезы был сделан акцент на высказываниях респондентов с разной мерой ясности жизненных целей. У 66,7% респондентов имеются цели, но они не ясно выражены: неопределенны — «мне нужна деятельность, которая как-то расширит мои горизонты, будет вдохновлять меня»; противоречивы — «хочу собраться с коллегами и пойти в аквапарк с детьми», «я хочу научиться жить не как все, то есть одна»; не свои — «часто достигаю целей назло кому-то»; далеки — «цели, вроде поставлены, но... их достижение кажется достаточно далеким» или слишком глобальны — «я хочу прийти к большим успехам в творчестве, хочу создать себе имя». У 33,3% респондентов цели отсутствуют: «уже несколько месяцев ищу новую цель в жизни и ничего не могу найти», «нет цели в жизни», «пропали цели».

Для проверки гипотезы была сопоставлена частота использования исследуемых метафор респондентами с разной мерой ясности цели жизненных достижений. Респонденты, имеющие неясно выраженные цели (далее — ГР1), в целом чаще употребляют метафоры исследуемых категорий, чем респонденты без цели (далее — ГР2). Относительная частота применения метафор категории «состояние» у респондентов ГР1  $f^*_{с. 1} = 0,77$ , в ГР2 —  $f^*_{с. 2} = 0,69$ ; употребление метафор категории «поведение» —  $f^*_{п. 1} = 0,71$  и  $f^*_{п. 2} = 0,65$ ; использование метафор

категории «ограничение» одинаково:  $f^*_{огр. 1} = 0,58$  и  $f^*_{огр. 2} = 0,58$ . По категории «ограничение» определено, что респонденты ГР1 чаще, чем респонденты ГР2, применяют все метафоры данной категории, за исключением метафоры «отсутствие ориентира». Частота встречаемости данной метафоры для респондентов без цели  $f^*2 = 0,42$ , для респондентов с неясно выраженной целью –  $f^*1 = 0,23$ . Метафора «нет выхода» занимает вторую позицию по использованию метафор категории «ограничение» ( $f^*1 = 0,17$ ,  $f^*2 = 0,08$ ). По категории «поведение» определено, что респонденты с неясно выраженной целью чаще применяют все метафоры данной категории: «откладывать» ( $f^*1 = 0,27$ ,  $f^*2 = 0,15$ ) «стоять на месте» ( $f^*1 = 0,25$ ,  $f^*2 = 0,08$ ), «ходить по кругу» ( $f^*1 = 0,23$ ,  $f^*2 = 0,12$ ), «зависнуть» ( $f^*1 = 0,17$ ,  $f^*2 = 0,04$ ). По категории «состояние» респонденты с неясно выраженной целью чаще, чем респонденты без цели применяют метафору «руки опускаются» ( $f^*1 = 0,21$ ,  $f^*2 = 0,04$ ); респонденты без цели чаще используют метафору «отсутствие сил» ( $f^*1 = 0,23$ ,  $f^*2 = 0,31$ ). Для статистической проверки гипотезы использован критерий углового преобразования Фишера. Определено, что для групп сравнения существуют достоверные различия по распределению метафор «руки опускаются», «отсутствие ориентира» и «зависнуть», «стоять на месте», «бездействовать».

С целью статистического изучения связанности в использовании респондентами метафор использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Сравнение результатов анализа показывает специфику метафорической представленности трудностей в достижении целей респондентами с различной мерой ясности жизненных целей. Различны связи между метафорами поведения «ходить по кругу» и метафорами состояния: для ГР1 согласуется с метафорой «саботаж» и «стопор», для ГР2 – с метафорой состояния «перегрузка», с метафорами ограничения «нет выхода» и «стопор». Установлены различия между согласованием метафоры поведения «откладывать дела» и метафорами состояния: для ГР2 – «лень»; для ГР1 – «перегрузка». Метафора состояния «лень» для ГР1 согласовывается с метафорами «плыть по течению» и «застрять», что в свою очередь подчеркивает пассивность такого типа поведения – человек действует и поступает так, как складываются обстоятельства. Для группы респондентов, имеющих цель, определено больше взаимосвязей с метафорами «поведения»: в ситуации ограничения «нет выхода», человек «ходит по кругу»; в ситуации неясности, «тумана» респондент начинает «тормозить» и «стоять на месте»; если человек ощущает себя в «болоте», то он «бездействует». Метафора ограничения «барьер» для человека с целью коррелирует с метафорой состояние «перегорание», что можно объяснить более

активной позицией респондентов данной группы и тем, что чем больше барьеров на жизненном пути, тем быстрее наступает перегорание или, напротив, человек «перегорел» и, пока он не восстановит свое ресурсное состояние, он будет чувствовать внутреннее ограничение, отражая его внешним «барьером».

В результате исследования выявлено, что респонденты используют метафоры чаще для описания условно негативных факторов. В рамках исследования были выделены следующие категории метафор: «ограничение», «поведение», «состояние». Подтверждена гипотеза о том, что частота встречаемости различных категорий метафор в консультативных диалогах отличается у клиентов с разной мерой ясности цели жизненных достижений. На основании проведенного анализа рекомендуется в ходе психологического консультирования по вопросам целеполагания и целедостижения делать акцент на метафорах клиента, раскрывающих его состояние, эмоциональный фон, на метафорах, отражающих ограничения — то, что мешает клиенту двигаться дальше (внешние и внутренние барьеры достижения), и на метафорах поведения, описывающих действия клиента или его бездействие, как средства структурирования опыта клиента.

### Литература

- Альперович В. Д.* Метафоры «своих» и «чужих» людей как репрезентации «образа мира» личности в российской психологии // Психология и психотехника. 2017. № 1. С. 51–61. doi: 10.7256/2454-0722.2017.1.22407
- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бочавер А. А.* Метафора как инструмент анализа убеждений (в контексте представлений учителя о своей работе) // Современная зарубежная психология. 2012. Т. 1. № 1. С. 65–75.
- Вачков И. В., Саликова Э. М. В.* Метафорические представления о жизненном пути у студенческой молодежи // Проблемы современного образования. 2020. № 1. С. 15–38. doi: 10.31862/2218-8711-2020-1-24-38
- Крайнюков С. В., Горюнова Ю. В.* Психосемантический анализ метафор в психологическом консультировании // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Т. 29. № 1. С. 165–183. doi: 10.17759/cpp.2021290110

## РАЗДЕЛ 4

# СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

### **Взаимосвязь субъективного ощущения одиночества и фрустрации студентов**

*К. А. Ахремчик*

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины, Гомель,  
Белоруссия

Рассмотрены теоретические аспекты взаимосвязи данных психологических феноменов с точки зрения различных подходов. Представлены результаты эмпирического исследования показателей одиночества и фрустрированности у студентов второго и третьего курсов. В исследовании использованы методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана (модификация В. В. Бойко) и опросник определения одиночества С. Г. Корчагиной. По уровню субъективного ощущения одиночества был выделен преобладающий вид одиночества. С помощью корреляционного анализа зафиксированы значимые положительные связи между видом одиночества и уровневыми показателями социальной фрустрированности. Автор приходит к выводу, что студентам, которые не чувствуют себя одинокими, легче справляться с трудностями.

*Ключевые слова:* одиночество, вид субъективного ощущения одиночества, фрустрация, социальная фрустрированность, студенты, взаимосвязь одиночества и фрустрации.

Изучение феномена психологического одиночества становится наиболее актуальным. Д. Берис подчеркивает, что более 70% подростков и молодых людей в возрасте 18–24 лет зачастую испытывают психо-

логическое одиночество. В более старших возрастных группах этот показатель также достаточно высок (Берис, 2023).

В трудах К. Роджерса, Г. Салливана, А. Маслоу, Э. Фромма освещались вопросы возникновения одиночества. Среди отечественных ученых эта проблема отражена в трудах А. А. Бодалёва, Б. С. Гершунского, Е. И. Головаха, Н. В. Панина и других (Корчагина, 2005).

Представители когнитивного направления Л. Э. Пепло и Д. Перлман изучают одиночество как одну из частиц сознания. Это ощущение связано с неудовлетворенностью социальными связями, их несоответствием необходимому показателю. Только осмыслив себя одиноким, человек может испытать чувство одиночества (Перлман, 1989).

Последователи экзистенциального подхода рассматривают одиночество как важное требование формирования и становления личности. Согласно данному подходу, все люди первоначально одиноки, просто каждый в различной степени осмысливает и изведывает одиночество. Поэтому одиночество не получится излечить, его можно только осмыслить и принять (Ялом, 2004, с. 576).

Необходимо упомянуть о статье Фриды Фромм-Рейхман «Одиночество», где показана одна из первых интерпретаций одиночества. Автор подчеркивает отсутствие единого определения и недостаточную операционализацию изучаемого феномена: «одиночество — одно из наименее удовлетворительно внедренных психических явлений, даже не припомненное в большинстве книг по психиатрии» (цит. по: Корчагина, 2008, с. 11–12). Исследовательница считает одиночество стрессовым состоянием и полагает, что оно носит разрушительный характер и приводит к психотическим состояниям.

В свою очередь С. Г. Корчагина различает состояние одиночества, одиночество как ощущение, механизм и отношение. Под состоянием одиночества она рекомендует понимать «переживание индивидом утраты внутренней целостности и внешней гармонии с миром» (там же); под ощущением одиночества — «осознание индивидом неспособности (на конкретном этапе) иметь близкие, приватные отношения с кем-либо, основанные на взаимном принятии, любви и понимании» (там же); «одиночество как механизм есть постепенное уничтожение возможности личности воспринимать и воплощать имеющиеся в обществе нормы, принципы, ценности в конкретных жизненных ситуациях» (там же); «одиночество как отношение — неспособность принятия мира как самоцели и самооценности» (там же).

Необходимо также прояснить понятие и некоторые характеристики фрустрации. Социальная фрустрированность представляет собой следствие действительной социальной ситуации, где выражена

неспособность реализации актуальных социальных потребностей. Социальная фрустрированность характеризует стрессогенность социальных фрустраторов, например, таких как неудовлетворенность взаимоотношениями, образованием, социально-экономическим положением, статусом в обществе, физическим и психическим здоровьем, работоспособностью и другое (Вассерман, 2004). Если мы обратимся к понятию, которое дал основоположник теории фрустрации С. Розенцвейг, то «фрустрация» обозначает психическое состояние, инициированное неспособностью удовлетворения некоторых своих важных потребностей (Rosenzweig, 1945). Исследователь А. И. Плотицер предполагает, что социальную фрустрацию необходимо характеризовать как психологический феномен, который описывает состояние индивида, а не организма, и согласен с определением, предложенным Н. Д. Левитовым, согласно которому фрустрация представляет собой состояние личности, проявляющееся в характерных тонкостях эмоциональных волнений и поведения, вызываемое объективно непреодолимыми (либо субъективно так понимаемыми) сложностями, возникающими на пути к достижению цели либо к решению какой-либо важной для субъекта задачи. Н. Д. Левитов в своем исследовании «Фрустрация как один из видов психических состояний» акцентирует внимание на то, что, согласно определению социальной фрустрации и ее переживанию личностью, по существу, фрустрация представляет собой итог таких обстоятельств, при которых ожидаемая реакция либо предупреждается, либо замедляется (Левитов, 1967, с. 36–42).

Может ли психологическое одиночество быть связано с фрустрационной реакцией?

После того как парни и девушки оканчивают школу, входят во взрослую жизнь, меняются их круг общения, социальное положение, межличностные и социальные связи. В связи с этим можно предположить, что одиночество и фрустрация являются чрезвычайно актуальными и вместе с тем недостаточно исследуемыми проблемами среди студентов. Причем наиболее ярко проблема одиночества, как известно, выражена у студентов первого курса, что обусловлено трудностями адаптации к учебному процессу и новому коллективу (Карпенко, 1985, с. 431).

В состоянии субъективного ощущения одиночества труднее обрести помощь и поддержку со стороны окружающих людей, в том числе и со стороны ближайшего окружения. Социальные связи и отношения индивида в этой ситуации находятся в достаточно тяжелом, кризисном состоянии, заметна тенденция к их уничтожению. У личности снижаются возможности приобрести извне необходимые ресурсы для устранения проблем, быстрее наступает чувство бессилия, обре-



ченности, и она погружается во фрустрационное состояние. В свою очередь, фрустрация приводит к сокращению внутриличностных возможностей для совладания с проблемами в коммуникации. Круг замыкается. Субъективное ощущение одиночества и уровень фрустрированности начинают усиливать друг друга. Разорвать этот пагубный круг бывает достаточно трудно: проблемы нарастают, а ресурсы снижаются (Любякин, 2023).

Так как существует дефицит эмпирических данных по изучаемой проблеме, нами было проведено исследование психологического одиночества и фрустрации у студентов. Мы предположили, что существует прямая корреляция между показателями субъективного ощущения одиночества и фрустрации у студентов. Исследование проводилось на базе Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины. Выборку составили 60 студентов второго и третьего курсов в возрасте от 18 до 20 лет (30 мужчин и 30 женщин).

Для проведения исследования были использованы следующие методики: «Опросник для определения вида одиночества» С. Г. Корчагиной и методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана (модификация В. В. Бойко).

Проанализировав полученные данные по методике «Опросник для определения вида одиночества» (С. Г. Корчагиной), можно сделать вывод, что у большинства студентов преобладает пониженный уровень субъективного ощущения одиночества. Это подразумевает, что они достаточно приспособлены к социальной среде, в которой находятся, могут устанавливать и поддерживать контакты, в целом удовлетворены качеством своих отношений. Но присутствует небольшой процент студентов, периодически переживающих одиночество: сталкиваясь с проблемами, они не сразу находят способ выхода из трудной ситуации.

В данной выборке студентов наиболее выражено диссоциированное одиночество, которое предполагает не только четко выраженное проявление механизмов идентификации и обособления, но и их стремительные изменения. Это весьма сложное состояние одиночества по возникновению и проявлениям. Доминирование данного вида в нашей выборке может быть обусловлено возрастом опрашиваемых. Для этого возраста свойственны поиски себя, попытки самоопределения, понимание своих желаний и стремлений, планирование будущего как в общем, так и в контексте профессионального становления.

Результаты, полученные по методике «Диагностика уровня социальной фрустрированности» Л. И. Вассермана, демонстрируют, что большинство студентов практически не чувствуют социальной фрустрированности, – значит, их социальные потребности приближе-

ны к наибольшей степени удовлетворенности, уровень качества жизни и социального благополучия соответствует высокому. Но также некоторые студенты этой выборки имеют высокие и средние показатели социальной фрустрированности и сталкиваются с социальным неблагополучием. Количество студентов с низким уровнем социальной фрустрированности превышает количество студентов с низким уровнем общей фрустрированности, – следовательно, сложности в социальной сфере в меньшей степени воспринимаются опрашиваемыми как непреодолимые.

Для того чтобы проверить нашу гипотезу о существовании связи между уровнем субъективного ощущения одиночества и уровнем фрустрированности, проводился корреляционный анализ с использованием коэффициента корреляции Спирмена. Была обнаружена значимая положительная связь шкалы «Одиночество» со шкалой «Уровень социальной фрустрированности».

Таким образом, наше предположение о наличии достоверной связи между субъективным ощущением одиночества и уровнем фрустрации находит свое подтверждение в данной выборке.

По результатам исследования выяснилось, что в ситуации субъективного ощущения одиночества сложнее получить психологическую и иную помощь, а также поддержку со стороны окружающих людей, быстрее происходит вхождение во фрустрационное состояние. Большинство студентов второго и третьего курсов практически не испытывают одиночества. Это подразумевает, что они достаточно приспособлены к социальной среде, в которой находятся, могут устанавливать и поддерживать контакты, в целом удовлетворены качеством своих отношений. Высокие показатели фрустрации для студентов нехарактерны; средние показатели выявлены у небольшого процента опрашиваемых: периодически у них возникают серьезные проблемы, но, тем не менее, нужные решения находятся и фрустрация не достигает высокого уровня. Также обнаружена значимая положительная связь показателей переживания одиночества и социальной фрустрированности. Данные проблемные психологические состояния связаны друг с другом и могут друг друга усиливать. Вместе с тем снижение уровня фрустрированности приводит к снижению рисков переживания одиночества. Если студент успешно решает проблемы в коммуникации, у него меньше рисков пережить фрустрацию.

### Литература

*Берис Д.* Терапия одиночества: как научиться общаться, дружить и любить. М.: Альпина Паблишер, 2023.

- Вассерман Л. И., Иовлев Б. В., Березин М. А.* Методика для психологической диагностики уровня социальной фрустрированности и ее практическое применение: Методические рекомендации. СПб., 2004.
- Корчагина С. Г.* Генезис, виды и проявления одиночества. М.: МПСИ, 2005.
- Корчагина С. Г.* Психология одиночества: Учеб. пособие. М.: МПСИ, 2008. С. 11–12.
- Карпенко Л. А.* Краткий психологический словарь. М.: Политиздат, 1985.
- Левитов Н. Д.* Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. 1967. № 6. С. 36–42.
- Любякин А. А., Вильгельм А. М., Гревцева О. И.* Исследование ощущения одиночества и фрустрации у студентов // Проблемы образования, науки и культуры. 2023. № 4. С. 5.
- Перлман Д.* Теоретические подходы к одиночеству. Лабиринты одиночества. М.: Прогресс, 1989. С. 152–168.
- Ялом И.* Экзистенциальная психотерапия. М.: Класс, 2004.
- Rosenzweig S.* The picture-association method and its application in a study of reaction to frustration // Journal of Personality. 1945. 1 Sept. P. 32–57. doi: 10.1111/j.1467-6494.1945.tb01036.x

## **Принципы изучения психологической безопасности личности**

*Г. В. Валеева*

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск

В статье психологическая безопасность личности рассматривается как составляющая безопасной жизнедеятельности через призму объяснительных принципов научного познания декомпозиции, детерминизма, системности, развития неопределенности, субъектности и альтернативности, которые позволяют понять ее природу как психологического феномена. Представлены конкретизированные понятия «субъектность» и «психологическая безопасность личности». Эмпирические данные получены в результате комплексного использования проективной моторно-экспрессивной методики и стандартизованных методов.

*Ключевые слова:* личность, психологическая безопасность, субъектность, стратегии жизнедеятельности.

Современные исследования понимают безопасную жизнедеятельность личности как ее способность сохранять устойчивость к деструктив-

ным воздействиям в ходе своего развития (Валеева, Тюмасева, 2023). Поэтому психологическая безопасность личности рассматривается как основа безопасной жизнедеятельности. Однако устойчивость личности противоречит процессу ее развития, так как происходящие изменения нарушают устойчивость. Теоретическое обоснование системы принципов изучения психологической безопасности личности и определение понимания психологической безопасности личности как психологического феномена позволят разрешить это противоречие, что и является целью настоящего исследования.

Проверялась гипотеза о том, что обоснование системы объяснительных принципов научного познания позволит изучить природу психологической безопасности личности как психологического феномена и разрешить противоречие «безопасность—развитие».

Задачей стало изучение и описание природы психологической безопасности личности на основе системы объяснительных принципов научного познания и эмпирических данных.

Принцип декомпозиции предполагает, что однородные, но разнонаправленные части психологической безопасности личности не существуют друг без друга (Валеева, Тюмасева, 2022) («опасность—безопасность» и «здоровье—болезнь»), проявляются в иерархическом (по принципу соответствия «Я-концепция—субъектность—психологическая безопасность личности») и синергетическом взаимодействии (по принципу дополнения: субъективная и объективная составляющие здоровья личности). Целевая установка и критерии развития безопасной жизнедеятельности как метасистемы (осознанные отношения человека с миром, обеспечивающие характеристики жизни) определяют взаимодействие этих полярностей. Иерархичность целевой ориентации системы психологической безопасности личности делает ее открытой системой, поддерживающей свое существование, функционирование и развитие, благодаря обмену энергией и информацией с жизнедеятельностью в целом как метасистемой и с субъектностью личности как подсистемой.

Принцип детерминизма выявляет закономерную зависимость явлений от порождающих их причин как совокупности факторов, управляющих развитием системы (Принцип развития..., 2015). «Причина» психологической безопасности личности состоит в процессе субъективного отражения самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя — Я-концепции. «Переходный процесс», возникающий при взаимодействии «причины» и «следствия», выражен как субъектность — состояние, возникающее в результате субъективного отражения самоосознанным и целостным индиви-

дом объективной реальности самого себя (Я-концепция), что позволяет ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов.

Принцип системности определяет психологическую безопасность личности как систему, обладающую внутренней целостностью и динамикой. Характеристики данной системы являются результатом становления субъектности и ее взаимодействия с объективными показателями здоровья как условиями жизнедеятельности. Взаимодействие показателей субъектности и состояния здоровья личности определяет четыре стратегии жизнедеятельности: «истинная безопасность» – субъективно и объективно безопасная жизнедеятельность; «истинная опасность» – субъективно и объективно опасная жизнедеятельность; «иллюзия безопасности» – субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность; «иллюзия опасности» – субъективно опасная, но объективно безопасная жизнедеятельность.

Субъектность, в свою очередь, определяется внутренней системой факторов (Я-концепция, смысл жизни, технологии построения отношений с миром), обеспечивающих динамическое равновесие между адаптационными возможностями субъекта и изменяющимися условиями природно-социальной среды. Я-концепция – системообразующий фактор субъектности: анализ взаимодействия между элементами Я-концепции позволяет выявить смысл жизни; взаимодействие Я-концепции со смыслом жизни позволяет выстроить иерархию приоритетов и ресурсов развития, которые характеризуют развитие субъектности, регулирующей отношения с миром.

Принцип развития рассматривает психологическую безопасность личности как систему, последовательно проходящую полиморфный процесс прогрессивных преобразований или разрушения неэффективных форм организации личности (Анцыферова и др., 1988). Этот процесс может быть дестабилизирован противоречиями во внутренней системе факторов субъектности.

Стимулом развития психологической безопасности личности является единство противоположно направленных тенденций «безопасность (устойчивость) – опасность (неустойчивость)», создающих необходимое напряжение. Индивидуализация развития психологической безопасности личности обуславливается субъективными причинно-следственными связями между факторами субъектности (субъективной и объективной составляющей здоровья личности), а преемственность – постепенным переходом количественных изменений в качественно новое понимание своей субъектности и состояния здоровья своей личности.

Принцип развития дополняется принципами неопределенности, субъектности и альтернативности (Сергиенко, 2021), что указывает на основополагающую роль субъекта, базовыми свойствами которого являются целостность, единство, интегральность в выборе опасной или безопасной жизнедеятельности и принципиальную открытость, возможность саморазвития.

Принципы научного познания позволяют рассматривать психологическую безопасность личности как результат становления субъектности и определять ее следующим образом: психологическая безопасность личности — состояние, возникающее в результате субъективного отражения самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя, позволяющее ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов, которая приводит к формированию осознанных отношений, обеспечивающих стабильное и полное проявление характеристик жизни: организации, метаболизма, роста, адаптации, реакции на раздражители и воспроизводство (там же).

В исследовании психологической безопасности личности использовались следующие методики: проективная моторно-экспрессивная (изучение внутренней системы факторов субъектности — «Технология личностного развития «Психология образа») и стандартизованная программа комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья «Гармония». В исследовании, проведенном в 2019–2023 гг., приняли участие 65 студентов (2/3 девушки) в возрасте от 18 до 22 лет.

Предполагаемым следствием нарушения Я-концепции (неодушевленные Я-концепции: «Полет фантазий», «Мир», «Домик») у 70–75% респондентов является неразвитая субъектность. Показатели субъектности находятся в переходной зоне: выраженность состояний агрессии и ригидности — 9,8 баллов; иерархия ценностей не сформирована; 50–60% не удовлетворены состоянием костно-мышечной системы, не сформированы представление об оздоровлении и потребность в нем как метадеятельности (7,5% от максимально сформированного); 79% хотят «быть понятым», что говорит о пассивной позиции в процессе взаимодействия со средой и осознаваемой субъективной опасности — у всех респондентов крайне высокая стрессонапряженность (выраженность показателя 503,7 баллов).

Развитая субъектность у 25–30% респондентов — это предполагаемое следствие адекватного субъективного отражения самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя (одушевленные Я-концепции — «Лебедь», «Мудрец», «Улитка»).

Объективная составляющая здоровья: все респонденты имеют хронические проблемы с физической составляющей здоровья (вторая группа); в качестве референтной группы не указывают свою профессиональную когорту, что говорит о трудностях адаптации в профессиональной среде.

Нарушения в субъективной и объективной составляющей здоровья у 70–75% респондентов приводят к формированию стратегии жизнедеятельности «Истинная опасность». У 25–30% респондентов высокий уровень развития субъектности, который в сочетании с нарушением объективной составляющей здоровья приводит к формированию стратегии «Иллюзия безопасности» (Валеева, Тюмасева, 2023).

Решая задачи изучения и описания природы психологической безопасности личности, мы исследовали естественное развитие данного феномена и в процессе консультирования.

Приведем пример естественного развития психологической безопасности личности, сравнив данные разных лет:

- 2019 г., Я-концепция – «Иные размеры». Несформированная Я-концепция блокирует реализацию смысла жизни, респондент ощущает себя иным, но не понимает, каким, поэтому не может определить свое место в жизни, хотя и осознает свой ресурс как уникальность, но неясно, в чем конкретно. Смысл жизни определяет как «поиск своего места в жизни на основе своей уникальности». Неразвитая субъектность: показатели субъективной составляющей здоровья, агрессия, ригидность и стрессонапряженность в зоне дезадаптации (14 б.; 300 б.). Показатели объективной составляющей здоровья: вторая группа здоровья, нет референтных групп. Стратегия жизнедеятельности – «Истинная опасность», субъективно и объективно опасная жизнедеятельность;
- 2023 г., Я-концепция – «Градация (структура)». Несформированная Я-концепция блокирует реализацию смысла жизни, респондент видит себя основой всего, ощущает и отстаивает свою индивидуальность, но не понимает, что именно. Проблема с осознанием ресурса усиливается, агрессию считает ресурсом, но из-за социального запрета заменяет на контроль, что говорит о внутреннем конфликте потребностей и установок. Смысл жизни: «На основе внутреннего контроля сохранить свою индивидуальность и быть востребованным». Неразвитая субъектность: переход состояния агрессии в зону крайней дезадаптации (16 б.). Показатели объективной составляющей здоровья не изменились. Стратегия

жизнедеятельности — «Истинная опасность». Таким образом, наблюдается усиление психологической опасности личности.

Приведем также пример развития психологической безопасности личности в консультировании по вопросам субъективной составляющей здоровья:

- 2019 г., Я-концепция — «Путь к любви». «Смысл жизни в том, чтобы основе на основе чистоты намерения достичь понимания и избежать саморазрушения». Высокая степень неопределенности и зависимости от «внешнего» говорит о неразвитой субъектности: показатели субъективной составляющей здоровья в зоне дезадаптации (11–17 б.), вторая группа здоровья. Стратегия жизнедеятельности — «Истинная опасность», субъективно и объективно опасная жизнедеятельность;
- 2020 г., Я-концепция — «Жизнерадостный мишка». «Смысл жизни в том, чтобы, на основе принятия и ответственности, быть таким, как хочу: жизнерадостным». Уровень сформированности субъектности повысился — показатели субъективной составляющей здоровья в норме (5–7 б.), ригидность и тревожность в переходной зоне (11 и 8 б.). Показатели объективной составляющей здоровья: вторая группа здоровья, но появилась референтная группа. Стратегия жизнедеятельности — «Иллюзия безопасности», субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность.

Таким образом, наблюдается усиление психологической безопасности личности. Поскольку проблемы физической составляющей здоровья носят хронический характер, то «иллюзия безопасности» является высшим возможным результатом в этом случае.

Понимание психологической безопасности личности как основы безопасной жизнедеятельности через призму объяснительных принципов научного познания позволяет понять ее природу и разрешить противоречие «безопасность—развитие»: если развитие личности, протекающее как коадаптация личности и среды, направлено на познание личностью цели безопасной жизнедеятельности как метасистемы (стабильное и полное проявление характеристик жизни), то понижается уровень конфликтности между субъективным отражением самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя. Соответственно, повышается уровень структурированности иерархии приоритетов развития личности и ее ресурсов, позволяющий выстраивать субъект-субъектные отношения с Миром, формируется стратегия жизнедеятельности «Истинная безопасность».



## Литература

- Анцыферова Л. И., Завалишина Д. Н., Рыбалко Е. Ф.* Категория развития в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1988. С. 22–55.
- Валеева Г. В., Тюмасева З. И.* Технология консультирования в области субъективного здоровья. Челябинск: Южно-Уральский науч. центр РАО, 2022.
- Валеева Г. В., Тюмасева З. И.* Взаимодействие субъективных и объективных характеристик жизнедеятельности как детерминанты психологической безопасности личности // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2023. № 3. С. 6–22. doi. org/10.18384/2949-5105-2023-3-6-22
- Принцип развития в современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.
- Сергиенко Е. А.* Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.

### **Агрессивность психологов на разных этапах профессионального развития**

*Н. Ю. Ванькова, Н. А. Васильченко*

Кубанский государственный университет, Краснодар

Представлены результаты изучения агрессивности психологов, находящихся на разных этапах профессионального развития. В исследовании приняли добровольное участие 80 человек. Целью являлось выявление особенностей агрессивности психологов. Были получены достоверные различия в личностных особенностях представителей выделенных групп респондентов, определена специфика их агрессивности. Практикующих психологов можно описать как в целом эмоционально уравновешенных, не склонных к депрессивности и раздражительности, не проявляющих агрессию, достаточно открытых к общению, социально активных. Обучающиеся психологи при общей эмоциональной устойчивости могут проявлять некоторую раздражительность и склонны к агрессивным реакциям, к аффективным состояниям и проявлению физической агрессии.

*Ключевые слова:* агрессивность, агрессия, личность, психолог, профессиональное развитие.

Современность, которая характеризуется неопределенностью, постоянно меняющимся ритмом жизни и ограниченностью необходимых ресурсов, ставит перед личностью ряд новых задач, реализация и осуществление которых требует больших усилий, как психоэмоциональных, так и физических. Это негативно сказывается на социальной и экономической ситуации в стране и в мире и порождает рост агрессии, агрессивного поведения в социуме. Понимая, что достаточно большую работу в этом направлении проводят специалисты помогающих профессий, возникает необходимость изучить в том числе агрессивность психологов, имеющих разный профессиональный стаж (Володарская, 2023), тем более что исследований агрессивности среди специалистов именно помогающих профессий, на наш взгляд, недостаточно.

Теоретический анализ строился на исследованиях, раскрывающих сущность понятий «агрессивность», «агрессивное поведение» и «агрессия» (З. Фрейд, К. Лоренц, Э. Фромм, А. Адлер, Дж. Доллард, П. Миллер, Л. Берковиц, Д. Зилманн, Э. Торндайк, Б. Ф. Скиннер, И. П. Павлов, А. Бандура, Р. Бэрон, Д. Ричардсон, Р. Уолтерс, А. Эллис и т. д.); на исследованиях, отражающих особенности формирования агрессивности и ее проявлений как факторов, оказывающих влияние на эмоциональные отношения личности (В. Н. Мясищев, А. Басс, В. С. Мерлин, Г. М. Андреева, Л. П. Колчина, С. Н. Ениклопов, Н. Д. Левитов, О. Ю. Михайлов, В. Петров, Т. Г. Румянцева, С. К. Рощина, Е. В. Романин, Ю. М. Антонян, К. Бютнер, В. В. Гульданд и др.); на исследованиях, описывающих направления изучения личности (С. Л. Рубинштейн, Л. И. Анцыферова), в том числе в процессе профессионализации (В. А. Бодров, Н. Ю. Волянюк, Е. А. Климов, Л. М. Митина, Э. Ф. Зеер, А. Н. Леонтьев, Ю. П. Поваренков, А. Т. Ростунов, Д. Сьюпер, А. Г. Фонарев, Э. Шпрангер и др.); на исследованиях, направленных на изучение особенностей личности психолога в профессиональной деятельности (А. Г. Асмолов, Н. В. Бачманова, Ю. М. Забродин, Е. А. Климов, Н. В. Кузьмина, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, А. К. Маркова, В. С. Мерлин, К. К. Платонов, Е. С. Романова, А. П. Ситников, Н. А. Стафурина, Г. В. Телятников, В. Д. Шадриков, А. Ф. Шикун и др.).

*Цель* нашего исследования – выявить особенности агрессивности у психологов на разных этапах профессионального развития: у обучающихся и у молодых уже работающих специалистов.

*Объектом* выступила личность психолога. *Предмет* исследования – личностные особенности психологов (обучающихся и молодых специалистов психологов-практиков). Общая гипотеза состояла в том, что существуют различия в особенностях агрессивности и осо-

бенностях поведения у обучающихся психологов очно-заочной форм обучения и у молодых специалистов, психологов-практиков, с небольшим опытом работы от шести месяцев до трех лет.

В современной психологии существуют различные теоретические подходы к определению, пониманию сути и природы агрессивности. Мы придерживаемся следующего определения: агрессивность – это выраженное свойство личности, которое направлено на причинение вреда, нанесение ущерба или проявление насильственных действий в отношении других людей или окружающего мира ради достижения собственных целей. При этом крайне важно различать понятия «агрессия» и «агрессивность», так как часто, особенно в повседневной жизни, эти понятия сливаются в единое целое, хотя, по сути, таковым не являются (Румянцева, 1991). Во многих источниках отмечается, что агрессия есть не что иное, как «выпад» в направлении другого человека или объекта, которые он воспринимает как врага или противника, либо это процесс завоевания территории другого человека для удовлетворения собственной потребности власти, ради желания обладать чем-то очень ценным для агрессора (Дроздов, 2019). Различные проявления агрессивности в различных жизненных ситуациях зависят в первую очередь от обстоятельств, с которыми сталкивается конкретная личность, от ее жизненного опыта, привычных стратегий поведения и желаний человека на данный момент (Фирсов, 2019).

В. Н. Мясичев рассматривал агрессивность как один из способов выстраивания эмоциональных отношений в процессе становления личности. Это относится как к личной, так и к профессиональной жизни.

Исследователи часто в своих трудах опираются на концепцию профессионально важных качеств личности – ее индивидуальных особенностей, значимых для успешного решения профессиональных задач в процессе трудовой деятельности, влияющих на ее качество и результат (Решетников, 2023).

В настоящий момент исследователи обращают свое внимание на проблему профессионального становления личности в процессе трудовой деятельности. Эта проблема получила достаточно широкое освещение в работах различных авторов (В. А. Бодров, Э. Ф. Зеер, Е. А. Климов, Ю. П. Поваренков).

Данные исследователи под процессом профессионального становления личности понимают процесс ее профессионального развития, зависящий от внутренней готовности человека к самореализации, проявлению активности в этом процессе и готовности раскрывать

свой потенциал и свои возможности, в том числе — готовности брать за этот процесс ответственность.

Изучая и подробно исследуя профессиональное становление личности, многие исследователи выделяют различные стадии, уровни, этапы, через которые проходит любой специалист в процессе своего профессионального становления. В данной работе мы коснемся начальных этапов профессионального развития психологов.

Респондентами выступали студенты магистратуры 1–2 курса очно-заочной формы обучения Кубанского государственного университета (40 человек). Вторую группу составили молодые психологи-практики с опытом работы от шести месяцев до трех лет (40 человек). Выборка исследования включала 80 человек. Возраст респондентов — от 22 до 52 лет.

Для определения уровня агрессии и агрессивности испытуемых применялись три методики: «Опросник уровня агрессивности» А. Басса — А. Дарки (адаптация методики Осницкий); «Шкала враждебности» Кука—Медлей, CMHS; «Фрайбургский многофакторный личностный опросник» (FPI). Для обработки данных использовались U-критерий Манна—Уитни и корреляционный анализ.

Эмпирические данные, полученные по методике «Фрайбургский многофакторный личностный опросник» (FPI), показали существенные различия в выделенных группах. Практикующие психологи имеют более низкие показатели, чем представители группы «обучающихся психологов», по шкалам «Невротичность» ( $U_{\text{эмп}} = 286,5$ ,  $p = 0,0001$ ), «Спонтанная агрессивность» ( $U_{\text{эмп}} = 318$ ,  $p = 0,0001$ ), «Депрессивность» ( $U_{\text{эмп}} = 492$ ,  $p = 0,003$ ), «Раздражительность» ( $U_{\text{эмп}} = 337,5$ ,  $p = 0,0001$ ), «Уравновешенность» ( $U_{\text{эмп}} = 431,5$ ,  $p = 0,0001$ ), «Реактивная агрессивность» ( $U_{\text{эмп}} = 280,5$ ,  $p = 0,0001$ ), «Маскулинность/феминность» ( $U_{\text{эмп}} = 352,5$ ,  $p = 0,0001$ ). Это свидетельствует о том, что практикующие психологи являются более устойчивыми и уравновешенными относительно стрессовых и кризисных ситуаций, более уверены в себе и оптимистичны, не склонны к депрессивным состояниям, спокойны. У них менее выражено стремление к любому типу доминирования и проявлению власти, они менее эгоцентричны и авторитарны, менее раздражительны и в меньшей степени проявляют агрессивные паттерны поведения. Они обладают высоким уровнем жизненной активности, проявленности в социальной и профессиональной деятельности. Психическая деятельность протекает у практикующих психологов преимущественно по женскому типу. Но при этом есть шкалы, в которых мы видим противоположную картину, где показатели у «практикующих психологов» выше, чем у «обучающихся пси-

хологов»: это «Общительность» ( $U_{\text{эмп}} = 495,5$ ,  $p = 0,003$ ); «Застенчивость» ( $U_{\text{эмп}} = 475$ ,  $p = 0,002$ ); «Открытость». Таким образом, данная группа респондентов общительна и коммуникабельна, легче выстраивает межличностные отношения, они открыты, обладают стремлением к доверительным и честным отношениям с окружающими людьми, но при этом высоким уровнем самокритичности. Практикующие психологи могут признавать собственные ошибки и исправлять их, однако во фрустрирующих ситуациях могут чувствовать себя неуверенно, излишне сдерживать себя в проявлении собственных чувств и переживаний, испытывать растерянность, чувство вины или стыда.

Описание полученных результатов двух групп по агрессивности и формам агрессии показали, что есть достоверные различия по шкалам «Косвенная агрессия» ( $U_{\text{эмп}} = 412$ ,  $p = 0,001$ ), «Вербальная агрессия» ( $U_{\text{эмп}} = 279$ ,  $p = 0,001$ ), «Шкала агрессивности» ( $U_{\text{эмп}} = 561$ ,  $p = 0,02$ ), «Шкала враждебности» ( $U_{\text{эмп}} = 291$ ,  $p = 0,001$ ). Полученные данные показывают, что обучающиеся психологи способны не только к активной, прямой агрессии и вербальному ее выражению, но и к пассивной агрессии в отношении других субъектов, т. е. могут проявлять агрессию через пассивные формы.

При этом обучающиеся психологи способны проявлять себя более спонтанно и свободно, легко проявляют весь спектр агрессивных реакций. Практикующие психологи имеют показатели по подавляющему большинству этих шкал ниже, чем у обучающихся психологов, что, в свою очередь, говорит о том, что у них великолепно развиты навыки самоконтроля выражения гнева и трансляции его во внешний мир.

В группе практикующих психологов выявлены положительные значимые корреляционные связи между следующими шкалами: «Физическая агрессия» и «Негативизм» ( $r = 0,7$ ,  $p = 0,001$ ); «Косвенная агрессия» и «Раздражение» ( $r = 0,56$ ,  $p = 0,001$ ), «Вербальная агрессия» ( $r = 0,50$ ,  $p = 0,001$ ) и «Угрызения совести, чувство вины» ( $r = 0,54$ ,  $p = 0,001$ ); «Раздражение» и «Обида» ( $r = 0,55$ ,  $p = 0,001$ ), «Подозрительность» ( $r = 0,56$ ,  $p = 0,001$ ), «Вербальная агрессия» ( $r = 0,77$ ,  $p = 0,01$ ), «Угрызения совести, чувство вины»  $r = 0,52$  ( $p = 0,01$ ), «Шкала цинизма» ( $r = 0,56$ ,  $p = 0,01$ ); «Обида» и «Угрызения совести, чувство вины» ( $r = 0,62$ ,  $p = 0,01$ ), «Шкала цинизма» ( $r = 0,61$ ,  $p = 0,001$ ), «Шкала враждебности» ( $r = 0,59$ ,  $p = 0,001$ ); «Подозрительность» и «Вербальная агрессия» ( $r = 0,53$ ,  $p = 0,001$ ), «Угрызения совести, чувство вины» ( $r = 0,51$ ,  $p = 0,001$ ); «Вербальная агрессия» и «Шкала цинизма» ( $r = 0,57$ ,  $p = 0,001$ ), «Шкала враждебности» ( $r = 0,50$ ,  $p = 0,001$ ); «Шкала цинизма» и «Шкала враждебности» ( $r = 0,69$ ,  $p = 0,001$ ). Для практикующего психолога важно проявлять агрессию экологичным способом, брать ответст-

венность за собственные чувства, проявлять и присваивать их себе, не стараться быть только «хорошим», а иметь контакт с собственными чувствами и состояниями.

В группе обучающихся психологов выявлены положительные значимые корреляционные связи, число которых меньше, чем в первой группе. «Физическая агрессия» и «Раздражение» ( $r=0,54$ ,  $p=0,001$ ); «Вербальная агрессия» ( $r=0,51$ ,  $p=0,001$ ) и «Шкала цинизма» ( $r=0,50$ ,  $p=0,001$ ); «Раздражение» и «Подозрительность» ( $r=0,58$ ,  $p=0,001$ ); «Обида» и «Подозрительность» ( $r=0,53$ ,  $p=0,001$ ); «Угрызения совести, чувство вины» и «Шкала враждебности» ( $r=0,53$ ,  $p=0,001$ ); «Шкала цинизма» и «Шкала агрессивности» ( $r=0,78$ ,  $p=0,001$ ), «Шкала враждебности» ( $r=0,53$ ,  $p=0,001$ ); «Шкала агрессивности» и «Шкала враждебности» ( $r=0,52$ ,  $p=0,001$ ). Обучающиеся психологи обладают повышенной напористостью в отношении достижения собственных целей, готовностью активно отстаивать себя в конфликтных ситуациях путем угроз, применения физической силы; могут проявлять недоверие и демонстрировать подозрительность по отношению к причинам альтруистичных и высоконравственных поступков, пытаются обличить других в корысти или эгоцентризме.

Были получены следующие выводы:

1. У практикующих психологов уровень агрессивности и ее проявления снижаются в процессе приобретения профессионального опыта за счет самоанализа, саморефлексии, личностного роста специалиста.
2. Существуют различия в личностных портретах, качествах личности и ведущих стратегиях поведения обучающихся психологов и практикующих психологов.
3. У обучающихся психологов уровень агрессивности повышен из-за напряжения, тревожности, стресса, которые неизбежно возникают в процессе обучения, а способы профессионального разрешения сложных эмоциональных ситуаций только формируются.

### Литература

- Володарская Е. А., Филипенко О. Ю. Психологические характеристики имиджа современного психолога // Человеческий капитал. 2023. № 5 (173). С. 154–167.
- Дроздов А. Ю. Агрессивность как системное свойство личности // Вестник Полоцкого государственного университета. 2019. № 15. С. 36–43.
- Решетников М. Феномен агрессивности в психологии, психиатрии и в социуме // Глобус: психология и педагогика. 2019. № 4 (32). С. 17–27.

*Румянцева Т. Г.* Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке. М.: Владос, 1991.

*Федорова Ю. А., Хамидуллина Г. Н.* Социально-психологический портрет студента-психолога // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. 2023. № 68. С. 156–159.

*Фирсов К. Н.* К вопросу о структурно-содержательной характеристике агрессивного поведения // МНКО. 2019. № 5 (78). С. 196–198.

## **Социализация цифровых подростков**

*А. А. Волченкова, А. М. Загумённая*

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль

Внедрение цифровых технологий в повседневность приводит к переработке и трансформации социокультурных практик. Социализация в цифровом пространстве является в настоящее время частью и существенным дополнением социализации традиционного плана. В настоящей статье рассматривается актуальный для современной киберпсихологии вопрос влияния факторов киберпространства на формирующуюся личность подростка. Приведены результаты прохождения экспериментальной группой тренинговой психолого-педагогической программы «Сопровождение развития социальности подростков в контексте цифровизации» и их сопоставление с результатами контрольной группы подростков, не проходивших программу. Обсуждаются статистически значимые данные по следующим параметрам: толерантность, мотивация достижения успеха, смысложизненные ориентации, реактивная тревожность, эмоциональный интеллект.

*Ключевые слова:* киберсоциализация, подросток, цифровая эпоха, психолого-педагогическая программа, IT-технологии.

Социокультурная трансформация современной реальности включает в себе широкое распространение интернет-технологий и компьютерных игр для проведения досуга, что имеет неоднозначные и часто негативные эффекты (Корневский, 2020). Киберпространство стало той средой, где человек может одновременно получить в доступной форме информацию о самых разных формах деятельности, творчества и представить, репрезентировать собственные результаты. Для подростков, которые находятся в поисках себя, «прощупывают» свои возможности, мир Интернета с необозримым информационным

полем «обо всем и вся» становится неисчерпаемым ресурсом знаний о мире и человеке. Электронные ресурсы изменяют способы взаимодействия подростков с реальным миром, создавая новое культурное пространство, новую ситуацию развития, становясь полноправным агентом социализации. Ввиду этого требуется разработка действенных инструментов, направленных на сопровождение развития социализации подростков, что и явилось целью нашего исследования (Солдатова и др., 2017). В данной статье речь пойдет об одной из частных гипотез настоящего исследования: посредством технологии тренинговой работы обеспечивается становление социально-психологических особенностей подростков в эпоху IT-технологий.

Исследование проводилось на базе школ Ярославской области. Испытуемыми стали 93 школьника 13–16 лет.

Использовался комплекс научно обоснованных методов, надежных и валидных методик, сгруппированных следующим образом:

- теоретический анализ литературных источников по проблемам социализации современных подростков в реальности и в киберпространстве;
- общепсихологические методы, принципы планирования и проведения эмпирических исследований;
- методики диагностического и исследовательского типа: экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаев, Л. А. Шайгерова); методика диагностики степени готовности к риску (А. М. Шуберт); методика диагностики мотивации успеха и мотивации боязни неудачи (А. Реан); методика смысловых ориентаций (Д. А. Леонтьев); методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач (Т. Элерс); методика диагностики личности на мотивацию к успеху (Т. Элерс); методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И. А. Баева); методика субъективной оценки ситуативной и личностной тревожности (Ч. Д. Спилбергер (адаптирована Ю. Л. Ханиным)); методика диагностики социальной компетентности обучающегося (А. М. Прихожан); «Тест эмоционального интеллекта» Д. В. Люсина (ЭМИн);
- математико-статистические методы обработки эмпирических данных: процедуры описательной статистики, проверка на нормальность распределения, корреляционный анализ по Спирмену, однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA).

В ходе исследования использовалась однофакторная схема планирования, межгрупповым фактором стала принадлежность испытуемых к группам – контрольной и экспериментальной. Эксперименталь-



ную группу составили подростки, посетившие занятия по программе «Сопровождение развития социальности подростков в контексте цифровизации», а контрольную группу – те, кто не посещал занятия по указанной программе.

В ходе статистического анализа результатов был осуществлен корреляционный анализ и состоялась процедура выявления различий между исследуемыми группами подростков путем применения параметрического метода – дисперсионного анализа.

По результатам применения процедуры дисперсионного анализа нами были обнаружены статистически значимые различия по параметру «общий уровень толерантности» ( $F = 85,227, p < 0,01$ ). Выяснилось, что у подростков, прошедших программу, общий уровень толерантности выше, чем у подростков, не проходивших программу. Данные указывают на то, что блок в психолого-педагогической программе, направленный на развитие толерантности, позволил закрепить в сознании школьников их право жить в согласии с собственным мировоззрением и уважать и принимать это право в других людях (Волченкова, 2015). Также сформировался характер нравственных переживаний, связанных с нормами или отклонениями от норм и идеалов: сопереживание, сочувствие, благодарность, отзывчивость, эмпатия; сформированы устойчивая мотивация терпимого отношения к людям, нравственно-волевые устремления в реализации толерантного поведения: смелость, мужество, принципиальность в отстаивании нравственных идеалов.

Обнаружены статистически значимые различия по параметру «мотивация к достижению успеха» ( $F = 77,406, p < 0,01$ ). У подростков, прошедших программу, уровень мотивации к достижению успеха выше, чем у подростков, не проходивших программу. Полученный результат свидетельствует о том, что блок психолого-педагогической программы, направленный на развитие мотивации молодых людей, укрепил стремление, повышающее интенсивность и активность действий индивидуума, позволяющее достигать высоких результатов в деятельности. Подростки экспериментальной группы стали занимать активную жизненную позицию по отношению к тем видам занятий, которые присутствуют в их жизни. Данная позиция школьников, в свою очередь, помогает им выполнять деятельность более продуктивно, повышает самооценку и уверенность в своих силах.

Выявлены статистически значимые различия по параметру «смысложизненные ориентации» ( $F = 51,802, p < 0,01$ ). У подростков, прошедших программу, уровень всех компонентов смысложизненных ориентаций (цели, процесс, результат, локус контроля Я и/или жизнь) выше, чем у подростков, не проходивших программу. Данный факт

указывает на то, что психолого-педагогическая программа задает вектор, по которому личность продвигается в сторону смысла жизни как к вершине человеческого бытия. Именно в подростковом возрасте начинает формироваться ценностно-смысловая сфера, поэтому ориентация блока программы на систему норм и ценностей молодого поколения особенно актуальна и позволяет этой системе формироваться не только через призму условий, заданных социумом, но и самостоятельно, индивидуально.

По завершении программы были проведены измерения психологических особенностей социализации подростков как в контрольной, так и в экспериментальной группах. В результате дисперсионного анализа обнаружены статистически значимые различия по параметру «реактивная тревожность» ( $F = 21,17, p < 0,01$ ): у подростков экспериментальной группы после прохождения программы уровень ситуативной тревожности ниже, чем до прохождения. Исходя из данного результата можно заключить, что психолого-педагогическая программа, а также учет необходимых условий для проведения тренинговых занятий позволяют снизить субъективно переживаемые эмоции подростков: беспокойство, озабоченность, нервозность в конкретные периоды времени. Школьники, прошедшие программу, в ситуациях неопределенности и/или напряжения не испытывают (или испытывают в меньшей степени) неприятные переживания, чувствуют себя более устойчиво, знают точки внутренних опор и умеют пользоваться техниками регуляции своего эмоционального и физического состояния в момент тревоги.

На уровне тенденции выявлены статистически значимые различия по параметру «общий уровень эмоционального интеллекта» ( $F = 1,833, p < 0,179$ ): у подростков после прохождения программы уровень эмоционального интеллекта выше, чем до прохождения. Данный факт указывает на то, что у школьников после прохождения психолого-педагогической программы появляется критическая оценка эмоциональных реакций, расширяется словарь эмоций, развивается саморегуляция, и подросток становится способным к торможению или активизации эмоций волевыми усилиями. В подростковом возрасте эмоции имеют значимую роль, в большинстве случаев доминируют при принятии решений, — после тренинговых занятий чувства выносятся вовне (могут стать отдельными от личности подростка) и становятся подвластны рассудку. Таким образом, развитие эмоционального интеллекта оказывает влияние и на модель психического, а значит, подросток учится лучше понимать свой внутренний мир, внутренний мир другого человека и физический мир вокруг.

В настоящее время социализация подростков – одна из актуальных и дискуссионных проблем в современной психологической науке, особенно в контексте цифровизации, поскольку сейчас особенно активно повышается роль влияния IT-практик на формирующуюся личность (Каменская и др., 2022).

При выявлении различий в параметрах социально-психологических особенностей у подростков, посещающих занятия по предложенной программе и не посещающих их, было установлено, что занятия в рамках программы способствовали повышению уровня толерантности, мотивации к успеху, смысложизненных ориентаций, эмоционального интеллекта, а также снижению уровня тревожности подростков.

Обобщение результатов проведенного анализа углубляет представления о личностном развитии подростков в контексте цифровизации общества и о динамике их социально-психологических особенностей.

### Литература

- Волченкова А. А.* Формирование толерантности – путь к инклюзивной культуре школы. Saarbrücken: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2015.
- Каменская В. Г., Томанов Л. В.* Цифровые технологии и их влияние на социальные и психологические характеристики детей и подростков // Экспериментальная психология. 2022. Т. 15. № 1. С. 139–159.
- Корневский К. М.* Анализ психологических эффектов, возникающих при продолжительных пользованиях интернет-ресурсами с развлекательной целью // Бюллетень науки и практики. 2020. Т. 6. № 5. С. 444–450.
- Солдатова Г. У., Рассказова Е. И., Нестик Т. А.* Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. М.: Смысл, 2017.

### **«Учиться нельзя откладывать»: где поставить запятую? Ответ находим у Л. И. Анцыферовой**

*К. М. Гайдар, О. П. Малютина, В. А. Тенькова*

Воронежский государственный университет, Воронеж

В статье обсуждается новая модель высшего образования «2+2+2», предполагающая три этапа обучения в вузе. Основное внимание авторы уделяют первому этапу, который получил название «отложенное образование». Анализируются психологические эффекты, которые может повлечь за со-

бой «отложенное образование»: академическая прокрастинация, трудности профессионального выбора, нерешенность задач возрастного развития в юности, недостаточность условий для формирования у первокурсников зрелой психологической готовности к обучению в вузе. Сформулирован вывод о том, что использование концептуальных идей Л. И. Анцыферовой о развитии личности, психологии субъекта, совладании человека с трудными жизненными ситуациями при внедрении модели «2+2+2» может минимизировать возможные психологические риски.

*Ключевые слова:* национальная модель высшего образования, «2+2+2», студенты, «отложенное образование», психологические эффекты.

Выход России из Болонского процесса актуализировал потребность в разработке и внедрении национальной модели высшего образования. Сегодня активно обсуждается модель «2+2+2» вместо ныне действующей «4+2». Она предполагает три этапа обучения. На первом (1 и 2 курсы) студент изучает в основном общеразвивающие дисциплины, которые расширяют кругозор, создают базу знаний безотносительно к профессиональному профилю и развивают интеллектуальный потенциал будущего специалиста. На втором этапе (3 и 4 курсы) студент выбирает направление подготовки или меняет на новое, если ранее сделал вывод об ошибочности изначального выбора. Он углубленно изучает конкретные области научного знания и приобретает к профессии. Третий этап (5 и 6 курсы) посвящен узкой специализации в магистратуре. Здесь возможны варианты: продолжение обучения по тому же направлению, что и в бакалавриате, или смена профиля, поступление в магистратуру другого факультета (вуза).

Возможность определить (или изменить) направленность обучения не в момент поступления в вуз, а по мере освоения образовательной программы получила название «отложенное образование». Считаем актуальным осмыслить его эффекты, чтобы выявить психологические риски, которые может повлечь за собой поспешное внедрение новой модели, и предпринять усилия для их минимизации. Психологический анализ эффектов «отложенного образования», на наш взгляд, целесообразно проводить с позиций социальной психологии личности, опираясь на концептуальные идеи Л. И. Анцыферовой о психологии субъекта, развитии личности, ее совладании с трудными жизненными ситуациями.

Неоднозначные психологические эффекты «отложенного образования» связаны прежде всего с проблемой выбора. Старшеклассники далеко не всегда справляются с нею, так как этому их не учит ни школа, ни семья. И в прежние времена такого обучения не было,

но тогда сама жизнь побуждала делать своевременный выбор: идти работать либо продолжать обучение в средних профессиональных или высших учебных заведениях, сообразуясь с выбранной профессией. В этом учащимся помогало профориентирование, которым занималась школа. Сделанный школьником выбор повышал его ответственность за свои образование и профессиональную самореализацию.

В современной школе прежняя система профориентации оказалась во многом потерянной. Для восполнения потерь требуется систематичность и системность в профориентационной работе с учениками, участие в ней всех заинтересованных лиц: учителей, психологов, педагогов дополнительного образования, представителей вузов, родителей.

Необходимость перехода к новой модели мотивируется тем, что выпускники школ нередко ошибаются в выборе профессии и это влечет большой отсев студентов 1–2 курсов. Но отсутствие четкой системы профориентации вызывает сомнение, что изучение только общих дисциплин будет гарантировать студенту несовершение ошибки в выборе направления подготовки по окончании первого этапа обучения, равно как и то, что сосредоточенность на общих дисциплинах позволит осознать неверный выбор факультета. И даже если студент придет к такому заключению, неясно, как освоение лишь общих дисциплин поможет понять, какая профессия действительно привлекает его.

Модель «2+2+2» не учитывает психологические особенности юношеского возраста. Профессиональное самоопределение и построение первичного профессионального плана – важнейшие задачи развития именно в ранней юности, совпадающей с обучением в старших классах. Не решив их своевременно, молодой человек переходит с ними на следующий возрастной этап, для которого специфичны другие задачи. И не исключена ситуация, когда ни прошлые, ни настоящие задачи развития до конца не разрешаются, порождая у молодого специалиста определенные психологические проблемы.

Итак, вместо того чтобы научить выпускника школы делать осмысленный выбор с учетом своих интересов и психологических особенностей, ему в перспективе будет предложено отложить выбор, став прокрастинатором. Причем нельзя быть уверенным в том, что, отложив выбор профессии однажды, молодой человек не захочет это повторить в дальнейшем, не выработает склонность к прокрастинации и в других сферах жизни.

В литературе приводятся настораживающие данные о том, что в вузах студентов-прокрастинаторов от 40% до 80% (Кожевникова, Шкляева, 2017; Коновалова, 2023; Микляева и др., 2017). В нашем исследовании 240 студентов ВГУ по методике студенческой прокрастинации

С. Н. Лау мы установили, что 21,7% обучающихся имеют низкий уровень прокрастинации, 46,2% – средний, 32,1% – высокий. Эти данные, хотя и немного более оптимистичные, чем литературные, не должны успокаивать. Рядом авторов выявлено: академическая прокрастинация усиливается к старшим курсам. Мы также обнаружили рост частоты встречаемости прокрастинации к третьим-четвертым курсам, когда она присуща уже более 40% студентов. А ведь прокрастинация противоречит ценностям современного общества, ожидающего от молодого поколения активности, инициативности, самостоятельности, ответственности.

В психологической литературе раскрываются разные причины прокрастинации студентов: особенности личности, недостаток учебной мотивации, неуверенность в себе, высокий уровень притязаний и перфекционизм, слабоволие и др. На наш взгляд, часть этих причин в обобщенном виде представляет собой такую ключевую детерминанту академической прокрастинации, как недостаточная сформированность психологической готовности выпускников школ к обучению в вузе. Есть основания полагать, что именно с нею, а не с ошибками в выборе профессии связаны многие факты отчисления студентов первого и второго курсов. Косвенным подтверждением того, что современные студенты не так уж часто ошибаются с выбором профессии, считаем полученные нами в 2023 г. с помощью методики Т. И. Ильиной «Мотивация обучения в вузе» данные о том, что среди первокурсников ВГУ технического и гуманитарного профилей у 41,7% студентов доминирует мотив приобретения знаний, у 36,9% – мотив овладения профессией и только 21,4% свойствен мотив получения диплома. В то же время более ранние наши исследования мотивационной готовности к обучению в вузе с использованием той же методики давали иную картину: среди школьников чаще были распространены мотивы приобретения знаний и получения диплома, а профессиональными мотивами руководствовались не более одной пятой будущих студентов. Считаем, что наши новые данные указывают на то, что, во-первых, за последние годы, пусть медленно, но меняется в лучшую сторону мотивация молодежи и, во-вторых, не исключено, что иное соотношение мотивов у первокурсников, по сравнению со старшеклассниками, связано с тем, что начало профессиональной подготовки в вузе, знакомство с областью специальных знаний в соответствии с выбранной профессией формирует (укрепляет) интерес к ней, и это отражается на учебной мотивации.

Что касается психологической готовности к обучению в вузе, то обобщение данных исследования 200 выпускников воронежских школ

позволяет нам констатировать: волевой, интеллектуальный, мотивационный, операциональный компоненты психологической готовности имеют средний, а коммуникативный компонент — высокий уровень развития. Для успешного освоения вузовской программы такого состояния психологической готовности первокурсников явно недостаточно.

Сторонники модели «2+2+2» не учитывают идею Л. И. Анцыферовой о том, что именно в повседневной жизни человека кроются ресурсы его личностного и субъектного развития. Иначе они руководствовались бы ее словами: «Жизнь — источник самых ярких положительных чувств, но по временам она переживается как драма и даже как проклятие. Жизнь всегда сложна, противоречива, во многом непредсказуема» (Анцыферова, 2004, с. 17). И не стремились бы оградить выпускников школ от ситуации выбора, не побуждали бы их к прокрастинации при профессиональном самоопределении, а исходили из того, что, даже если часть первокурсников ошибаются в выборе профессии, их «погружение» с первых дней обучения в вузе в профессионально-ориентированный учебный процесс может иметь два следствия, причем оба с положительным психологическим эффектом: либо у них может зародиться интерес к изучаемым дисциплинам, что будет помогать приобщению к профессии (благодаря педагогическому мастерству преподавателей профессия может раскрыться перед студентом новыми гранями и приобрести для него личностную значимость), либо такие студенты примут решение сменить профиль обучения, к примеру, через отчисление и повторное поступление на другой факультет (в другой вуз). Это, кстати, может укрепить их уверенность в себе, в способности решать проблемы, искать выход из создавшейся ситуации, формировать субъектную позицию, в том числе путем признания ошибок и смелости, проявленной на пути их исправления посредством выработки собственной «техники бытия» (Анцыферова, 1993). Такое поведение и уважительное отношение к себе, в том числе к своим ошибкам, является индикатором развития личности студента, а ведь развитие, по Л. И. Анцыферовой, — это основной способ существования личности, и ресурсы этого развития проявляются прежде всего в трудной для субъекта ситуации.

Как пишет С. К. Нартова-Бочавер, «Л. И. Анцыферова часто подчеркивала..., что не только благоприятные условия жизни, но и психологическая травма тоже может приводить к усилению жизнестойкости, повышению личной ответственности и улучшению общей адаптации человека» (Нартова-Бочавер, 2014, с. 37). Благодаря способности к переосмыслению, преобразованию, преодолению обстоятельств, с кото-

рыми сталкивается личность, она становится субъектом: «лишь сам субъект в силах изменить свою индивидуальную „теорию“, сделать ее более реалистичной, переосмыслить выпавшее на его долю несчастье как неотъемлемую часть жизни» (Анцыферова, 1994, с. 7).

К сказанному добавим, что разносторонность содержания образования именно на младших курсах, достигаемая сочетанием общеразвивающих, гуманитарных и профессиональных дисциплин, является благоприятным условием доформирования психологической готовности к обучению в вузе у первокурсников, если какие-то ее компоненты до этого оказались недостаточно сформированными. Ведь, согласно Л. И. Анцыферовой, личность, в том числе личность студента, — это открытая развивающаяся система, восприимчивая к благотворным воздействиям социального окружения (Анцыферова, 1981), и от того, как будет организован и содержательно наполнен образовательный процесс в вузе, как будут учтены психологические закономерности студентов и их учебной деятельности, напрямую зависит качество подготовки специалиста. Планируя внедрение новой национальной модели высшего образования, следует опираться на идеи Л. И. Анцыферовой, так как они составляют не только фундамент социальной психологии личности, но и, правильно осмысленные, являются руководством к действиям, чтобы последние были произведены наиболее эффективно и служили национальным интересам страны.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / Под ред. Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1981. С. 3–19.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анцыферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–16.
- Анцыферова Л. И.* Человек перед лицом жизни и смерти // Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. С. 15–27.
- Кожевникова О. В., Шкляева Е. П.* Психологические предикторы склонности субъекта к академической прокрастинации // Вестник Удмуртского университета. Сер. «Философия. Психология. Педагогика». 2017. Т. 27. Вып. 4. С. 451–455.



- Коновалова А. В.* Академическая прокрастинация как стилевая характеристика учебной деятельности студентов: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2023.
- Микляева А. В., Реброва Д. С., Савинская А. С.* Академическая прокрастинация в студенческой среде: результаты эмпирического исследования // Известия Иркутского государственного университета. Сер. «Психология». 2017. Т. 19. С. 59–66.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.

## **Динамика социального интеллекта кыргызстанцев**

*А. М. Карасаева*

Российский государственный педагогический университет  
им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

В настоящей статье рассмотрена проблема социального интеллекта, а также представлены результаты исследования динамики социального интеллекта кыргызстанцев. Исследование было проведено в 2012 и в 2023 гг. с использованием теста социального интеллекта Гилфорда – Салливена (адаптация Е. С. Михайловой). Всего в нем приняли участие 179 человек, из них 61 женщина и 118 мужчин. Исследование носило лонгитюдный характер. Было выявлено, что динамика социального интеллекта происходит за счет статистически значимого изменения способности читать невербальные сигналы другого человека, а также статистически значимого повышения способности анализировать сложные ситуации взаимодействия людей.

*Ключевые слова:* социальный интеллект, лонгитюд, динамика, кыргызстанцы, тест.

Среди стран, которые позитивно относятся к российским традициям, Кыргызстан занимает стабильную позицию. С 1991 г., когда развалился Советский Союз, сохраняется экономическое и культурное сотрудничество между этими государствами. Хотя обсуждаются возможные изменения в данной ситуации, русский язык по-прежнему остается официальным языком в Кыргызстане. Поэтому крайне важно понимать особенности культуры, национальной идентичности, базовых ценностей (Мадмарова, 2017). Значимость этого вопроса объясняет-

ся как практическими, так и академическими обстоятельствами. Например, практические условия жизни современных людей становятся все более сложными, а темпы этого усложнения продолжают возрастать. Процесс социализации в новых условиях протекает по-новому, появляется необходимость отслеживания изменений, включая психологическое наблюдение, с учетом того, как формируются субъективная реальность и общественное сознание. Социальный интеллект является частью широкого круга знаний, которые помогают человеку решать практические задачи в физическом и социальном окружении (Kihlstrom, Cantor, 2011).

### **Обзор литературы**

В исследовании испанских психологов была разработана модель множественного опосредования, чтобы изучить влияние социального интеллекта на психопатологические симптомы, а также его косвенное воздействие через компоненты субъективного и психологического благополучия (Azañedo et al., 2020). Это исследование показало, что социальный интеллект сильно связан с уровнем удовлетворенности жизнью, с позитивными и негативными эмоциями, оказывая значительное косвенное воздействие на психопатологические симптомы через эти аспекты благополучия. Было выявлено положительное и существенное влияние социального интеллекта на психологическое благополучие, которое также косвенно воздействует на психологический дистресс через позитивные отношения с другими людьми.

В зарубежной психологии структура социального интеллекта включает компоненты, связанные с поведенческой гибкостью, социальной перцепцией и когнитивными установками.

Исследование О. В. Белавиной показало, что социальный интеллект как специфическая познавательная компетентность формируется только при условии полноценно развитого логического компонента понятийного мышления, позволяющего подросткам анализировать социальные ситуации (Белавина, 2011). В исследовании Ю. Г. Грачева, К. И. Чаплыгиной было выявлено, что уровень развития социального интеллекта большинства студентов соответствует среднему. Отмечены особенности социального интеллекта студентов медицинского и педагогического вузов: студенты медицинского вуза демонстрируют более высокие показатели способностей к определению эмоционального состояния, мотивов и намерений партнеров по общению с помощью вербальной и невербальной экспрессии, в то время как у студентов педагогического вуза более развиты спо-

способности к прогнозированию поведения и общения, а также к распознаванию структуры коммуникативного взаимодействия в динамике (Грачев, Чаплыгина, 2023).

В работе А. И. Савенкова были выделены два ключевых аспекта социального интеллекта: «кристаллизованные социальные знания», которые представляют собой накопленный опыт и навыки индивида, и «социально-когнитивная гибкость», которая описывает способность применять эти знания в процессе взаимодействия с окружающим миром (Савенков, 2018). В российской психологии социальный интеллект интерпретируется как комплекс способностей личности, отражающих уровень ее социализации и адаптации, что отражается в ее самосознании и социально-когнитивной гибкости. Зарубежные исследователи выделяют базовые структурные компоненты социального интеллекта — социально-когнитивный и поведенческий (Корниенко, 2021).

### **Организация исследования**

Целью исследования стало изучение динамики социального интеллекта кыргызстанцев. Объектом исследования выступали кыргызстанцы, которые выполняли задания методики в 2012 г., а затем в 2023 г. В качестве гипотезы исследования выступило предположение о том, что динамика социального интеллекта будет происходить преимущественно за счет мужской выборки.

Основной методикой был тест для диагностики социального интеллекта Гилфорда—Салливен (адаптация Е. С. Михайловой). Использовались следующие математико-статистические методы: описательная статистика, Т-критерий Вилкоксона, U-критерий Манна—Уитни.

Выборку исследования в 2012 г. составили 179 человек, из них 118 юношей и 61 девушка; через 10 лет, в 2023 г., они же приняли участие в исследовании повторно. В 2012 г. средний возраст выборки составлял 16 лет (от 14 до 18), а в 2023 г. респондентам было в среднем 27 лет (от 25 до 29). Выборку составили учащиеся Юридического колледжа Кыргызской Государственной юридической Академии при правительстве Кыргызской Республики города Бишкек. К ним же мы обратились адресно спустя 10 лет. В 2023 г. исследование проводилось как с использованием Google форм, так и путем личного обращения к респондентам с печатной формой методик. Таким образом, исследование носило лонгитюдный характер.

В соответствии с инструкциями, по каждому субтесту теста «Социальный интеллект» (СИ) опрашиваемые действовали следующим образом:

- в первом субтесте они определяли чувства и намерения персонажей, действующих в предложенной ситуации;
- во втором субтесте из четырех рисунков (справа) следовало выбрать тот, который подходит к группе из трех рисунков (слева) как отображающий похожее состояние человека;
- в третьем субтесте выбиралась та ситуация общения, в которой фраза, заданная слева, приобретает другое значение и, в частности, будет связана с иным намерением, нежели в двух других ситуациях;
- в четвертом субтесте испытуемые искали рисунки, дополняющие по смыслу предложенные истории.

## Результаты

При помощи критерия Т-Вилкоксона нами было выявлено, что динамика социального интеллекта кыргызстанцев характеризуется статистически значимым снижением по шкале «Группы экспрессии» ( $T=6615,5$  при  $p<0,0001$ ), а также статистически значимым повышением по шкале «Истории с дополнением» ( $T=2166$  при  $p<0,0001$ ). В целом, «Композитная оценка» социального интеллекта кыргызстанцев возрастает: от уровня ниже среднего по группе в 2012 г. ( $M=24,8$ ) к среднему уровню социального интеллекта в 2023 г. ( $M=27,7$ ). Подобные же результаты мы получили по мужской выборке.

У женской выборки значимо возрос показатель по шкалам «Истории с дополнением» и «Композитная оценка». Женщины стали чувствительнее к видам и оттенкам человеческих взаимоотношений, и это помогает им лучше понимать внутренние мотивы поведения людей.

Статистически значимых различий между выборками мужчин и женщин по шкалам теста в 2012 г. обнаружено не было. Однако в 2023 г. были выявлены статистически значимые различия при помощи U-критерия Манна–Уитни между выборками мужчин и женщин по шкалам «Вербальная экспрессия» ( $U=2833,5$  при  $p=0,018$ ) и «Композитная оценка» ( $U=2900,5$  при  $p=0,033$ ). Женщины лучше понимают речевую экспрессию в различных ситуациях, по сравнению с мужчинами, а также лучше понимают язык невербального общения, быстрее и точнее судят о людях, лучше прогнозируют реакции людей в заданных обстоятельствах, проявляя дальновидность в отношениях с окружающими. Все это способствует их успешной социальной адаптации.

## Выводы и заключение

По данному исследованию можно сформулировать следующие выводы:

- социальный интеллект следует рассматривать как непрерывно развивающуюся и изменчивую систему личностных качеств, формирующуюся в рамках культурного и социального взаимодействия, определяющую социальную успешность в общении;
- социальный интеллект кыргызстанцев значительно возрос за период с 2012 г. по 2023 г., что свидетельствует об улучшении способности к пониманию и восприятию человеческих взаимоотношений;
- женщины в 2023 г. оказались более восприимчивыми к тонкостям человеческого общения и лучше справляющимися с пониманием межличностных взаимодействий, чем мужчины.

Таким образом, исследование показывает изменения в развитии социального интеллекта у кыргызстанцев за рассматриваемый период, а также демонстрирует различия в динамике между мужчинами и женщинами по определенным шкалам теста.

Дальнейшее исследование социального интеллекта кыргызстанцев предполагает расширение методического инструментария, исследование дополнительной выборки, а также включение данных, полученных по нестандартизированным методикам.

### Литература

- Белавина О. В.* Лонгитюдное исследование развития социального интеллекта младших подростков // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2011. № 2 (16). С. 66–70.
- Грачев Ю. Г., Чаплыгина К. И.* Сравнение социального интеллекта студентов медицинского и педагогического вузов // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2023. № 3 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnienie-sotsialnogo-intellekta-studentov-meditsinskogo-i-pedagogicheskogo-vuzov> (дата обращения: 18.08.2024).
- Корниенко А. В.* Анализ понятия и структуры социального интеллекта в зарубежных и отечественных исследованиях // Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. 2021. № 2 (36). С. 140–144.
- Мадмарова Г. А.* О некоторых особенностях менталитета кыргызов // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2017. № 6 (1). С. 76–80.
- Савенков А. И.* Структура социального интеллекта // Современная зарубежная психология. 2018. Т. 7. № 2. С. 7–15. doi: 10.17759/jmfp.2018070201

- Azañedo C. M., Sastre S., Artola T., Alvarado J. M., Jiménez-Blanco A.* Social intelligence and psychological distress: Subjective and psychological well-being as mediators // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. V. 17 (21). P. 7785. doi: 10.3390/ijerph17217785
- Kihlstrom J. F., Cantor N.* Social Intelligence // *The Cambridge Handbook of Intelligence* / Eds R. J. Sternberg, S. B. Kaufman. Cambridge: Cambridge University Press, 2011. P. 564–581.

## **Изучение идентичности личности будущей матери в контексте исследований личности Л. И. Анцыферовой**

*И. А. Колинченко*

Кубанский государственный университет, Краснодар

Представлен анализ идентичности личности будущей матери и преемственность полученных результатов с концепцией динамического подхода к личности Л. И. Анцыферовой; это прослеживается в представлениях респондентов как о возможности изменений идентичности личности в динамике, так и об устойчивости этих изменений. Выявлена устойчивость в группе будущих мам оптимального типа с показателями личной идентичности и отрицанием морали прошлого. Респонденты гипогестогнозического типа отношения к беременности показывают неустойчивость своей личности, акцентируя внимание не на будущем ребенке, а на своих профессиональных интересах. Респонденты эйфорического типа отношения к беременности слишком много внимания уделяют себе, своему состоянию беременности, проявляют эйфорию по этому поводу, гораздо меньше думая о других людях, вплоть до проявления минимального сострадания к ним. Идентичность личности связана с отношением к беременности как результат личного выбора. В развитии личности будущих мам, независимо от типа отношения к беременности, прослеживается идентичность со статусом мамы, оценка транзитивности беременности как аспект неустойчивости стимулирует желание изменений.

*Ключевые слова:* исследования личности Л. И. Анцыферовой, психология материнства, развитие идентичности личности, типы отношения к беременности, транзитивная идентичность беременных.

### **Методология**

Проблема исследования личности в психологической науке остается одной из центральных. Это прослеживается в развитии ряда акту-

альных научных идей и направлений, поскольку выявляет все новые грани изучения личности. Проводятся исследования в подтверждение научных взглядов Л. И. Анцыферовой о преобразующем развитии, динамике, изменении психологических качеств личности для сохранения ее устойчивости.

Личность – это системная целостность, движущаяся и заставляющая целенаправленно двигаться свое окружение. Личность «развертывает, совершенствует, развивает себя в социально значимой совокупной деятельности, реализующей многообразные общественные отношения» (Анцыферова, 1981, с. 18).

В современных исследованиях используется понимание динамического подхода Л. И. Анцыферовой к деятельной личности, активность которой позволяет ей выйти за пределы предложенного социумом и значимыми другими людьми и, соответственно, осуществлять личностное движение, личностный рост. Как писали Н. Е. Харламенкова и А. Л. Журавлев об исследованиях Л. И. Анцыферовой, «сохранение устойчивости, интегративности личности связано с ее перманентным изменением, поступательным движением, личностным ростом» (Харламенкова, Журавлев, 2016, с. 369).

Научное положение об устойчивости личности в работах Л. И. Анцыферовой согласуется с идеями относительной устойчивости идентичности личности и ее подверженности изменчивости, описанными в концепции идентичности Э. Эриксоном и развиваемыми в концепции самокатегоризации Дж. Тернером, теории социальной идентичности А. Тэшфелом и современными учеными.

### **Изменения и динамика развития личности**

Л. И. Анцыферова указывала на способность человека «к непрерывному развитию, которое... является основным способом существования личности» (Харламенкова, Журавлев, 2016, с. 370).

Некоторые подтверждения представлений ученого об изменении личности в динамике ее развития содержатся в исследованиях идентичности беременных женщин с разными личностными особенностями, демографическими характеристиками, состоянием здоровья, отношением к беременности.

Отношение к беременности – это психологическая составляющая, поскольку беременность является не только «природным предназначением» женщины, но и результатом ее личного выбора, и в этом смысле это проблема идентичности личности. Так, Г. Г. Филипповой получены данные о нарушениях женской идентичности, связанные с динамикой ухудшения функций женского организма (Филиппова, 2018).

Различия в становлении материнской ролевой идентичности у беременных женщин, их психологическую готовность/неготовность к материнству О. В. Магденко объясняет различием репродуктивной мотивации, ригидностью, типом психологического компонента гестационной доминанты (Магденко, 2012).

Изучение личностных особенностей показало: негативные переживания телесных изменений констатируются у беременных женщин с преобладанием мотива рождения, компенсирующего одиночество и выраженность страха до негативного восприятия беременности, неверия в способность родить здорового ребенка (Радостева, 2012).

И. В. Добряковым была взята за основу идея о типах отношений беременных, продолжения которой нашли отражение при исследовании взаимосвязи возраста, социально-демографических различий с личностными характеристиками. Женщины с оптимальным отношением к беременности, в отличие от других типов, рациональны, имеют высокий уровень самоконтроля, терпимы к взглядам других (Kolinichenko, Nikulina, 2024).

### **Устойчивость/неустойчивость личности и показатели личной идентичности**

Научные положения Л. И. Анцыферовой о значимости изменения характеристик в условиях социального многообразия для сохранения личностной устойчивости, ее морально-нравственных и ценностных основ, представляются необходимыми для исследования проблематики изменчивости идентичности личности. «Даже для того, чтобы сохранить устойчивость определенных своих параметров, особо важных для ее существования именно как личности — жизненных целей, ценностей, принципов, морально-нравственных качеств, — она должна в условиях быстрой и многообразно меняющейся социальной действительности менять свои различные психологические качества» (Анцыферова, 1981, с. 8).

Одно из направлений исследований психологии материнства касается изучения его личностного аспекта.

Материнство Г. Г. Филиппова изучала как часть личностной сферы женщины в реализации роли родительства (Филиппова, 2018). О. В. Магденко исследованы феномен материнства, представление о материнской ролевой идентичности как социально значимой и базовой ценности, а устойчивость личности, наряду с ее непрерывностью и определенностью, она считает формально-динамическими характеристиками идентичности (Магденко, 2012).



Г. Г. Филипповой, И. В. Добряковым и другими научно доказано, что развитие свойств, качеств личности беременной женщины, адаптация к соответствующей для нее роли на протяжении беременности формирует ценность отношения к будущему ребенку.

Оценка текучести личной идентичности, личностных характеристик беременных женщин показала их отношение к себе именно как к будущей матери, а не как к беременной (несмотря на свой актуальный статус). Это оценка проходящего, транзитивного статуса в отличие от более устойчивой характеристики личности мамы, которая остается «навсегда» (Колиниченко, Никулина, 2023).

### **Изменение отношения личности к собственной идентичности в контексте концепции динамического подхода к личности**

Развитие личности подразумевает ее изменение. Л. И. Анцыферова описала личность как системную целостность, движущуюся, саморазвертывающуюся и самосовершенствующуюся. Такой научный подход к исследованию личности был назван ею динамическим (Анцыферова, 1981).

Л. И. Анцыферова в действующем индивиде рассмотрела многофазное разворачивание личности в состоянии деятельности, приводящее к преобразованию окружающей действительности (Анцыферова, 1981).

Продолжением этой научной мысли может явиться исследование процесса модификации отношения к себе, своему внутреннему миру, собственной идентичности будущих матерей, когда женщина прекращает свое единоличное существование, развивая материнские качества личности с момента осознания диады «мать—дитя».

Перенесенная основная забота с матери на ребенка характеризует состояние первичной материнской вовлеченности (Винникотт, 2004).

Однако отношение к себе у будущих матерей не бывает, как выявил И. В. Добряков, одинаковым: согласно теории психологического компонента гестационной доминанты, существует пять его типов, преобразовывающих сознание беременной женщины в динамике психосоциального функционирования: оптимальный, гипогестогностический, эйфорический, тревожный, депрессивный.

### **Материалы и методы**

Исследование идентичности беременных было проведено в 2023 г. с участием 64 беременных женщин (средний возраст 29 лет), проходящих плановый медицинский осмотр в женских консультациях региона Кавказские Минеральные Воды.

Комплекс психодиагностических методик включал опросник М. Куна–Маркпатленда «Кто Я?» (в модификации проф. Е. В. Улыбиной) для исследования личной идентичности, ее изменяемости и привлекательности для испытуемых; опросник «Суждения о морали»; опросник И. В. Добрякова «Типы отношения к беременности»; демографические данные.

Проведен подсчет средних значений групп с помощью методов статистической обработки данных – корреляционного анализа Спирмена (программы Excel v. 19 и SPSS v. 11).

Продолжая идеи И. В. Добрякова о доминирующих типах отношения к беременности, для проведения сравнительного анализа респонденты были разделены на Группу 1 (с оптимальным типом отношения к своей беременности) и Группу 2 (с неоптимальными типами оценок).

### **Результаты**

В группе респондентов в возрасте более 25 лет с неоптимальным отношением к беременности показатели идентичности с группой мам значительно ниже: собственные черты личности воспринимаются ими как менее желательные и менее значимые по сравнению с чертами личности, воспринимаемыми респондентами с оптимальным типом отношения к беременности.

Результаты нашего исследования согласуются с данными, полученными в других исследованиях.

Так, личностные характеристики, согласно данным Л. Н. Рабовалюк, Н. А. Кравцовой, Е. Г. Шукиной, О. В. Сажинной и других, связаны с возрастом и социально-демографическими характеристиками женщин. Беременные оптимального типа отношения к своему состоянию более рациональны, лучше контролируют себя, терпимы к людям, по Л. Н. Рабовалюк (Колиниченко, Никулина, 2023).

Продолжая анализ исследования категорий личной идентичности беременных в 2023 г, мы заметили, что выборы беременных оптимального типа представляются им желательными – они принимают себя в новой роли и не хотят ничего изменять.

Личностная устойчивость в группе беременных оптимального типа констатировалась вместе с переоценкой моральных ценностей. Наряду с ощущением гармоничности существования черты личности воспринимались ими как значимые, исходя из выявленного уровня значимости ( $r = -0,52$ ,  $p = 0,01$ ), и способствовали отрицанию ориентира на моральные нормы прошлого у респондентов этого типа.

Личностно неустойчивой с акцентированием заботы о своих интересах была признана Группа 2 с неоптимальным отношением к бере-

менности. Это объясняется в исследованиях И. В. Добрякова: для беременных гипогестогностического типа состояние вынашивания ребенка не представляется особой ценностью, в отличие от их приверженности своим интересам, профессии (Добряков, 2010).

Чем больше выражен тревожный тип отношения женщины к своей беременности, тем менее она склонна считать детерминацию поведения большинства моральными нормами общества ( $r = -0,31$ ,  $p = 0,04$ ). Тревога беременной по поводу ее восприятия окружающими людьми усиливается, когда будущая мама полагает, что люди не принимают ее в новом положении.

Неустойчивость личности респондентов с эйфорическим типом проявлялась в уменьшении сострадания к другим людям и меньшей направленности на защиту слабых, центрируясь на образе будущей мамы как личности, имеющей большую потребность в заботе ( $r = -0,45$ ,  $p = 0,03$ ). По И. В. Добрякову, такой тип беременных характеризуется преобладанием истерических черт личности, их личное мнение подвержено зависимости от социального окружения.

В развитии личности беременных женщин прослеживается идентичность со статусом мамы, который кажется им значимее статус-кво беременной. Этот аспект неустойчивости стимулирует развитие личности и способствует ее адаптации к беременности.

Таким образом, преемственность научных идей Л. А. Анцыферовой об устойчивости личности, ее развитии и желании изменений обнаруживается в том числе в исследованиях развития и транзитивной идентичности беременных.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Винникотт Д.* Семья и развитие личности. Мать и дитя. Екатеринбург: Литур, 2004.
- Добряков И. В.* Перинатальная психология. СПб.: Питер, 2010.
- Колниченко И. А., Никулина С. А.* Групповая идентичность беременных женщин с оптимальным и неоптимальным типом отношения к беременности // Актуальные проблемы современной социальной психологии и ее отраслей / Отв. ред. Т. В. Дробышева, Т. П. Емельянова, Т. А. Нестик, Н. Н. Хашенко, А. Е. Воробьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 601–608.
- Магденко О. В.* Деструктивные репродуктивные мотивации у беременных женщин при становлении материнской ролевой идентичности (психокоррекционный аспект): Автореф. ... канд. психол. наук. Томск, 2012.

- Радостева А. Г.* Личностные характеристики беременных женщин в зависимости от возрастных и социально-демографических различий // *Фундаментальные исследования*. 2012. № 11 (5). С. 1149–1153.
- Филиппова Г. Г.* Развитие исследований по репродуктивной психологии на кафедре общей психологии и истории психологии Московского гуманитарного университета // *Научные труды Московского гуманитарного университета*. 2018. № 1. С. 60–66. doi: 10.17805/trudy.2018.1.6
- Харламенкова Н. Е., Журавлев А. Л.* Психология личности в трудах Л. И. Анцыферовой и современные представления о личностном развитии и посттравматическом росте // *История мировой и отечественной психологической мысли: Судьбы ученых, динамика идей, содержание концепций: Материалы всероссийской конференции по истории психологии «VI Московские встречи», 30 июня–02 июля 2016 г.* / Отв. ред. А. Л. Журавлев, В. А. Кольцова, Ю. Н. Олейник. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 369–378.
- Kolinichenko I. A., Nikulina S. A.* Characteristics of the identity of pregnant women in the context of an approach to socially responsible parenthood // *Ecological footprint of the modern economy and the ways to reduce it* / Eds B. S. Sergi, E. G. Popkova, A. A. Ostrovskaya, A. A. Chursin, Y. V. Ragulina. *Advances in Science, Technology & Innovation*. Springer, Cham. 2024. P. 289–294. doi: 10.1007/978-3-031-49711-7\_49

## **Динамика доверия незнакомому человеку при восприятии его внешности и текстовой информации**

*М. А. Копачевская*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

Статья посвящена изучению динамики доверия к незнакомому человеку в интернет-среде на основе восприятия его внешности и текстов авторства этого человека. Рассматривается влияние текстов с позитивной и негативной валентностью доверия на межличностное доверие незнакомому человеку. Респонденты (182 человека) оценивали незнакомых людей (12 человек) по степени доверия им сначала при восприятии фотографий лиц этих людей, а затем после знакомства с текстами из их блогов. Результаты исследования указывают на то, что позитивно оцениваемые по степени доверия тексты повышают доверие автору, а тексты, негативно оцениваемые по степени доверия, снижают его. Полученные резуль-

таты позволяют оценить значимость текстовой информации в блогах авторов в социальных сетях и ее связь с доверием к незнакомому человеку.

*Ключевые слова:* межличностное доверие, доверие текстам, восприятие, социальное познание, социальная сеть, интернет-среда.

## **Введение**

Межличностное доверие является основой взаимоотношений людей в различных сферах жизни. Оно возникает в ситуациях взаимодействия «лицом к лицу» и предполагает наличие позитивных ожиданий от поведения другого человека и оценку вероятности того, что на этого человека можно положиться (Леонова, 2015). Разные авторы определяют межличностное доверие как ожидание благоприятности действий другого человека (Дж. Роттер), уверенность в отсутствии эксплуатации доброй воли доверяющего (Т. Ямагиши, М. Ямагиши), надежду на то, что люди оправдают ожидания (Р. Б. Шо), ожидания, связанные с риском (Р. Левицки), отношение к другому человеку (А. Б. Купрейченко, Т. П. Скрипкина), переживание значимости и безопасности субъекта доверия (Т. П. Скрипкина).

Исследования межличностного доверия указывают на то, что получение дополнительных знаний о человеке, опыт общения и взаимодействия с ним позволяют оценить его установки и намерения и дают информацию о надежности и возможности доверять этому человеку (Скрипкина, 2000; Купрейченко, 2008). Такое знакомство начинается с восприятия внешности человека. Первое впечатление о человеке, возникающее на основе восприятия его внешности, становится основой для дальнейшего знакомства и формирования мнения о качествах и характеристиках этого человека.

Восприятие людей запускает у человека процессы социального познания, что позволяет приписывать личностные характеристики и причины поведения воспринимаемому (Андреева, 1997). При первом знакомстве наиболее важным является восприятие лица человека, так как оно содержит большое количество информации, позволяющей делать выводы о возрасте, эмоциональном состоянии, выражаемых экспрессиях и других невербальных паттернах поведения (Бодалев, 1995; Лабунская, 1999). Отдельные признаки лиц, например, схожесть лица человека с лицом воспринимающего или улыбка, позитивно связаны с возникновением доверия человеку (Oosterhof, Todorov, 2008).

В современном мире значительная часть общения и, как следствие, восприятия других людей переходит в интернет-среду (Войскунский,

2014). Для возникновения доверия к человеку на основе восприятия его образа в интернет-среде используется различная информация, однако на первый план выходят фотография, так как она позволяет внешне оценить человека, и текстовая информация авторства этого человека, так как она содержит дополнительные данные, которые позволяют больше узнать о нем и сформировать доверие к нему и информации, которую он предоставляет. Таким образом, в социальных сетях важную роль играет доверие к тексту автора.

Доверие к тексту — установка на надежность и достоверность информации, предоставляемой автором без корыстных побуждений. Доверие к тексту основывается на большом количестве факторов, выделенных в рамках исследований убеждающей коммуникации, таких как двусторонняя аргументация, компетентная позиция автора в тексте, понятность содержания информации и другие (Гулевич, 2007).

Целью исследования стало выявление связи дополнительной информации в виде текста с различной валентностью доверия с межличностным доверием незнакомому человеку. Важным фокусом внимания является изменение доверия при восприятии только фотографии и фотографии в сочетании с текстом автора.

### **Процедура и методы исследования**

Исследование состояло из двух этапов: отбора и оценки текстов из блогов по степени доверия, а также оценки респондентами степени доверия к незнакомым людям на основе фотографий их лиц (взятых из блогов) и сочетания фотографий лиц людей и текстов их авторства (взятых из блогов).

На первом этапе отбирались тексты и фотографии авторов из блогов на популярные темы: путешествия, еда и приготовление пищи, красота и здоровье, творчество и увлечения, финансы и ведение бюджета. Всего было выбрано 45 сочетаний «фотография–текст» из различных блогов, по девять сочетаний из каждой тематической категории. При отборе блогов учитывалось количество подписчиков от 10 до 30 тысяч ( $M_e = 23968$ ) и время существования блога от двух до пяти лет ( $M_e = 3,07$ ). Тексты в блогах отбирались с учетом количества символов от 300 до 1400 ( $M_e = 802$ ) и даты публикации (сентябрь–октябрь 2023 г.). Все тексты были оценены респондентами и разделены на группы с низким, средним и высоким уровнями доверия им. Для дальнейшего исследования были выбраны 12 сочетаний «фотография — текст», в которых текст входил в группу низкого (6 сочетаний) и высокого (6 сочетаний) доверия, чтобы оценить, как доверие к тексту сказывается на доверии к человеку на фотографии.

На втором этапе респонденты оценивали сначала людей на фотографиях по степени доверия с помощью авторского опросника «Качества и факторы доверия незнакомому человеку», а затем фотографии в сочетании с текстом автора.

На первом этапе в исследовании приняли участие 85 человек (54 женщины и 31 мужчина) в возрасте от 18 до 25 лет ( $M = 19,5$   $SD = 1,79$ ), на втором этапе – 182 человека (135 женщин и 47 мужчин) в возрасте от 18 до 25 лет ( $M = 20,1$   $SD = 2,05$ ), все респонденты с неоконченным высшим и высшим образованием, проживающие в Москве.

### **Оценки по степени доверия на основе фотографий**

При оценке доверия по фотографиям респонденты опирались только на внешний вид человека на фотографии. Оценки по степени доверия незнакомым людям по фотографиям варьируются от 35 до 122 баллов при среднем значении шкалы 80 баллов. Мы также вычислили описательные статистики опросника «Качества и факторы доверия незнакомому человеку» при оценках незнакомых людей только по фотографии: среднее значение ( $M = 80,7$ ), стандартное отклонение ( $SD = 14,7$ ), медиана ( $Me = 81$ ), мода ( $Mo = 83$ ). Выяснилось, что 52% респондентов оценивают незнакомых людей на фотографиях выше среднего по степени доверия. Для более детального анализа ответов респондентов мы разделили шкалу опроса на низкие (1 квартиль), средние (2 квартиль) и высокие (3 квартиль) оценки и проанализировали процентное соотношение респондентов по высоте оценки степени доверия людям на фотографиях. Оказалось, что большинство респондентов (92%) склонны приписывать средние оценки по степени доверия незнакомым людям на основе их фотографии, 5% приписывают низкие оценки по степени доверия и 3% – высокие оценки.

Для оценки различий по степени доверия разным людям на фотографиях данные были обработаны методом однофакторного дисперсионного анализа с повторными измерениями. Доверие разным людям на фотографиях значительно отличается:  $F = 12,6$ ,  $p = 0,0001$ , т. е. респонденты на основе внешности незнакомых людей склонны в разной степени доверять этим людям. С помощью парных сравнений с поправкой Бонферрони мы выявили наличие трех фотографий женщин, доверие к которым значительно выше, чем ко всем остальным людям на фотографиях. Мы предполагаем, что такой результат может быть получен в связи с тем, что в выборке в большей мере представлены женщины, чем мужчины.

### **Оценки по степени доверия на основе фотографий и текстов с отрицательной валентностью по доверию**

При оценке людей на фотографиях на основе их внешнего вида, а также текстов их авторства, которые попали в группу с низким доверием, были получены оценки по межличностному доверию в пределах от 30 до 112 баллов при среднем значении шкалы 80 баллов. Мы также вычислили описательные статистики опросника «Качества и факторы доверия незнакомому человеку» при оценках незнакомых людей по фотографии и текстам с позитивной валентностью по доверию: среднее значение ( $M = 72,8$ ), стандартное отклонение ( $SD = 15,8$ ), медиана ( $Me = 74$ ), мода ( $Mo = 77$ ). 72% респондентов оценивают незнакомых людей на фотографиях ниже среднего по степени доверия, 28% – выше среднего.

В основном в группу с низким доверием текстам попали тексты на финансовую тему. Такой результат мы связываем с финансовой тематикой, в таких текстах часто фигурируют реклама и описание способов заработка, что может отталкивать респондентов.

Для оценки изменения межличностного доверия с добавлением к фотографии текста с негативной валентностью по доверию был использован Т-критерий для парных выборок. Для пяти из шести фотографий были получены значимые различия по степени межличностного доверия. Таким образом, мы выяснили, что доверие к человеку значимо снижается при наличии авторского текста, которому слабо доверяют.

### **Оценки по степени доверия на основе фотографий и текстов с положительной валентностью по доверию**

При оценке людей на фотографиях на основе их внешнего вида, а также текстов их авторства из группы с высоким доверием были получены оценки по межличностному доверию в пределах от 44 до 122 баллов при среднем значении шкалы 80 баллов. Мы также вычислили описательные статистики опросника «Качества и факторы доверия незнакомому человеку» при оценках незнакомых людей по фотографии и текстам с позитивной валентностью по доверию: среднее значение ( $M = 87,5$ ), стандартное отклонение ( $SD = 13,1$ ), медиана ( $Me = 88$ ), мода ( $Mo = 79$ ). 72% респондентов оценивают незнакомых людей на фотографиях выше среднего по степени доверия.

В группу с высоким доверием текстам попали тексты на тему путешествий и еды, приготовления пищи, а также один текст на тему красоты и здоровья. Полученные результаты свидетельствуют о высоком доверии к знакомым и интересным темам. Также, возможно,



по данным темам респондентам легче принять решение о доверии, так как они лучше ориентируются в них и лучше их понимают.

Для оценки изменения межличностного доверия в условиях восприятия фотографии и текста, позитивной валентности по доверию был использован Т-критерий для парных выборок. Мы выявили, что для трех из шести людей произошел значимый прирост доверия при наличии текста, которому доверяют относительно восприятия только фотографии. Для еще трех людей не было выявлено значимых различий по доверию при наличии текста: межличностное доверие в таких случаях увеличивалось, но различия не достигали значимости. Эти результаты позволяют предположить наличие коридора доверия незнакомому человеку, в рамках которого межличностное доверие может изменяться. Наличие дополнительной информации в виде текста автора не может значительно изменить доверие, предполагается, что дальнейший рост доверия возможен только при получении опыта взаимодействия и совместной деятельности с человеком.

## **Выводы**

Большинство оценок по степени доверия незнакомому человеку по его фотографии лежит в пределах средних значений шкалы. Оценки межличностного доверия отличаются для разных людей на фотографиях, т. е. на основе информации, полученной при восприятии лица, респонденты могут сделать вывод о степени доверия, которую заслуживает незнакомый человек.

Оценки по степени доверия изменяются в зависимости от валентности доверия к тексту: сочетание фотографии с текстом, которому доверяют, ведет к повышению доверия незнакомому человеку, сочетание фотографии с текстом, которому доверяют меньше, приводит к снижению доверия.

В случае, если межличностное доверие только на основании восприятия фотографии является высоким, прирост доверия при наличии позитивно оцениваемого по степени доверия текста и снижение доверия при наличии негативно оцениваемого текста незначительны. Полученные результаты свидетельствуют о том, что при доверии незнакомому человеку люди в большей степени опираются на данные, полученные при восприятии его образа, чем на информацию и впечатления на основе созданного им текста.

## **Литература**

*Андреева Г. М.* Психология социального познания: Учеб. пособие. М.: Аспект-Пресс, 1997.

- Бодалев А. А.* Личность и общение. М.: Международная педагогическая академия, 1995.
- Войскунский А. Е.* Социальная перцепция в социальных сетях // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2014. № 2. С. 90–104.
- Гулевич О. А.* Психология коммуникации. М.: Московский психолого-социальный институт, 2007.
- Купрейченко А. Б.* Психология доверия и недоверия. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.
- Лабунская В. А.* Экспрессия человека: общение и межличностное познание. Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.
- Леонова И. Ю.* Доверие: понятие, виды и функции // Вестник Удмуртского университета. 2015. № 25. С. 34–41.
- Скрипкина Т. П.* Психология доверия: Учеб. пособие. М.: Академия, 2000.
- Oosterhof N., Todorov A.* The functional basis of face evaluation // Proceedings of the National Academy of Sciences. 2008. V. 32. С. 11087–11092. doi: 10.1073/pnas.0805664105

## **Теория поиска значимости (SQT) и феномен ценностно-аффективной поляризации социальной группы\***

*А. Н. Лебедев\**, *М. А. Гагарина\*\**, *О. В. Гордякова\*\*\**

\* Институт психологии РАН, Москва

\*\* Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва

\*\*\* Московский институт психоанализа, Москва

Для изучения феномена ценностно-аффективной поляризации необходима модель личности, которая позволяет описать наиболее существенные характеристики лидеров поляризованных подгрупп, а также тех, кто относится к поляризованному меньшинству и управляемому большинству группы. В нашем исследовании для этого используется теория поиска личностной значимости (Significance Quest Theory – SQT), разработанная А. Кругланским. Теория утверждает, что потребность в значимости универсальна, способы ее удовлетворения зависят от социокультурного контекста, поиск значимости стимулируется потерей и/или возможностью ее обретения. Теория SQT может объяснить и психологический механизм трансформации ценностной поляризации в аффективную, и повышение иррациональности аргументации в условиях противостояния.

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РНФ в рамках научного проекта № 23-18-00422. URL: <https://rscf.ru/project/23-18-00422>.

*Ключевые слова:* групповая поляризация, аффективная поляризация социальной группы, меньшинство и большинство социальной группы, ценностно-аффективная поляризация общества, личность, самодетерминация личности, теория поиска значимости (SQT).

В последние десятилетия феномен поляризации мнений в социальных группах вызывает большой интерес у социальных и политических психологов. Первоначально он рассматривался как сугубо когнитивный, однако сегодня все чаще говорят об аффективной поляризации социальных групп и общества в целом (Druckman et al., 2021; Wagner, Russo, 2021). Исследования данного феномена начали проводиться на рубеже 1960–1970-х годов под руководством французского социального психолога С. Московичи (Moscovici, Zavalloni, 1969). В рамках этого направления С. Московичи рассматривал группу как состоящую из двух подгрупп: поляризованное меньшинство (minority) и зависимое управляемое большинство (majority). По мнению С. Московичи, наиболее активным в группе является меньшинство, большинство же принимает точку зрения того меньшинства, которое оно считает наиболее убедительным, а в условиях, например, политического противостояния – наиболее влиятельным. При этом к меньшинству в рамках данной модели следует относить тех участников противостояния, которые обычно не меняют своих убеждений и склонны добиваться поставленных целей любыми средствами (Martin, 1998).

В настоящее время показано, что поляризация больших социальных групп имеет формы и этапы развития (Лебедев, 2023). Чаще всего она возникает в ситуации, когда предметом обсуждения являются ценности, а обмен ценностными (субъективными) суждениями с ростом аффективности противостояния неизбежно сопровождается увеличением иррациональности таких суждений и предвзятости подтверждения участников (Лебедев, 2023). При этом каждая из сторон уверена в правильности собственной позиции и в том, что это может быть однозначно «доказано», поскольку подкреплено «объективными фактами» (Nevguyev, Gagarina, 2020). Очевидно, что ценностно-аффективная поляризация, как и другие виды конфликтных ситуаций в социальных группах, во многом возникает под влиянием лидеров поляризованных подгрупп, в качестве которых выступают наиболее активные и харизматичные личности.

Для того чтобы изучать данный феномен во всех его проявлениях, необходима модель, которая позволит описать наиболее существенные характеристики лидеров поляризованных подгрупп, а также характеристики тех, кто относится к поляризованному меньшинству

и управляемому большинству группы. Такая модель в нашем исследовании основана на теории поиска личностной значимости (Significance Quest Theory – SQT), разработанной группой исследователей под руководством А. Кругланского. Она была выдвинута в начале 2000-х годов и, по нашему мнению, достаточно убедительно объясняет как мотивацию поведения людей в условиях аффективной поляризации мнений, так и ее психологические механизмы (Kruglanski et al., 2014, 2022).

В настоящее время в мировой науке количество психологических теорий, в основу которых положено понятие личности, настолько велико, что авторы часто говорят уже не о теориях личности, а о типах таких теорий. При этом теории личности обычно привязаны к основным классическим психологическим учениям, таким как бихевиоризм, психоанализ, когнитивная психология и т. д. Обращает на себя внимание не только разнообразие теорий, но и разнообразие типологий таких теорий (Хьелл, Зиглер, 2020).

В отечественной науке эта проблема решается проще, поскольку основные положения современной теории личности в наибольшей степени сформировались в советское время, когда основу методологии науки составляла марксистско-ленинская идеология, а главной задачей, которую КПСС, управлявшая наукой, ставила перед учеными, была задача формирования личности человека нового, коммунистического типа. В этом случае понятие личности определялось прежде всего с позиции социальной и педагогической психологии и привязывалось к понятию социалистического коллектива (Лебедев, 2024). Основные направления исследований включали изучение структуры личности, ее свойств и характеристик, индивидуальных психологических различий, психологических механизмов формирования, развития и саморазвития, связи личности с поведением и другими психическими процессами, свойствами и состояниями.

Поэтому общими для отечественных психологических теорий личности в настоящее время являются:

- 1) признание изначально социальной природы личности, заметное дистанцирование от «всего биологического» и его перенос в понятия темперамента, характера и пр.;
- 2) представления о личности как понятии, отражающем прежде всего позитивные характеристики человека;
- 3) ярко выраженная воспитательно-педагогическая направленность.

Теория поиска значимости (SQT) основана на модели 3N (потребности, нарративы, сети). Теория утверждает, что потребность в значимости универсальна, способы ее удовлетворения зависят от социокультур-

ного контекста, поиск значимости стимулируется потерей значимости и/или возможностью ее обретения (Kruglanski et al., 2022).

В ряде наших работ для описания данного феномена как нежестко детерминированного применялся термин «дистинктивное поведение», что позволяло в качестве одного из ведущих мотивов человека рассматривать потребность в обретении личностной значимости, которая опредмечивается относительно случайным образом в рамках декларируемых и одобряемых референтной группой социальных норм (Лебедев, 2006). Как показывают исследования, в условиях ценностно-аффективной поляризации группы предвзятость подтверждения и иррациональность аргументов противодействующих сторон во многом связаны с переживанием так называемых высших социальных эмоций: стыд, гордость, достоинство, вина и др.

Рассматриваемая нами теория поиска значимости, по мнению ее разработчиков, должна объединить большое количество предшествующих теорий, особенно тех, где в основе предмета исследования оказывались такие понятия, как образ Я, Я-концепция, самооценка, самоактуализация, самодетерминация, самопрезентация и аналогичные.

В теории SQT берется за основу тот факт, что стремление к значимости является универсальной человеческой потребностью. Для человека важно чувствовать, что он значим, что его ценят и уважают те, кто также значим и для самого человека, кто принадлежит к значимой группе, сообществу или культуре. В то время как все люди стремятся к значимости (по крайней мере в некоторой степени), иногда те, кто занимается экстремизмом, приобретают значительную социальную значимость, которая проявляется в форме славы, уважения и известности (Kruglanski et al., 2014).

Разрабатывая данную теорию, авторы постарались на ее основе объяснить большое количество феноменов, которые было довольно трудно описать с помощью других теорий. Так, например, они пришли к выводу, что стремление к ярким переживаниям собственной значимости и жажде приключений объясняет, почему люди прибегают к политическому насилию. В этом случае, утверждают авторы, поиск «сенсационности» поведения и эмоциональных переживаний от самовыражения в тех областях, которые человек считает для себя значимыми, является одним из психологических механизмов, связывающих поиск смысла собственного существования людьми с поддержкой экстремальных форм поведения (Kruglanski et al., 2022).

А. Кругланский с соавт. Отмечают: несмотря на то, что мотивация чувствовать себя достойным, быть уважаемым и иметь значимость в глазах других фиксировалась учеными на протяжении веков, пред-

посылки, последствия и условия ее активизации не были систематически проанализированы или интегрированы. Свою цель они видят в том, чтобы предложить такую интеграцию.

Учитывая сказанное выше, нами был сделан вывод о том, что стремление к сохранению и повышению собственной значимости играет большую роль в условиях ценностно-аффективной поляризации социальных групп. Поскольку трансформация ценностной поляризации в аффективную чаще всего происходит вследствие двух условий — ценностной природы предмета противостояния и желания пережить и продемонстрировать собственную значимость, то на основе SQT можно объяснить и недетерминированный выбор конкретным субъектом группы поляризованного меньшинства, и психологический механизм трансформации ценностной поляризации в аффективную, и неизбежное повышение иррациональности аргументации в условиях ценностного противостояния.

Следует отметить, что данная модель согласуется с представлениями российских (советских) психологов (Л. И. Анцыферовой и др.) о социальной природе личности. Однако также нужно подчеркнуть, что она в определенной степени противоречит принципу жесткого детерминизма (С. Л. Рубинштейн), поскольку поиск личностной значимости может приводить как к социально одобряемому поведению человека, так и к асоциальному, например, к противоречивому отрицанию сложившихся социальных норм, причем без каких-либо очевидных объективных причин.

### Литература

- Лебедев А. Н.* Проблемы изучения дистинктивного поведения в социодинамических системах // Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. С. 125–141.
- Лебедев А. Н.* Советский социалистический коллектив, национальный характер и аффективно-ценностная поляризация российского общества // Советская психология: этап истории науки и менталитет / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. В. Ушаков, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2024. С. 588–625.
- Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. СПб.: Питер, 2020.
- Druckman J. N., Klar S., Krupnikov Y., Levendusky M., Ryan J. B.* Affective polarization, local contexts and public opinion in America // *Nature Human Behaviour*. 2021. V. 5. P. 28–38.
- Kruglanski A. W., Gelfand M. J., Bélanger J. J., Sheveland A., Hetiarachchi M., Gunaratna R.* The psychology of radicalization and deradicalization: How sig-

- nificance quest impacts violent extremism // *Political Psychology*. 2014. №35 (S1). P. 69–93. doi: 10.1111/pops.12163
- Kruglanski A. W., Molinario E., Jasko K., Webber D., Leander N. P., Pierro A.* Significance-Quest Theory // *Perspectives on Psychological Science*. 2022. V. 17 (4). P. 1050–1071. doi: 10.1177/17456916211034825
- Martin R.* Majority and minority influence using the afterimage paradigm: A series of attempted replications // *Journal of Experimental Social Psychology*. 1998. V. 34. P. 1–26.
- Moscovici S., Zavalloni M.* The group as a polarizer of attitudes // *Journal of Personality and Social Psychology*, 1969. V. 12 (2). P. 125–135.
- Nevryuev A., Gagarina M.* After the discussion, I am even more confident in my point of view: An overview of studies of group polarization // *Review of Business and Economics Studies*. 2020. V. 8 (3). P. 6–12.
- Wagner M., Russo L.* Affective polarization around the world: Measurement, causes and consequences. 2021. URL: <https://ecpr.eu/Events/Event/PanelDetails/10463> (дата обращения: 16.08.2024).

## **Особенности мотивации трудовой деятельности работников ритейла в условиях цифровой среды**

*Т. Н. Лобанова*

Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва

В условиях смены технологической среды деятельности происходит изменение мотивационно-потребностной сферы личности, что отражено в концепции процессуально-динамического подхода Л. И. Анцыферовой. В настоящей статье приведен пример исследования, показывающего взаимосвязь между факторами внешней и внутренней мотивации трудового поведения сотрудников ритейлинговой компании, инфраструктура которой функционирует с помощью цифровых технологий, и определенными чертами их личности. Выборку составили 81 сотрудник компании, средний возраст 35 лет, 50% мужчин, 50% женщин. Результаты показали сдвиг мотивационно-потребностной сферы работников к внутренней мотивации. Выявлено, что эмоциональность имеет взаимосвязь с факторами стремления к карьере, личностному росту и саморазвитию сотрудников, а экстравертированность коррелирует с внутренними мотивирующими факторами и стремлением к ответственности и самостоятельности. Не обнаружена взаимосвязь внешних

факторов мотивации с личностными особенностями, кроме эмоциональности.

*Ключевые слова:* внутренняя и внешняя мотивация, личностные особенности, эмоциональность, экстраверсия, индивидуальные и социальные интересы, цифровое общество.

## **Введение**

Объективными основаниями развития личности в концепции процессуально-динамического подхода Л. И. Анцыферовой являются ее потребности, структура которых со временем меняется. Развитие мотивационно-потребностной сферы личности осуществляется за счет поиска и привлечения новых мотивов, вписанных в более широкую систему социальных отношений (Анцыферова, 1992). Л. И. Анцыферова отмечала, что «слабость теории К. Левина заключается именно в том, что она исходит из уже сложившегося „психологического мира“ личности, ни происхождение, ни закономерности формирования которого неизвестны» (Анцыферова, 1960, с. 156), на практике человек активно взаимодействует с реальным миром.

Динамика жизни современного человека не оставляет сомнений в его качественном преобразовании как личности и одновременно в наличии определенных ограничений, которые накладываются его жизнедеятельностью в цифровом обществе. Это общество, инфраструктура которого функционирует посредством цифровых технологий (больших данных и искусственного интеллекта, алгоритмов и алгоритмических систем, облачных вычислений и т. д.), а базовой формой организации и социального взаимодействия людей являются сетевые структуры и платформы (Добринская, 2021).

В социально-психологическом смысле важнейшим компонентом цифрового общества является анализ взаимодействия людей посредством цифровых технологий, анализ изменений социальных практик, трансформации труда и досуга, стимулирования новых социальных связей и трудовых отношений (Magres, 2017). Экономика цифрового общества ориентирована на сферу услуг, отсюда актуализируется проблема эффективности и мотивированности сотрудников сервисных отраслей, в частности, ритейлинговых компаний, предоставляющих товары и предметы первой необходимости широкому кругу населения. В связи с большим разнообразием профессий, бизнес-моделей и локаций таких компаний трудно типологизировать все факторы, которые могут повышать и/или снижать показатели мотивации их работников. Вместе с тем такая задача важна для социальных психологов.



Когда речь идет о мотивационно-потребностной сфере, динамический характер которой отмечала Л. И. Анцыферова, имеются в виду и мотивы («зачем, ради чего человек работает?»), и потребности личности («почему?»). Трудовая (профессиональная) мотивация – это процесс побуждения к деятельности, к результативному исполнению принятых решений или намеченных работ, сосредоточенный на достижении целей организации. Изучая мотивацию сотрудников, исследователи нередко апеллируют к внутренней или внешней мотивации. Эта дихотомия, представленная в работах многих ученых, может быть спорной, но в каждом случае мы имеем практическое подтверждение приоритетности личностных диспозиций, таких как желания, влечения, интересы, установки и пр., или же внешних детерминирующих условий среды.

Ф. Герцберг описывает две основные группы факторов мотивации трудовой деятельности. Первая – «мотивирующие факторы», которые являются основой самомотивации. К ним относится стремление к достижению успехов в работе, к карьерному росту, к признанию окружающими, к ответственности и самостоятельности, личностному росту (саморазвитию). Вторая группа – «гигиенические факторы», которые отражают внешнюю среду организации и условия труда. Гигиенические факторы являются лишь необходимыми условиями (стимулами) трудовой деятельности. Они включают в себя стремление к материальному благополучию, зависимость от руководства и/или от группы (Герцберг, 1990).

Происходят ли сейчас изменения в потребностно-мотивационной сфере работников цифрового общества? Можно говорить о приоритетности их внешней или внутренней мотивации? Какова взаимосвязь между мотивирующими факторами работников и их личностными характеристиками? Эти вопросы были положены в основу данного исследования применительно к работникам ритейлинговой компании, основная деятельность которой осуществляется в цифровой среде.

Наиболее общепринятой консенсусной моделью для описания личности может служить пятифакторная модель (Five-Factor Model), называемая Большой пятеркой. Согласно этой модели, пять личностных характеристик являются ключевыми детерминантами поведения, а совокупность информации, полученной в результате их измерений, дает адекватное представление о личности. В Большую пятерку входят следующие факторы: нейротизм, эмоциональность (N-neuroticism), экстраверсия, вовлеченность во внешний мир (E-extraversion), открытость опыту (O-openness to experience), привязанность, сотрудничество (A-agreeableness) и сознательность (C-conscientiousness). Опросник Боль-

шой пятерки (SPFQ) Р. Маккрея и П. Косты в адаптации А. Н. Хромова (Хромов, 2000) построен на дихотомических парах факторов, таких как эмоциональность—эмоциональная сдержанность, экстраверсия—интроверсия, привязанность—отделенность, самоконтроль—импульсивность, экспрессивность—практичность.

Опираясь на идеи Л. И. Анцыферовой о поиске и привлечении личностью других мотивов, отметим еще один важный аспект исследования. Он касается стремления личности вписать свои занятия в более широкую систему социальных отношений, осмыслить свое место в контексте социальной действительности и тем самым найти новые побуждения и интересы в своей деятельности. Поэтому в исследование была включена оценка взаимосвязи между мотивирующими факторами и трудовыми интересами работников как ценностной и эмоционально окрашенной позиции личности или группы, выраженной в деятельностно-практическом отношении к своему труду (Лобанова, 2023). В соответствии с авторской классификацией, выделены следующие группы интересов: индивидуальные (экономические, карьерные), социальные (групповые, территориальные, общегражданские) и профессионально-деловые (профессиональные, корпоративные).

Таким образом, была выдвинута гипотеза, что существует значимая взаимосвязь между мотивирующими факторами трудовой деятельности и отдельными личностными особенностями сотрудников, а также их индивидуальными и групповыми интересами.

## **Методики и выборка**

В исследовании использовались следующие методики: мониторинг трудовых мотивов (Старенченко, 2008), пятифакторный опросник личности (Хромов, 2000), методика трудовые интересы работников (Лобанова, 2021).

При обработке данных использовались математические процедуры (описательные статистики, множественная регрессия в программе IBM SPSS Statistics v. 23.0); были применены критерий Колмогорова—Смирнова и корреляционный анализ Спирмена.

Выборку составил 81 сотрудник ритейлинговой компании 20—50 лет ( $M = 35$ ,  $SD = 15$ ); 50,7% женщин. Компания занимается розничной продажей товаров конечным потребителям через онлайн-платформу. В выборку вошли представители всех профессиональных категорий работников: топ-менеджмент, руководители подразделений, линейные менеджеры направлений, продавцы-консультанты, дизайнеры, менеджеры по работе с маркетплейсами, логисты. Участ-

ники проходили исследование в онлайн-формате при помощи сервиса «Google Опросы».

### **Анализ и интерпретация результатов**

По результатам описательной статистики опросника трудовых мотивов у сотрудников ритейлинговой компании более выраженными оказались внутренние мотивирующие факторы ( $M = 5,76$ ,  $SD = 4,3$ ) по сравнению с внешними гигиеническими ( $M = 4,2$ ,  $SD = 6,3$ ). В соответствии с пятифакторным опросником, наиболее значимыми в данной выборке оказались личностные особенности «экстраверсия–интроверсия» ( $M = 5,1$ ) и «эмоциональность–эмоциональная сдержанность» ( $M = 4,8$ ). Данные особенности являются профессионально важными для сотрудников подобных компаний, поэтому корреляционные связи определялись именно по этим шкалам.

При проведении корреляционного анализа были обнаружены значимые связи между «экстраверсией» и шкалами «мотивирующие факторы» ( $r = 0,441$ ,  $p = 0,007$ ), «стремление к ответственности и самостоятельности» ( $r = 0,221$ ,  $p = 0,035$ ). Также выявлена значимая корреляция между «эмоциональностью» и факторами «стремление к личностному росту (саморазвитию)» ( $r = 0,380$ ,  $p = 0,032$ ) и «стремление к карьере» ( $r = 0,213$ ,  $p = 0,046$ ).

Таким образом, для сотрудников ритейлинговой компании мотивация к проявлению ответственности и самостоятельности взаимосвязана с экстраверсией. Они коммуникабельны и общительны, стремятся сами контролировать выполнение своих должностных обязанностей. Выраженная эмоциональность позволяет сделать акцент на внутренних факторах мотивации, особенно на предоставлении возможностей для личностного роста и саморазвития, а также для горизонтального или вертикального продвижения, т. е. расширение функционала или спектра трудовых интересов позволяет усилить мотивационную составляющую работников.

Интересным фактом корреляционного анализа оказалось отсутствие значимой корреляции ( $p > 0,05$ ) между личностной характеристикой «экстраверсия» и шкалами гигиенической мотивации, такими как стремление к материальному благополучию, к зависимости от руководства и к зависимости от группы. Значимая корреляция между шкалой «эмоциональность» была обнаружена только со «стремлением к зависимости от группы» ( $r = 0,376$ ,  $p = 0,043$ ), следовательно, гигиенические факторы мотивации (условия среды) не связаны с личностными особенностями сотрудников компании. Сотрудники с выраженной эмоциональностью и экстравертированностью, ра-

ботающие в цифровой среде, более ориентированы на факторы внутренней мотивации.

Что касается взаимосвязи между трудовыми интересами и мотивирующими факторами, значимая корреляция наблюдалась только с «индивидуальными (экономическими, карьерными) интересами» ( $r=0,320$ ,  $p=0,017$ ) и «социальными (групповыми, территориальными, общегражданскими) интересами» ( $r=0,376$ ,  $p=0,045$ ). Не выявлено корреляции с профессиональными и корпоративными интересами работников. Подчеркнем, что связь внутренней мотивации с общегражданскими интересами является показателем включенности работников в широкий контекст общественной жизни и создает условия для снижения социального цинизма, который «отрицательно связан со стремлением к достижениям, с удовлетворенностью работой и жизнью в целом» (Психологическое состояние..., 2023, с. 123), а выраженность групповых интересов как фактор групповой идентификации является одним из ключевых оснований психологического благополучия личности в условиях глобальных рисков цифрового общества (там же, с. 133)

Значимой взаимосвязи между возрастом и мотивирующими факторами не было обнаружено ( $p=0,078$ ), что свидетельствует об универсальности полученных данных.

## **Выводы**

Согласно идеям Л. И. Анцыферовой, развитие мотивационно-потребностной сферы личности осуществляется за счет поиска и привлечения новых мотивов. Социальная психология личности активно разрабатывает механизмы мотивации, вписанные в более широкую систему социальных отношений, в контекст новой цифровой действительности.

По результатам исследования взаимосвязи личностных особенностей с мотивацией и интересами работников ритейлинговой компании обнаружена статистически значимая связь между профессионально важными личностными качествами (экстравертированностью и эмоциональностью) и внутренними мотивирующими факторами, особенно такими, как возможности личностного и карьерного роста, предоставления сотрудникам самостоятельности и наделения их ответственностью. Значимой взаимосвязи гигиенических средовых факторов мотивации с экстравертированностью и эмоциональностью сотрудников компании не было обнаружено.

Цифровые платформы, на базе которых строится деятельность современных ритейлинговых компаний, становятся важным коммуни-

кативным элементом цифрового общества, разнообразным и открытым для общения и личностного развития. И здесь возможность учета мотивирующих факторов, индивидуальных и групповых интересов работников является определяющим звеном при формировании новых правил и условий труда, ценностей, социальных механизмов контроля и управления. Выявленная по результатам корреляционного анализа взаимосвязь между мотивирующими факторами и индивидуальными и социальными интересами работников свидетельствует о перспективах снижения социального цинизма и усиления групповой идентификации, а значит – сохранения устойчивости, интегративности личности в условиях цифрового общества.

### Литература

- Анциферова Л. И.* О теории личности в работах Курта Левина // Вопросы психологии. 1960. № 6. С. 149–158.
- Анциферова Л. И.* Личность в динамике: некоторые итоги исследования // Психологический журнал. 1992. Т. 13. № 5. С. 12–25.
- Герцберг Ф., Майнер М. У.* Побуждение к труду и производственная мотивация // Социологические исследования. 1990. № 1. С. 126–129.
- Добринская Д. Е.* Что такое цифровое общество? // Социология науки и технологий. 2021. Т. 12. № 2. С. 112–129. doi: 10.24412/2079-0910-2021-2-112-129
- Лобанова Т. Н.* Методика изучения трудовых интересов работников современных организаций // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2021. № 2. С. 314–340. doi: 10.11621/vsp.2021.02.14
- Лобанова Т. Н.* Трудовые интересы в информационном обществе. М.: Проспект, 2023.
- Психологическое состояние российского общества: Материалы совместного заседания НКС ООН РАН и НИИ ДДиП 18 марта 2023 г. / Под общ. ред. Г. А. Тосуняна. М.: Новые печатные технологии, 2023.
- Старенченко Ю. Л.* Мониторинг трудовых мотивов: Методическое руководство. 2008. С. 16–35.
- Хромов А. Б.* Пятифакторный опросник личности: Учебно-метод. пособие. Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2000.
- Marres N.* Digital Sociology: The reinvention of social research. Cambridge: Polity Press, 2017.

## **Изучение социальных установок населения с различными ценностями и ценностными ориентациями**

*Д. П. Лямин*

Военная академия Республики Беларусь, Минск, Белоруссия

В статье автор рассматривает некоторые аспекты изучения социальных установок и ценностей с целью дальнейшего формирования отношения населения (представителей различных социальных групп) к социальным объектам, процессам и явлениям. В основу излагаемого материала положены результаты проведенного исследования социальных установок юношей старших классов с различными ценностными ориентациями к службе в армии.

*Ключевые слова:* социальная установка, отношение, ценности, источник информации, ассоциативные методики, шкала Лайкерта, ранжирование.

В современном обществе с высокой степенью цифровизации большое значение в информационном противоборстве приобретают методики формирования общественного мнения и отношения населения к различным социальным объектам (процессам и явлениям). К одной из наиболее известных можно отнести методику Окна Овертона (Mackinac Center, 2020), позволяющую кардинально изменить отношение большинства к новым или деструктивным идеям и целям от немыслимого до действующей нормы. Однако практическая реализация концепции «Окон» требует больших материальных, денежных и трудовых затрат на всех ее этапах. Еще одним перспективным направлением формирования общественного мнения является работа с установками и ценностями в малых социальных группах. В основу работы с установками положена концепция установки В. Н. Мясищева (Мясищев, 1960), представившего аттитюд как совокупность трех взаимосвязанных компонент: когнитивной, эмоциональной и конативной (поведенческой). Воздействие на две первые способно изменить в требуемую сторону поведение человека относительно объекта. Таким образом, для формирования требуемого конативного поведения большинства членов различных социальных групп видится целесообразным изменить или сформировать необходимые социальные установки в группе (во взаимосвязи с ведущими ценностями). Для этой цели целесообразно изучить социальные установки в отношении выбранного социального объекта, выявить преобладающие ценности и представители социальной группы, определить преобладающую

эмотивную составляющую большинства членов (мода, медиана). Затем необходимо выявить наиболее авторитетные в исследуемой социальной среде информационные источники, через которые в дальнейшем осуществлять информационное воздействие на членов данной группы.

С точки зрения информационной безопасности государства особенно важно снизить влияние деструктивной информации на сознание подростков. Изменение социальных установок активной молодежи приведет со временем к изменению общественного мнения о социальном институте у большинства населения. А изменение общественного мнения, основанного на личностных установках индивида, приведет к деформации социального восприятия различных значимых объектов, процессов и явлений, что может привести к негативному поведению большинства населения в отношении этих объектов.

Согласно теории социальных установок личности, выдвинутой французско-канадским психологом Ж. Годфруа, формирование системы убеждений индивида происходит до 30 лет. К 30 годам установки характеризуются высокой стабильностью и изменить их крайне трудно (Годфруа, 2016). Именно поэтому работа, направленная на изучение ценностей и социальных установок молодежи (возрастные рамки 16–25 лет), играет важную роль в обеспечении информационной безопасности государства.

Для формирования требуемого устойчивого отношения молодежи к социальным объектам необходимо изучить существующие социальные установки, ведущие ценности, а также источники информации, которые пользуются наибольшим доверием у молодежи и из которых они получают сведения об этих объектах.

Для изучения ценностей и установок подростков к значимым социальным объектам можно использовать следующий инструментарий:

- методика «Неоконченное предложение», позволяющая выявить внутреннее отношение реципиентов к изучаемой проблеме, определить когнитивную составляющую социальной установки;
- методика «Свободные словесные ассоциации» позволяет создать выборку слов, характеризующих объект для формирования множества высказываний. На основе выявленного множества в дальнейшем формируются установки (выдвигается гипотеза);
- методика нелинейных шкал Лайкерта позволяет оценить полученные установки;
- методика выявления ценностей и ценностных ориентаций Шварца (в адаптации Карандашова);
- методика ранжирования применяется для изучения источников информации.

Все перечисленные методики являются простыми в использовании и обработке, позволяют проводить опросы с помощью Google-форм, в социальных сетях и мессенджерах.

Описанный алгоритм изучения социальных установок был применен в 2024 г. в ходе работы по исследованию отношения юношей к Вооруженным Силам Республики Беларусь. Опросы проводились на базе учеников выпускных классов средних школ. При этом были выбраны населенные пункты, разнесенные по расстоянию (восток страны, центр, запад), с различной административной подчиненностью (столица, областной город, районный центр). Общий объем выборки составил 256 человек.

Исследования позволили выявить отношение юношей к значимому социальному объекту, определить образ объекта, сформированный в сознании старшеклассников, а также эмоциональную компоненту в отношении службы как процесса. В этом случае служба рассматривалась с точки зрения представлений и ожиданий, что представляет особый интерес при выявлении взаимосвязи между ожиданиями и ценностями современной молодежи. Социальные ожидания в данном случае рассматриваются как субъективные ориентации (совокупность элементов знаний, стереотипов поведения, оценок, убеждений, намерений), разделяемые членами социальной группы (или общества в целом) относительно социального объекта или явления (Ожидания социальные, 1983).

Далее, посредством выявленных наиболее авторитетных и пользующихся доверием у молодежи источников информации (информационных лидеров) можно либо расшатать представления старшеклассников об объекте, либо, наоборот, делая упор на значимые для подростка качества, сформировать положительное отношение к нему. Наиболее целесообразно при этом согласовывать контекст сведений с системой ценностей.

Говоря об источниках информации, можно сказать, что в молодежной среде ведущую роль играет, безусловно, Интернет (информации из сети полностью доверяют 80 (31,2%) опрошенных, доверяют частично 133 (51,9%) респондента). Остальные 43 (16,9%) испытуемых ответили, что интернету не доверяют и предпочитают получать информацию от лиц, непосредственно связанных с интересующих подростков проблематикой.

При работе с Интернетом следует учитывать, что для наиболее быстрого формирования новой установки источник информации должен удовлетворять ряду требований, основными из которых являются надежность, профессиональная компетентность («власть экспер-



та»), социальный статус, соответствующий основному потребителю, привлекательность (дизайн страницы и удобство в использовании ресурса) (Московичи, 2007, с. 24).

Анализ ценностей современных подростков показал, что на первом месте стоит гедонизм, т. е. стремление к получению удовольствия (как ценностный ориентир, так и поведенческая направленность), причем независимо от места проживания. Это можно объяснить широкой пропагандой со стороны СМИ, направленной на формирование жизненных целей, связанных с потребительской культурой, а также свободным доступом к интернет-ресурсам. На втором месте находится самостоятельность (независимость мышления, самостоятельный выбор путей достижения целей, творчество), что можно объяснить стремлением современных подростков к творчеству (одна из отличительных черт так называемого поколения «Z»). Третье место занимают ценности, связанные с конформностью (недопущение действий и склонностей, причиняющих вред другим членам общества), а приоритетом в ценностном поведении школьники выпускных классов выбрали «универсализм» (понимание, терпимость, защита интересов других людей).

Также в ходе исследования было выявлено, что в большей степени на конативную составляющую установки у подростков оказывает влияние эмоциональная компонента. Так, 89% респондентов, ответивших, что при мысли об объекте испытывают положительные эмоции (интерес, гордость и т. д.), выразили готовность к действию в интересах изучаемого объекта (даже в том случае, если когнитивная составляющая нейтральная либо имеет легкий негативный оттенок). Если проводить анализ взаимосвязи между ценностями и ожиданиями, то можно отметить тот факт, что если ожидания и ценности совпадают, то конативная составляющая будет, как правило, позитивной. Например, большинство юношей, у которых ведущими ценностями, по Ш. Шварцу, является «власть», готовы служить по призыву и испытывают к армии и к службе позитивные эмоции.

Таким образом, получив информацию о существующих социальных установках у целевой аудитории в отношении важного социального объекта (процесса или явления), определив основные ценности и ценностные ориентации группы, а также источники информации, пользующиеся в группе высокой степенью доверия, можно в достаточно короткие сроки изменить отношение членов группы к объекту. Формирование (изменение) когнитивной компоненты наиболее целесообразно осуществлять во взаимосвязи с системой ценностей человека, увязывая его ожидания и ценностные ориентиры.

## Литература

- Годфруа Ж. Что такое психология: В 2 т. М.: Мир, 1992.
- Московичи С. Социальная психология. СПб.: Питер, 2007.
- Мясищев В. Н. Основные проблемы и современное состояние психологии отношений: // Психологическая наука в СССР. Т. 2 / Ред. колл. Б. Г. Ананьев, Г. С. Костюк и др. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960.
- Ожидания социальные // Философский энциклопедический словарь / Гл. ред. Л. Ф. Ильичев и др. М.: Советская энциклопедия, 1983. URL: <http://www.psyoffice.ru/6-804-ozhidaniya-socialnye.htm> (дата обращения: 11.08.2024).
- The Overton Window // Mackinac Center for Public Policy 2020. URL: <https://www.mackinac.org/OvertonWindow>. (дата обращения: 15.03.2024).

### Прокрастинация в контексте ценностных ориентаций студентов

*А. С. Мельничук\*, А. И. Володько\*\**

\* Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва

\*\* Многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг района Тропарево-Никулино, Москва

Представлены данные опроса 111 студентов с помощью «Портретного опросника» Ш. Шварца, опросника прокрастинации К. Лэй и семантического дифференциала для выявления значимости времени. Прокрастинация во всей выборке прямо связана с ценностью «власть» и обратно — с ориентациями на соблюдение норм (ценности «традиции», «конформизм»), на заботу об окружающих людях («универсализм» и «благожелательность»), а также на безопасность. Такие связи по-разному представлены в подгруппах респондентов. У всей выборки отсутствуют значимые связи прокрастинации с ориентацией на «достижение» (предполагалась обратная связь) и с ценностями «гедонизм», «свобода», «стимуляция» (предполагалась прямая связь). При этом в отдельных подгруппах имеют место обратные связи прокрастинации с ценностями «стимуляция» и «свобода».

*Ключевые слова:* прокрастинация, ценностные ориентации, студенты, субъективная значимость времени.

Жизнь современного человека проходит в динамичных условиях, предполагает решение значительного числа разнообразных задач и обработку большого количества информации. Соответственно, резко повышается значимость оптимального использования времени. Препятствием для этого является весьма широкое распространение прокрастинации — склонности к осознанному откладыванию выполнения намеченных дел, не связанному с объективными причинами. Согласно данным исследований, эта черта проявляется не менее чем у 20% населения, а в среде студентов количество прокрастинаторов существенно выше. Следствием прокрастинации являются снижение качества деятельности и ухудшение психического состояния (возрастание тревожности и напряжения, концентрация мыслей на возможных последствиях невыполнения дела, самообвинение и т. д.). Соответственно, особую актуальность приобретают прогнозирование вероятности развития прокрастинации и содействие в ее преодолении, а условием успешности такой работы выступает понимание психологических детерминант рассматриваемого явления.

В современных исследованиях прослежена связь прокрастинации с большим числом феноменов — чертами личности, временной перспективой, тревожностью, особенностями регуляций эмоций и деятельности, локусом контроля, самоофективностью, осмысленностью жизни, перфекционизмом и т. д. При этом важную роль в развитии прокрастинации способны играть ценностные предпочтения личности, являющиеся ее ключевым компонентом и важным регулятором ее активности. Представляется возможным выделить несколько аспектов влияния ценностных ориентаций на прокрастинацию.

Во-первых, прокрастинацию часто связывают с личностной незначимостью откладываемых дел, а именно — ценности задают критерии оценки решаемых человеком конкретных задач как важных или тех, которыми можно временно «пожертвовать». Например, в исследовании американских авторов субъективная «интересность» и полезность обучения обратно коррелировала с прокрастинацией у студентов (Kennedy, Tuckman, 2013).

Во-вторых, ценностные ориентации способны влиять на вероятность возникновения прокрастинации посредством определения «глобальных» предпочтений в рамках целостной жизненной активности. Так, на выборках немецких школьников (Dietz et al., 2007) и студентов (Grund, Fries, 2018) было выявлено, что выраженность прокрастинации прямо коррелирует с приверженностью постмодернистским ценностям. Последние провоцируют предпочтение молодыми людьми связанной с удовольствиями досуговой активности в противополо-

ложность выполнению учебных заданий и стремлением к высоким достижениям.

В-третьих, источником прокрастинации может стать ситуация внутреннего конфликта, если поведенческие альтернативы связаны с равно значимыми, но трудно совместимыми ценностями.

Парадоксально, но связь прокрастинации и ценностной сферы непосредственно затрагивается лишь в единичных исследованиях – в указанных выше работах немецких авторов и единственной отечественной публикации (Забелина и др., 2018). Косвенным дополнением могут служить работы, посвященные ценностным аспектам восприятия времени (Забелина, 2020), а также ценностным ориентациям людей, склонных к лени (Михайлова, 2007).

Исходя из недостаточной изученности связи ценностных предпочтений и прокрастинации, авторами было проведено эмпирическое исследование на выборке из 111 студентов Москвы и Санкт-Петербурга (42 юноши и 69 девушек в возрасте от 18 до 25 лет, средний возраст – 21,3 года).

Для сбора эмпирических данных использовались опросник прокрастинации К. Лэй (Юдеева и др., 2011) и «Портретный ценностный опросник Ш. Шварца PVQ-R2» (Шварц и др., 2012). Поскольку в основе прокрастинации часто лежит низкая значимость времени как ресурса, то в качестве дополнительной ценности в анализ было включено собственно время. Для выявления его значимости применялся специально разработанный семантический дифференциал из 11 шкал, относящихся к семантическому измерению «оценка» (коэффициент  $\alpha$  Кронбаха равен 0,937). В исследовании был проверен ряд гипотез, сформулированных на основе указанных выше исследований, а также данных о личностных особенностях прокрастинаторов, корреспондирующих с ценностными приоритетами.

Результаты, подтверждающие гипотезы, можно разделить на несколько групп. В рамках первой группы уровень прокрастинации ожидаемо обратно коррелировал с ориентацией на традиции ( $r = -0,526$ ,  $p = 0,00001$ ; здесь и далее значимость указывается с поправкой Холма–Бонферрони). Такая связь оказалась наиболее «воспроизводимой», так как кроме всей выборки была выявлена в пяти из шести выделенных для анализа подгрупп (у мужчин и женщин, в подгруппах с высокой и низкой значимостью времени, а также у студентов пятого курса) и отсутствовала лишь у студентов первого и второго курсов. С одной стороны, указанная ориентация предполагает принятие исторически сложившихся в российском обществе норм, а многие из них отражают важность своевременного выполнения дел (напри-

мер, в пословицах и поговорках «Делу время – потехе час», «Минута час бережет» и т. д.). С другой стороны, в современной культуре ярко прослеживается отношение ко времени как важному для успеха ресурсу. Такие интерпретации подтверждаются тем, что значимость времени была прямо связана с ориентацией на ценность «традиция» ( $r=0,293$ ,  $p=0,020$ ). Кроме того, рассмотренная тенденция хорошо сочетается с обратной корреляцией уровня прокрастинации и ориентации на конформизм, также предполагающей следование предписанным правилам, в данном случае групповым ( $r=-0,469$ ,  $p=0,000001$ ). Такая связь присутствует в четырех подгруппах респондентов из шести. В данном контексте интересно, что ориентация на власть оказалась ожидаемо прямо коррелирующей с выраженностью прокрастинации ( $r=0,245$ ,  $p=0,045$ ). Вероятно, стремящийся к влиянию на других человек рассматривает себя как того, кто не обязан подчиняться правилам или сам устанавливает их. Это может относиться к соблюдению норм или непосредственно к срокам выполнения дел. При этом указанная связь проявляется на выборке в целом, однако парадоксально отсутствует во всех подгруппах.

В рамках второй группы тенденций подтвердилась гипотеза об обратной связи прокрастинации и ориентации на благожелательность ( $r=-0,304$ ;  $p=0,008$ ) и универсализм ( $r=-0,367$ ;  $p=0,001$ ) (при этом первая связь повторяется только в двух подгруппах, в то время как вторая – в четырех). Обе эти ориентации отражают значимость заботы о людях и внимание к их благополучию (в «ближнем» и «дальнем» кругу отношений, соответственно). Своевременное выполнение дел в данном контексте характеризует «социальную надежность» человека, а прокрастинация – высокую вероятность подвести окружающих. Отметим, что значимость времени прямо коррелировала с ценностями «благожелательность – забота» ( $r=0,279$ ;  $p=0,036$ ) и «универсализм» ( $r=0,261$ ;  $p=0,042$ ). Это в целом говорит в пользу того, что уважение окружающих людей и нежелание им навредить может выступить фактором бережного отношения ко времени и, соответственно, снижения вероятности откладывания социально важных дел.

Наконец, подтвердилась гипотеза об обратной связи прокрастинации с ценностью «безопасность» ( $r=-0,286$ ;  $p=0,014$ ). Такая связь объяснима тем, что промедление с выполнением дел часто сопряжено с негативными последствиями: с одной стороны, это внешние санкции (моральные или организационные), а с другой – отрицательные переживания и чрезмерный расход физических и психических ресурсов ради своевременного завершения намеченного в условиях цейтнота.

Отметим, что прокрастинация может выступать в качестве «избегающей» копинг-стратегии, защищающей человека от страха не справиться с задачей на желаемом уровне (Мохова, Неврюев, 2013). Это объясняет полученную рядом авторов прямую связь прокрастинации и ориентации на безопасность (Забелина и др., 2018). В данном контексте мы полагаем уместным разделить две тенденции. С одной стороны, прокрастинация дает ощущение защищенности, но только «здесь и теперь», т. к. человек все равно будет обязан выполнить дело. Более того, откладывание, по сути, только ухудшает положение человека (у которого оказывается гораздо меньше времени для выполнения намеченного). С другой стороны, в случае «стратегической» ориентации на ценность «безопасность» человек старается обеспечить ее надолго, а для этого как раз важна низкая склонность к откладыванию дел.

Отметим, что ряд гипотез не подтвердился в силу отсутствия значимых связей. Так, полностью отсутствовала корреляция прокрастинации с ценностью «достижение» (что стало достаточно неожиданным и противоречащим данным о соотношении прокрастинации и мотивации). Также не было выявлено связей прокрастинации с ценностью «гедонизм» (при ожидаемой прямой связи). Однако интересно, что прокрастинация прямо коррелирует с таким пунктом шкалы гедонизма, как «Для него/нее важно пользоваться любой возможностью повеселиться» ( $r=0,223$ ,  $p=0,019$ ).

Ценность «свобода» коррелировала с прокрастинацией только у студентов пятого курса, причем связь оказалась не прямой, а обратной ( $r=-0,441$ ,  $p=0,009$ ). При этом субценность «самостоятельности мысли» была обратно связана с прокрастинацией ( $r=-0,525$ ,  $p=0,00001$ ) и прямо – со значимостью времени ( $r=0,484$ ,  $p=0,0002$ ). Это может указывать на восприятие времени как ресурса для самостоятельного осмысления значимых жизненных вопросов. В силу этого люди с такой потребностью будут бережно относиться ко времени и меньше прокрастинировать.

Вместо прямой связи прокрастинации и ценности «стимуляция» была выявлена обратная корреляция данных переменных, причем только у мужчин ( $r=-0,303$ ,  $p=0,044$ ) и студентов пятого курса ( $r=-0,312$ ,  $p=0,034$ ). Можно предположить, что люди, которые стремятся к новизне и новым впечатлениям, могут стараться завершить все дела в срок, чтобы потом переключиться на поиск нового. Достаточно интересным представляется то, что предполагаемая прямая связь ценностей «гедонизм», «стимуляция», «свобода» не выявлена на всей выборке студентов. Помимо этого, ориентация на «гедонизм» не имеет также корреляций ни в одной из шести выделенных подгрупп.

Проведенное исследование позволило, на наш взгляд, более полно раскрыть ценностные механизмы прокрастинации. Ее блокаторами могут выступать приверженность культурным или групповым нормам, уважительное и доброжелательное отношение к людям, а также стремление обеспечить безопасность положения. Именно эти ценности вошли в один полюс наиболее выраженного фактора, в то время как выраженность прокрастинации выступила в качестве противоположенного полюса. Если использовать круговой мотивационный континуум, то речь идет о ценностях самоопределения и сохранения (Шварц и др., 2012).

При этом результаты в отношении ценностей самоутверждения и открытости изменениям (достижение, гедонизм, свобода, стимуляция) расходятся с данными других авторов в аспекте собственно наличия связей с прокрастинацией или их направленности. Кроме того, ряд связей оказался специфичным для конкретных подгрупп. Все это может быть как артефактом выборки, так и отражением влияния иных факторов, требующих дополнительного изучения.

### Литература

- Забелина Е. В.* Психологическое время личности и жизненные ценности студенческой молодежи в глобальном обществе (на материале Японии и России) // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2020. № 4 (32). С. 180–187. doi: 10.23951/2307-6127-2020-4-180-187
- Забелина Е. В., Честюнина Ю. В., Трушина И. А., Дейнека О. С.* Модель психологического времени молодого поколения в период глобализации, обусловленная динамикой универсальных ценностей // Вестник Удмуртского университета. Сер. «Философия. Психология. Педагогика». 2018. Т. 28. № 2. С. 182–192.
- Михайлова Е. Л.* Ситуационные и личностные детерминанты лени: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2007.
- Мохова С. Б., Неврюев А. Н.* Психологические корреляты общей и академической прокрастинации у студентов // Вопросы психологии. 2013. № 1. С. 24–35.
- Шварц Ш., Бутенко Т. П., Седова Д. С., Липатова А. С.* Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 2. С. 43–70.
- Юдеева Т. Ю., Гаранян Н. Г., Жукова Д. Н.* Апробация опросника студенческой прокрастинации С. Lay // Психологическая диагностика. 2011. № 2. С. 84–94.

- Dietz F., Hofer M., Fries S.* Individual values, learning routines and academic procrastination // *The British Journal of Educational Psychology*. 2007. V. 77 (4). P. 893–906. doi: 10.1348/000709906X169076
- Grund A., Fries S.* Understanding procrastination: A motivational approach // *Personality and Individual Differences*. 2018. V. 121. P. 120–130. doi: 10.1016/j.paid.2017.09.035
- Kennedy G. J., Tuckman B. W.* An exploration into the influence of academic and social values, procrastination, and perceived school belongingness on academic performance // *Social Psychology of Education*. 2013. V. 16 (3). P. 435–470. doi: 10.1007/s11218-013-9220-z

## **Социально-психологические предикторы конструктивного патриотизма подростков\***

*А. В. Микляева*

Российский государственный педагогический университет  
им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

Представлены результаты исследования, целью которого было выявление социально-психологических предикторов конструктивного патриотизма подростков (в сравнении с предикторами слепого патриотизма). В исследовании приняли участие 463 старших подростка. Сбор данных осуществлялся с помощью подростковой версии «Опросника конструктивного патриотизма», шкалы «Вера в справедливый мир», методики «Социальные аксиомы», «Опросника моральных оснований» и методики «Валентность гражданской идентичности». Сделан вывод о том, что патриотические установки независимо от их формы в подростковом возрасте поддерживаются позитивной гражданской идентичностью и верой в справедливый мир, которые выступают универсальными предикторами конструктивного и слепого патриотизма. Специфическими предикторами конструктивных патриотических установок выступают социальные аксиомы «награда за усилия», «религиозность» и «социальная сложность», а фактором, препятствующим формированию конструктивного патриотизма — «социальный цинизм».

*Ключевые слова:* патриотизм, конструктивный патриотизм, гражданская идентичность, социальные аксиомы, моральные основания, вера в справедливый мир.

\* Исследование выполнено при поддержке РНФ в рамках гранта № 23-28-00482. URL: <https://rscf.ru/project/23-28-00482>.



Интерес к проблеме патриотического воспитания подростков и молодежи неизбежно порождает вопросы о том, каковы социально-психологические предпосылки формирования таких патриотических установок, которые обеспечивали бы деятельностный, а не декларативный патриотизм, связанный с готовностью вносить реальный вклад в благополучие и развитие своей страны. Совокупность таких установок была названа в наших предыдущих исследованиях (Васильева, Микляева, 2023) с опорой на подход Р. Шатца с соавт. (Schatz et al., 1999) конструктивным патриотизмом, который противопоставляется слепому патриотизму по нескольким параметрам, прежде всего по степени влияния патриотических установок на повседневную активность, проявляющейся в готовности к реализации действий, ориентированных на благо своей страны. Конструктивные патриотические установки на фоне приверженности своей стране позволяют интерпретировать «предписанные» формы активности (в частности, обучение) как социально значимые, а также включаться в различные формы просоциальной активности, направленные на поддержку и укрепление общественного благополучия (сообразно содержанию возрастных ролей).

В ходе систематического обзора литературы (Васильева, Микляева, 2024) нами были выделены гипотетические предикторы конструктивных патриотических установок подростков, в число которых вошли, помимо прочего, позитивная гражданская идентичность (Basir et al., 2021), а также социальные установки, характеризующие восприятие людьми социальных отношений как справедливых или несправедливых (Böğü, Yılmaz, 2020; Schatz et al., 1999), их взгляды на общественное устройство и нормы морали, выступающие наиболее значимыми регуляторами социальной активности (Iceland et al., 2023). При этом исследования показывают, что ряд предикторов – в частности, гражданская идентичность – универсальны для обеих форм патриотических установок, тогда как другие могут существенно различаться.

В нашем исследовании такие компоненты теоретической модели предикторов конструктивного патриотизма, как взгляды на общественное устройство и нормы морали, регулирующие социальную активность, эмпирически верифицируются в контексте изучения социальных аксиом и моральных оснований личности. Социальные аксиомы представляют собой генерализованные убеждения в отношении социальной реальности (Татарко, Лебедева, 2020), в то время как моральные основания – убеждения, на основании которых происходит осуществление моральных оценок и выборов (Сычев и др., 2018). Помимо этого, в исследовании изучалась вера в справедливый

мир как установка в отношении следствий, к которым приводят те или иные усилия (Нартова-Бочавер и др., 2013).

Таким образом, целью исследования стало выявление социально-психологических предикторов конструктивного патриотизма старших подростков (в сравнении с предикторами слепого патриотизма) из числа показателей гражданской идентичности, веры в справедливый мир, социальных аксиом и моральных оснований.

В исследовании приняли участие 463 старших подростка (51,8% девушек и 48,2% юношей) в возрасте 14–18 лет, учащиеся школ (40,5%), ссузов (34,1%) и вузов (25,4%) Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью подростковой версии «Опросника конструктивного патриотизма» (С. В. Васильева, А. В. Микляева), шкалы «Вера в справедливый мир» (адапт. С. К. Нартова-Бочавер), методики «Социальные аксиомы» (адапт. А. Н. Татарко., Н. М. Лебедевой), Опросника моральных оснований (адапт. О. А. Сычева, И. Н. Протасовой, К. И. Белоусова) и методики «Валентность гражданской идентичности» (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко). Программа и протокол исследования были одобрены Этическим комитетом РГПУ им. А. И. Герцена (Протокол ЭК № 24 от 27.11.2023). Обработка эмпирических данных осуществлялась с помощью пакета прикладных статистических программ Statistica 10.0 и включала корреляционный и регрессионный анализ.

Корреляционный анализ позволил выявить универсальные и специфичные корреляты конструктивного и слепого патриотизма. Универсальными коррелятами оказались параметры «гражданская идентичность» ( $r=0,39$  и  $r=0,25$ , соответственно), «религиозность» ( $r=0,30$  и  $r=0,31$ , соответственно), «вера в справедливый мир» ( $r=0,30$  и  $r=0,25$ , соответственно) и «лояльность» ( $r=0,29$  и  $r=0,37$ , соответственно). В дополнение к этому в число коррелятов конструктивного патриотизма вошли параметры «награда за усилия» ( $r=0,45$ ), «социальная сложность» ( $r=0,37$ ), «забота» ( $r=0,29$ ) и «справедливость» ( $r=0,28$ ), коррелятами слепого патриотизма стали «контроль над судьбой» ( $r=0,28$ ), «уважение» ( $r=0,39$ ) и «чистота» ( $r=0,39$ ).

С помощью регрессионного анализа (метод пошагового включения переменных) были получены регрессионные модели для показателей слепого и конструктивного патриотизма. Регрессионная модель для показателя конструктивного патриотизма ( $R^2=0,37$ ) объединила такие предикторы, как «гражданская идентичность» ( $\beta=0,21$  при  $p<0,001$ ), «награда за усилия» ( $\beta=0,18$  при  $p<0,001$ ), «вера в справедливый мир» ( $\beta=0,12$  при  $p<0,01$ ), «религиозность» ( $\beta=0,17$  при  $p<0,001$ ), «социальная сложность» ( $\beta=0,13$  при  $p<0,01$ ) и «социальный цинизм»

( $\beta = -0,09$  при  $p < 0,05$ ). В регрессионную модель для показателя слепого патриотизма ( $R^2 = 0,35$ ), наряду с показателями «гражданская идентичность» ( $\beta = 0,20$  при  $p < 0,001$ ) и «вера в справедливый мир» ( $\beta = 0,13$  при  $p < 0,05$ ), аналогичными регрессионной модели для показателя конструктивного патриотизма, вошли также показатели «контроль над судьбой» ( $\beta = 0,13$  при  $p < 0,01$ ), «лояльность» ( $\beta = 0,18$  при  $p < 0,001$ ) и «справедливость» ( $\beta = -0,25$  при  $p < 0,001$ ).

Наши данные подтверждают имеющиеся в литературе сведения, что гражданская идентичность вносит существенный вклад в обе формы патриотизма (Basir et al., 2021; Schatz et al., 1999), однако при этом позволяют описать несколько социально-психологических детерминант патриотических установок, которые ранее не обсуждались. В частности, наряду с гражданской идентичностью, значимым предиктором обеих форм патриотизма оказалась вера в справедливый мир, определяющая убежденность в том, что люди получают в жизни то, что заслуживают, в соответствии с их действиями и поступками. Эти данные косвенно соотносятся с результатами о взаимосвязи патриотических установок с представлениями о справедливости общественного устройства (Bögü, Yılmaz, 2020). Однако отрицательный вклад индивидуалистического морального основания «справедливость» в показатели конструктивного патриотизма позволяет предположить, что справедливость может интерпретироваться носителями конструктивного и слепого патриотизма по-разному (в первом случае как в большей степени социально ориентированная ценность, чем во втором). Положительный вклад в показатели конструктивного патриотизма показателей «награда за усилия», «религиозность», «социальная сложность» и отрицательный вклад показателя «социальный цинизм» в совокупности указывают на то, что для подростков с конструктивными патриотическими установками характерно отсутствие недоверия к социальным институтам, приверженность принципам этики, готовность признавать разнообразие вариантов социального функционирования людей. Слепой патриотизм, в свою очередь, поддерживается идеей предопределенности жизненных событий, на которые, однако, можно оказывать влияние, и лояльностью к группе как ключевому основанию морального выбора, на что указывает вклад в показатели конструктивного патриотизма переменных «контроль над судьбой» и «лояльность». В целом, можно предполагать, что в основе конструктивного патриотизма лежит способность подростков к более дифференцированному отражению социальной действительности на фоне приверженности своей стране.

Патриотические установки, независимо от их формы в подростковом возрасте, поддерживаются позитивной гражданской идентичностью и верой в справедливый мир, которые выступают универсальными предикторами конструктивного и слепого патриотизма подростков. Специфическими предикторами конструктивных патриотических установок выступают социальные аксиомы «награда за усилия», «религиозность» и «социальная сложность», а фактором риска формирования конструктивного патриотизма — «социальный цинизм». Результаты исследования необходимо учитывать при разработке программ, направленных на содействие формированию конструктивных патриотических установок в подростковом возрасте.

### Литература

- Васильева С. В., Микляева А. В.* Опросник конструктивного патриотизма (подростковая версия): психометрические характеристики // Психология человека в образовании. 2023. Т. 5. № 3. С. 458–472. doi: 10.33910/2686-9527-2023-5-3-458-472
- Васильева С. В., Микляева А. В.* Социально-психологические предпосылки конструктивного патриотизма подростков и молодежи: систематический обзор эмпирических исследований // Science for Education Today. 2024. Т. 14. № 1. С. 55–79. doi: 10.15293/2658-6762.2401.03
- Нартова-Бочавер С. К., Подлипяк М. Б., Хохлова А. Ю.* Вера в справедливый мир и психологическое благополучие у глухих и слышащих подростков и взрослых // Клиническая и специальная психология. 2013. № 3. URL: <http://psyjournals.ru/psyclin/2013/n3/64003.shtml> (дата обращения: 03.08.2024).
- Сычев О. А., Протасова И. Н., Белоусов К. И.* Диагностика моральных оснований: апробация русскоязычной версии опросника MFQ // Российский психологический журнал. 2018. Т. 15. № 3. С. 88–115. doi: 10.21702/rpj.2018.3.5
- Татарко А. Н., Лебедева Н. М.* Разработка и апробация сокращенной версии методики «Социальные аксиомы» М. Бонда и К. Леунга // Культурно-историческая психология. 2020. Т. 16. № 1. С. 96–110. doi: 10.17759/chp.2020160110
- Basir S. N. M., Ismail F., Othman N. Z., Hassan J.* Using multiple regression approach to study youth's patriotism tendency // International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. 2021. V. 11 (7). P. 710–719. doi: 10.6007/IJARBS/v11-i7/10529
- Börü N., Yılmaz S.* Determining the level of patriotism attitudes of the education faculty students // Journal of Social and Humanities Sciences Research. 2020. V. 7 (56). P. 2119–2125. doi: 10.26450/jshsr.1961

- Iceland J., Silver E., Goff K.* For whom is patriotism blind? Examining the roles of moral intuitions and system justification // *Social Science Research*. 2023. V. 112. Article 102811. doi: 10.1016/j.ssresearch.2022.102811
- Schatz R. T., Staub E., Lavine H. G.* On the varieties of national attachment: Blind versus constructive patriotism // *Political Psychology*. 1999. V. 20 (1). P. 151–174. doi: 10.1111/0162-895X.00140

## **Зависимость личности в контексте понимания людьми друг друга**

*Т. Б. Позднякова*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Статья посвящена проблеме межличностного понимания. Рассматривается способность к пониманию других людей у субъектов познания с более выраженной зависимостью личности. Было высказано предположение о высоком уровне развития у них данной способности, однако это не нашло эмпирического подтверждения. Зависимость личности от других людей сочетается с низкой оценкой собственной способности к пониманию людей и ситуаций, а также с низкими показателями развития способностей к точному пониманию экспрессии и прогнозированию развития ситуации. Наряду с этим, у зависимых людей диагностирован высокий уровень сенситивности личности и эмпатии, что может свидетельствовать об использовании понимания на уровне чувств («эмпатийное понимание») в ситуациях межличностного взаимодействия.

*Ключевые слова:* зависимость личности, межличностное понимание, субъект познания, способность к пониманию других людей.

Понимание людьми друг друга относится к числу фундаментальных междисциплинарных проблем. К ней обращались классики мировой психологии, не потеряла она актуальности и в наши дни. Существуют разные подходы и мнения относительно того, что считать пониманием другого человека (Андреева, 2009; Знаков, 2007; Куницына, 1991; Лабунская, 1999; Познание..., 2005; Юшачкова, 2013).

С позиции социально-психологического подхода, широко представленного в научном сообществе, понимание другого человека представляет собой «накопление и оперирование системой вербализованных знаний о других людях с целью достичь максимального соответствия суждений, оценок, представлений о человеке его объ-

ективно существующим чертам, свойствам, мотивам, причем главным и наиболее сложным в этом процессе является конечная „расшифровка“ мотивов, что позволяет оценивать конкретные поступки и прогнозировать поведение» (Куницына, 1991, с. 25). В данном случае речь идет о социально-перцептивном ракурсе рассмотрения понимания. Следует согласиться с В. В. Знаковым, который обозначает данный подход как когнитивный (познавательный) (Знаков, 2007, 2016).

Отметим, что в рамках исследования понимания людьми друг друга в настоящее время авторы нередко обращаются к проблеме мудрости (Анцыферова, 2004, 2005; и др.). По мнению Л. И. Анцыферовой, мудрость многоформна и многокачественна. Она не тождественна экспертному знанию жизни. Включая его, мудрость предполагает силу преодоления неожиданно вторгающихся обстоятельств, обладает качеством распознавания тенденций преобразования, роста, развития жизни людей, изменения социальных ситуаций. Ее можно трактовать как растущее вершинное образование личности (Анцыферова, 2004, 2005).

В. Н. Куницына относит понимание другого человека на уровне мудрости к наивысшему уровню понимания, более глубокому, чем, например, интуитивное, рациональное или эмпатийное понимание (Юшачкова, 2013).

Понимание людьми друг друга обусловлено влиянием множества факторов. Все они могут быть подразделены на три группы: факторы, связанные с субъектом познания («познающим»); факторы, обусловленные объектом познания («познаваемым»); факторы среды, в которой происходит взаимодействие субъекта и объекта познания.

Говоря о субъекте познания и тех личностных детерминантах, которые определяют успешность понимания им другого человека, способность к децентрации следует, по-нашему мнению, отнести к ряду ключевых. Только максимальная настроенность на познание другого человека, сосредоточенность на нем может быть залогом его постижения во всем многообразии проявлений как индивида, личности и индивидуальности.

Вопрос в том, чем мотивирован субъект познания? Что лежит в основе ценности для него другого человека и его понимания?

Это может быть подлинный интерес к познанию его как такового, в основе которого он сам, его интересы, сопровождаемый, например, желанием ему помочь. В ситуации межличностного взаимодействия — это максимально диалогичное взаимодействие и понимание, происходящее из субъект-субъектных отношений.

Познание может быть также продиктовано желанием использовать человека в своих целях, и тогда речь идет о манипулятивном понимании (субъект-объектное понимание): другой человек выступает как объект воздействия, контроля.

В рамках данной работы мы хотели остановиться на ситуации, когда субъект познания демонстрирует высокий уровень зависимости от окружающих людей. В данном случае другой человек представляет особую ценность – от него многое зависит. Нами было высказано предположение о высоком уровне развития способности к пониманию других людей субъектами познания с высоким уровнем зависимости личности.

Выборку исследования составили студенты вуза, 125 человек в возрасте от 20 до 21 года. Этот возрастной диапазон был выбран не случайно: такие респонденты уже имеют достаточный опыт социального взаимодействия, необходимый для формирования способности к пониманию других людей.

Диагностический блок включал методики, разработанные В. Н. Куницыной: методика «Стабильность, толерантность и альтруизм в межличностных отношениях и другие свойства личности» (СТАЛЬ), опросник «Саморегуляция и успешность межличностного общения» (СУМО), тест «Притчи», опросник «Коммуникативная и социальная компетентность» (КОСКОМ), методика «Ценностные ориентации – 36 позиций» (ЦО-36), тест «Экспрессия» (модификация субтеста «Группы экспрессии» методики Дж. Гилфорда и М. Саллиена), 16-факторный опросник Р. Кеттелла.

Изучение способности субъекта познания к пониманию других людей проводилось на основе анализа трех параметров: понимание состояния другого человека по его невербальному поведению; точность прогнозирования развития ситуации межличностного взаимодействия, предполагающая понимание мотивов поведения ее участников; самооценка способности к пониманию людей.

В ходе исследования были сформированы группы респондентов с высокими и низкими показателями зависимости личности. На основе полученных данных о статистически достоверных различиях между группами был составлен психологический портрет субъектов познания, имеющих высокий уровень зависимости личности.

Согласно полученным результатам, зависимых людей отличают плохое знание себя, своих достоинств и недостатков, эмоциональная нестабильность, тревожность, неуверенность в себе и недовольство собой. У них нет ощущения самодостаточности, они ранимы и чувствительны к одобрению окружающих, боятся быть ими отвергнуты, сред-

не оценивают свою способность управлять событиями своей жизни и влиять на окружающих людей.

Зависимые люди имеют низкие показатели социально-психологической компетентности, владения навыками общения и в целом оперативной социальной информацией. Они демонстрируют высокую нормативность поведения, добросовестны и ответственны, обладают большим количеством предрассудков и ханжеских установок, которым следуют. Крайне осторожны и робки, низко оценивают собственную предприимчивость. Для них не представляет ценности потакание себе, интересная жизнь, наполненная риском и приключениями, не стремятся они и руководить другими людьми, быть для них авторитетом. Гораздо больше они ценят наличие понимания и доверия в семье. Вместе с тем потребность в близких доверительных отношениях и общении у них развита на среднем уровне. На данный момент они не удовлетворены сложившимися отношениями и характером общения с близкими людьми. Как субъекты познания они низко оценивают свою способность к пониманию ситуаций межличностного взаимодействия. Данный субъективный показатель подтверждается результатами решения социально-перцептивных задач, т. е. объективными данными. В ходе выполнения заданий они допустили большое количество ошибок, что свидетельствовало о низком уровне развития способности к точному прогнозированию развития взаимодействия людей, сложности в распознавании мотивов поведения.

Исследование показало, что чувствительность и эмоциональная неустойчивость таких людей сочетается с высоким уровнем развития эмпатии. Как известно, данную способность личности нередко определяют через аффективное (эмоциональное, теплое) понимание другого. По данным ряда авторов, высокий уровень эмпатии, эмоциональная неустойчивость, тревожность сочетаются с точностью понимания экспрессии. В нашем исследовании эти данные не нашли подтверждения. Респонденты с высоким уровнем зависимости демонстрировали низкий уровень понимания экспрессии и в целом крайне низко оценивали свою способность к пониманию людей. Также примечательно, что показатель коммуникативно-личностного потенциала, входящий, согласно концепции В. Н. Куницыной, наряду с пониманием людей, в структуру социального интеллекта личности и являющийся его ядром, у них находится на низком уровне развития.

Итак, на основе полученных данных можно сделать следующие выводы:

1. Субъекты познания с высоким уровнем зависимости личности имеют низкий уровень развития способности к пониманию других



людей. Испытывая большие трудности в межличностном общении, они крайне низко оценивают свою способность к пониманию людей и ситуаций, имеют низкий уровень развития способности к точному пониманию состояния другого человека по его невербальному поведению и способности к пониманию логики развития ситуации межличностного взаимодействия, включающей понимание мотивов поведения людей.

2. Отличающие субъектов познания с высоким уровнем зависимости эмоциональная неустойчивость и чувствительность сочетаются с высоким уровнем развития эмпатии, что может говорить о преобладании у них эмпатийного понимания – понимания на уровне чувств.

### Литература

- Андреева Г. М.* Психология социального познания: Учеб. пособие для студентов вузов. М.: Аспект-Пресс, 2009.
- Анциферова Л. И.* Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека // Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 3. С. 17–24.
- Анциферова Л. И.* Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: способы постижения истинного Я и призвания человека // Психологический журнал. 2005. Т. 26. № 3. С. 5–14.
- Знаков В. В.* Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007.
- Знаков В. В.* Психология понимания многомерного мира человека (доклад) // Вестник СПбГУ. Сер. 16. «Психология. Педагогика». 2016. №. 1. С. 47–57.
- Куницына В. Н.* Трудности межличностного общения: Дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 1991.
- Лабунская В. А.* Экспрессия человека: общение и межличностное познание. Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.
- Познание человека человеком (возрастной, гендерный, этнический и профессиональный аспекты) / Под ред. А. А. Бодалева, Н. В. Васиной. СПб.: Речь, 2005.
- Юшачкова Т. Б.* Понимание людьми друг друга в контексте проблем современной психологии. Магнитогорск: МаГУ, 2013.

## Личностные факторы самоопределения мужчин и женщин в сферах семьи и бизнеса\*

В. П. Позняков

Институт психологии РАН, Москва

Проведен сравнительный анализ результатов исследований ценностных ориентаций мужчин и женщин, выступающих факторами самоопределения в сферах семьи и бизнеса. Выявлены существенные различия в приоритетах жизненных ценностей, выступающих факторами самоопределения личности в сферах семьи и бизнеса. Для людей, выбирающих предпринимательство как сферу своей деловой активности, характерна высокая выраженность ценностей самоутверждения и готовности к изменениям. Личностными факторами готовности и реального перехода к семейно-брачным отношениям выступают ценности самопреодоления и просоциальные свойства личности. Одним из возможных путей согласования жизненных ценностей и гармонизации отношений мужчин и женщин в сферах семьи и бизнеса представляется развитие семейного предпринимательства.

*Ключевые слова:* социальная психология, самоопределение, сферы жизнедеятельности, семья, бизнес, ценностные ориентации.

В современных условиях жизни, которые характеризуются высокой степенью неопределенности и непредсказуемости, перед каждым человеком, особенно перед молодыми людьми, регулярно возникает проблема выбора, проблема поиска своего пути в жизни, своего места в системе объективно складывающихся отношений в различных сферах жизнедеятельности. В отечественной психологии этот процесс поиска и выбора своего жизненного пути получил название личностного самоопределения. Конкретные формы и виды самоопределения личности разнообразны. Обычно они выделяются и анализируются в зависимости от конкретной сферы жизнедеятельности или от конкретного вида социальных отношений, в рамках которых происходит процесс самоопределения субъекта. Наиболее хорошо известны и изучены такие виды самоопределения, как профессиональное, экономическое, нравственное. Некоторые исследователи выделяют также религиозное, гражданское самоопределение и т. д., в том числе — се-

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФ, проект № 24-28-01571 «Социально-психологические характеристики преемников семейного бизнеса». URL: [https://rscf.ru/prjcard\\_int?24-28-01571](https://rscf.ru/prjcard_int?24-28-01571).

мейное самоопределение, или самоопределение в сфере семейных отношений (Мерзлякова, 2019; и др.).

Анализируя различные виды и типы самоопределения, исследователи приходят к выводу, что логичнее говорить об одном и том же виде самоопределения – личностном на разных стадиях развития личности и в разных сферах жизнедеятельности. А. Л. Журавлев и А. Б. Купрейченко называют личностным самоопределением поиск субъектом своего способа жизнедеятельности в мире на основе воспринимаемых, принимаемых и формируемых им во временной перспективе базовых отношений к миру, другим людям, человеческому сообществу в целом и самому себе, а также с опорой на собственную систему жизненных смыслов и принципов, ценностей и идеалов, возможностей и способностей, ожиданий и притязаний (Журавлев, Купрейченко, 2007).

По нашему мнению, в жизни каждого человека, как правило, возникают две важные проблемы выбора. Во-первых, это выбор своей профессиональной деятельности, т. е. проблема профессионального самоопределения, которая в современных условиях становится все более тесно взаимосвязанной с проблемой своего материального самообеспечения. Она в свою очередь оказывается тесно связанной с выбором вида своей экономической активности или деятельности, основными из которых являются наемный труд, самозанятость и предпринимательство. Во-вторых, это выбор семейной модели своей жизни, принятие решения о предпочитаемой, выбираемой и реализуемой субъектом форме совместной жизнедеятельности с близким человеком. Здесь также важную роль играют материальные, экономические факторы: принятие решения о вступлении в брак, рождении и воспитании детей предусматривает и выбор стратегии и тактики материального обеспечения жизнедеятельности семьи, распределения функций совместной жизнедеятельности, основными из них являются рождение и воспитание детей и обеспечение семье материальных условий жизни, которые партнеры считают необходимыми и достаточными. В этой связи представляется актуальной и интересной задача ознакомления коллег и читателей с результатами двух серий эмпирических исследований, выполненных в последние годы под моим научным руководством.

В первой серии исследований объектом выступали российские предприниматели малого и среднего бизнеса, а предметом – личностные факторы самоопределения предпринимателей в сфере бизнеса. Результаты этих исследований представлены в авторской монографии (Позняков, 2023). В качестве эмпирических показателей экономического самоопределения (далее – ЭСО) в данном исследовании

выступали оценки своей деловой активности и динамики ее изменения, а также оценки успешности своей предпринимательской деятельности и удовлетворенности ее результатами.

Во второй серии исследований объектом выступали молодые люди (мужчины и женщины), состоящие в разных формах близких отношений (так называемые романтические отношения, отношения незарегистрированного брака или сожительства и семейно-брачные отношения). Предметом исследования выступали личностные особенности партнеров. При этом нас в первую очередь интересовали такие личностные особенности, которые по результатам исследования проявлялись как факторы, способствующие (или препятствующие) переходу молодых людей к семейно-брачным отношениям.

Результаты второй серии исследований достаточно подробно изложены в авторских публикациях участников проекта (см. подробнее: Поддубный, Позняков, 2023; Позняков, Поддубный, 2023; и др.). В данной публикации хочется обратить внимание на один аспект полученных в этих исследованиях результатов: речь пойдет о ценностных ориентациях личности как факторах самоопределения в сферах семьи и бизнеса.

В рамках обоих исследований мы использовали методику жизненных ценностей Ш. Шварца (Карандашев, 2004). Эта методика как и теория жизненных ценностей, хорошо известна специалистам и зарекомендовала себя как надежный метод психодиагностики. В соответствии с теоретическими представлениями Шварца, подкрепленными результатами многочисленных эмпирических исследований, жизненные ценности, представляющие собой важные с точки зрения их субъектов типы мотивационной направленности, образуют континуум последовательно взаимосвязанных мотивационных типов (Schwartz, 2015). В первичной типологии Шварц выделяет десять таких типов, которые, в свою очередь, объединяются в группы ценностей более высокого порядка. В доработанной и уточненной версии своей концепции Шварц выделяет четыре группы ценностей, которые, в свою очередь, представляют собой полярные образования, располагающиеся на противоположных полюсах двух осей. На первой оси выделяются ориентации на индивидуальные цели и ценности (ценности самоутверждения) или на групповые цели и ценности, ценности окружающих людей (трансцендентные ценности или ценности самопреодоления). На второй оси выделяются, с одной стороны, ценности сохранения, стабильности, в более современных представлениях – ценности избегания тревоги и безопасности, с другой – ценности изменения, открытости новому опыту и т. д. (см.: Шварц и др., 2012).

По результатам проведенных исследований мы получили возможность провести их сравнительный, сопоставительный анализ. Результаты первого исследования позволили сделать вывод, что к числу личностных факторов самоопределения предпринимателей, способствующих высокому уровню их деловой активности, успешности их предпринимательской деятельности и удовлетворенности ее результатами, относятся ценности стимуляции, универсализма и безопасности.

Из общей совокупности переменных «жизненные ценности», по методике Ш. Шварца, наибольшее статистическое влияние на показатели ЭСО оказывает выраженность ценности «Стимуляция». Она выступает в числе ценностных детерминант по отношению к большинству переменных ЭСО. Высокая выраженность ценностей «Универсализм» и «Безопасность» отрицательно влияет на показатели ЭСО. При этом выраженность ценности «Безопасность» отрицательно влияет на оценки деловой активности, а выраженность ценности «Универсализм» отрицательно влияет на оценки успешности своего бизнеса и удовлетворенности его результатами.

По результатам второго исследования были обнаружены статистически значимые различия личностных особенностей молодых людей, состоящих в разных формах близких отношений. При этом были обнаружены как общие, независимые от пола респондентов, так и специфические различия. Общей особенностью партнеров, состоящих в семейно-брачных отношениях, оказалась сравнительно низкая значимость ценности «Власть», в наибольшей степени выраженная в мужской выборке.

По результатам дискриминантного анализа были выявлены общие для мужчин и женщин личностные особенности, выступающие предикторами перехода к семейно-брачным отношениям. Ими оказались такие личностные особенности, как намерения в материальной и нематериальной сфере (готовность поделиться с партнером материальными ресурсами и проявлениями близких психологических отношений, вниманием, заботой, уважением) и базисное убеждение в ценности собственного Я. Специфическими (характерными для представителей разного пола) предикторами перехода к семейно-брачным отношениям для мужчин оказались такие личностные особенности, как базисное убеждение в справедливости окружающего мира, ценности «Власть» (отрицательное влияние) и «Традиции» (положительное влияние), а для женщин – ценность «Доброта», межличностные ориентации в области аффекта и контроля и такая черта личности, как открытость опыту (см.: Позняков, Поддубный, 2023).

Интересные данные были получены в результате сравнительного анализа личностных особенностей молодых людей, состоящих в отношениях незарегистрированного брака (сожительства) и перешедших от сожительства к зарегистрированному браку (семейно-брачным отношениям) (Poznyakov et al., 2023). Гипотеза, что между партнерами, состоящими в зарегистрированном браке и незарегистрированном браке, существуют различия в выраженности личностных характеристик и значимости индивидуальных ценностей, полностью подтвердилась. У партнеров, состоящих в зарегистрированном браке, в большей степени, чем у партнеров, состоящих в незарегистрированном браке, проявляется значимость ценностей «Универсализм», «Доброта», «Самостоятельность» и «Стимуляция», объединяемых Шварцем в блоки ценностей «Самопреодоление» и «Открытость изменением», а также выраженность просоциальных личностных характеристик — добросердечности и эмоциональной стабильности.

Если внимательно проанализировать и сопоставить результаты этих двух исследований, можно заметить существенные различия между личностными особенностями, в том числе между жизненными ценностями, выступающими факторами самоопределения в сфере бизнеса и в сфере семейных отношений. Причем наиболее отчетливо эти различия проявляются в женской выборке. Если для людей, выбирающих предпринимательство как сферу своей деловой активности, проявляющих высокую деловую активность, достигающих высоких результатов и удовлетворенных ими, характерна высокая выраженность ценностей самоутверждения и готовности к изменениям, то предикторами готовности и реального перехода к семейно-брачным отношениям выступают ценности самопреодоления и просоциальные свойства личности.

Не претендуя на какие-либо глобальные выводы и прогнозы относительно перспектив развития семейно-брачных отношений в современном российском обществе, отметим, что одним из возможных путей гармонизации отношений мужчин и женщин в сферах семьи и бизнеса является развитие семейного предпринимательства. В рамках данного вида деятельности семья, т. е. союз мужчины и женщины, основной целью которого является рождение и воспитание детей, выступает групповым субъектом деловой активности, что позволяет партнерам одновременно реализовать себя в обеих сферах жизнедеятельности с возможностью дальнейшей передачи бизнеса преемникам. Результаты эмпирического исследования, проведенного под руководством Ю. С. Мурзиной и автора данной статьи, позволяют сделать вывод, что малый семейный бизнес является не только перспектив-

ной формой развития российского предпринимательства, но может рассматриваться как один из факторов развития семейных ценностей и укрепления семьи (Мурзина, Позняков, 2022).

### Литература

- Журавлев А. Л., Курпейченко А. Б.* Экономическое самоопределение: теория и эмпирические исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007.
- Карандашев В. Н.* Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. СПб.: Речь, 2004.
- Мерзлякова С. В.* Семейное самоопределение молодежи: структура и детерминанты. Астрахань: Color, 2019.
- Мурзина Ю. С., Позняков В. П.* Психология предпринимательства: исследование ценностных ориентаций владельцев малого семейного бизнеса. Тюмень: ТюмГУ-Press, 2022.
- Позняков В. П.* Самоопределение российских предпринимателей: ценностные и смысложизненные ориентации. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Позняков В. П., Поддубный С. Е.* Личностные особенности молодых людей, выступающие предикторами перехода к семейно-брачным отношениям // Актуальные проблемы современной социальной психологии и ее отраслей / Отв. ред. Т. В. Дробышева, Т. П. Емельянова, Т. А. Нестик, Н. Н. Хашченко, А. Е. Воробьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 99–104.
- Поддубный С. Е., Позняков В. П.* Намерения и ожидания мужчин и женщин, партнеров в парах с разным статусом близких отношений // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 4. С. 15–26.
- Шварц Ш., Бутенко Т. П., Седова Д. С., Липатова А. С.* Уточненная теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 1. С. 43–70.
- Roznyakov V. P., Poddubny S. E., Panfilova Yu. M.* Personality features that contribute to transition of young people from unregistered marriage to marital relations // RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2023. V. 20 (2). P. 229–243. doi: 10.22363/2313-1683-2023-20-2-229-243
- Schwartz S. H.* Basic individual values: sources and consequences // Handbook of Value. Perspectives from economics, neuroscience, philosophy, psychology, and sociology / Eds T. Brosch., D. Sander. Oxford: Oxford University Press, 2015. P. 63–84.

## Семья как фактор психологического отношения к табакокурению

С. А. Решетко

Институт психологии РАН, Москва

В статье представлены результаты эмпирического исследования семьи как фактора психологического отношения к табакокурению. Респондентам было необходимо оценить социально-психологические характеристики родительской семьи и ответить на вопросы авторской анкеты для изучения компонентов психологического отношения к курению. Согласно результатам, среди социально-психологических характеристик родительской семьи важными оказались следующие: сплоченность, интеллектуально-культурная ориентация, ориентация на активный отдых, экспрессивность, контроль, в то время как курение лучшего друга и родителей не выступило фактором психологического отношения к табакокурению. Рассмотрено влияние характеристик семьи на конкретный компонент психологического отношения.

*Ключевые слова:* семья, психологическое отношение, социально-психологические характеристики семьи, табакокурение, компоненты отношения.

Проблема табакокурения остается одной из актуальных в современном мире. Отдельно стоит отметить вопросы отказа от курения и сохранения здоровья, которые актуализировались в условиях пандемии COVID-19. На основе анализа современной социально-психологической литературы можно выделить три уровня изучения факторов приобщения к курению или отказа от него (Решетко, Багратиони, 2015):

- макросоциальный уровень: меры государства по снижению распространения курения на территории страны, реклама как табачных изделий, так и социальная реклама, пропагандирующая здоровый образ жизни (Максименко, Пичугина, 2012);
- микросоциальный уровень: влияние социального окружения на человека (семья и друзья, ученический и рабочий коллектив) (Барцалкина, 2012);
- индивидуально-личностный уровень: индивидуально-личностные особенности человека, которые могут выступать факторами как начала курения, так и отказа от него (Позняков, Хромова, 2013).

В проведенном нами исследовании была предпринята попытка изучить социально-психологические характеристики семейного окружения как факторы психологического отношения к табакокурению.



Эмпирическое исследование включало в себя анкетирование студентов московских вузов в количестве 303 человека: курящие – 100 человек, никогда не курившие – 102 человека, бросившие курить – 101 человек. Респондентам было необходимо оценить социально-психологические характеристики родительской семьи и ответить на вопросы авторской анкеты для изучения компонентов психологического отношения к курению.

Для получения эмпирических данных были использованы следующие методики:

1. Авторская анкета «Психологическое отношение к табакокурению» и методика «Семантический дифференциал».
2. Методика «Шкала семейного окружения» (адаптация С. Ю. Куприянова).
3. Методика «Уровень соотношения „ценности“ и „доступности“ в различных жизненных сферах» (Е. Б. Фанталова).

Для выделения факторов влияния на психологическое отношение к табакокурению был применен множественный регрессионный анализ. Согласно полученным результатам, среди социально-психологических характеристик родительской семьи важными оказались следующие: сплоченность, интеллектуально-культурная ориентация, ориентация на активный отдых, экспрессивность, контроль, в то время как курение лучшего друга и родителей не выступило фактором психологического отношения к табакокурению. Представляется интересным рассмотреть влияние социально-психологических характеристик семьи на конкретные компоненты психологического отношения.

Статистически значимым оказалось влияние показателя «сплоченность семьи» на когнитивный и эмоциональный компоненты психологического отношения к табакокурению. Согласно полученным данным, родительские семьи курящих и некурящих респондентов характеризуются высоким уровнем доверия между членами семьи, готовностью оказать поддержку друг другу, отсутствием страха критики со стороны родственников. Коммуникация в сплоченной семье строится на доверии и взаимоуважении, в соответствии с этим информация о вреде табакокурения, транслируемая родителями, преподносится не как априорная информация, а скорее как информирование о последствиях. Родители в данных семьях готовы обсуждать данные о влиянии курения на организм, вести диалог в доброжелательной атмосфере и принять решение члена семьи курить или отказаться от курения. Стоит отметить, что наиболее высоко уровень сплоченности внутри семьи оценивают некурящие женщины, наи-

более низко — бросившие курить мужчины, в то время как остальные категории респондентов оценивают сплоченность внутри семьи на одном уровне. Мы полагаем, что основания для начала курения респондентов, бросивших курить, связаны именно с напряженными отношениями внутри семьи, а последующий отказ от табакокурения связан с уходом из напряженной ситуации в семье и пересмотром своих ценностей.

Значимым фактором влияния на эмоциональный компонент отношения к табакокурению оказалась такая социально-психологическая характеристика семьи, как ее ориентация на активный отдых. Наиболее высокие показатели данного фактора имели респонденты, курящие и бросившие курить. Семьи данных групп респондентов характеризуются заинтересованностью и готовностью принимать участие в спортивных соревнованиях, предпочитают активный отдых пассивному. При оценке информации о последствиях курения для организма курящие респонденты склонны скептически к ней относиться, предпочитают отвечать, что курение не является причиной, а скорее предрасположенностью к развитию заболеваний. С учетом этого можно говорить, что у курящих опрошенных нет рассогласования между ориентацией на активный отдых и фактом курения. Ориентацию на активный отдых у бросивших курить респондентов можно объяснить тем, что они столкнулись с негативным влиянием курения на организм и посредством спорта хотят нивелировать последствия. Однако стоит отметить, что активный отдых в разных семьях воспринимается по-разному. Подчас активный отдых может выражаться в экстремальных видах спорта. В такой ситуации можно говорить о потребности в повышении уровня адреналина, желании испытать «острые эмоции». Ориентация семьи на экстремальный отдых подчас развивает у ребенка склонность к рискованному поведению, к которому также относят употребление психоактивных веществ (ПАВ), в частности, курение. Получается двоякая ситуация: с одной стороны, семья ориентирована на физическую активность, получает удовольствие от повышения уровня адреналина в крови от участия в различных спортивных мероприятиях, а с другой — некоторые члены семьи при недостатке уровня адреналина, к которому привыкли, восполняют его через курение.

Статистически значимое влияние на ценностный компонент отношения к табакокурению оказали такие характеристики семьи, как экспрессивность и контроль. Экспрессивность отражает свободу выражения эмоций внутри семейной системы. В семьях, где свободное выражение собственных эмоций и чувств не разрешено в полной мере,

более вероятно, что человек для того, чтобы справиться с эмоциональным напряжением, начнет курить. Курящие респонденты имеют высокие показатели контроля и экспрессивности. Вероятно, в их семьях было возможно эмоциональное разрешение конфликтных ситуаций, и для нормализации эмоционального состояния респонденты начали курить. Бросившие курить респонденты отмечают, что в родительских семьях было не принято открыто выражать эмоции, поэтому, чтобы справиться с эмоциональным напряжением, они начинали курить.

Представляется интересным рассмотрение фактора интеллектуально-культурной ориентации семьи. Респонденты вне зависимости от опыта курения одинаково оценивают данный показатель. Для курящих респондентов полученные данные соотносятся с существующими в Интернете сайтами, которые посвящены теме табакокурения. На данных сайтах можно встретить как статьи, рассматривающие плюсы курения, так и заметки о том, как правильно надо курить, и приравнивание курения к искусству (как правильно и красиво держать сигарету, как получить максимальное удовольствие от курения). Важным является тот факт, что табакокурение было неотъемлемым атрибутом главных героев в фильмах прошлого века (Одри Хепбёрн в фильме «Завтрак у Тиффани», Шэрон Стоун в фильме «Основной инстинкт», герои фильма «Бойцовский клуб» и т. д.). Курение в фильмах выступало как необходимый показатель женственности, как протест обществу.

Результаты проведенного исследования подтверждают важную роль семьи в формировании психологического отношения к курению. Основываясь на концепции Л. И. Анцыферовой о развивающейся системной целостности личности (Анцыферова, 2006), мы видим, что социально-психологические характеристики семьи, такие как сплоченность, интеллектуально-культурная ориентация, ориентация на активный отдых, экспрессивность и контроль играют существенную роль в формировании отношения к курению у подростков.

Важно отметить, что курение лучшего друга и родителей респондентов не оказало значительного влияния на их психологическое отношение к табакокурению. Этот факт подчеркивает зависимость развития личности от ее собственной активности и решений, что соответствует принципам теории Анцыферовой о непрерывном развитии личности.

### **Литература**

*Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

- Барцалкина В. В.* Родительская созависимость как фактор риска формирования аддикций у детей // Психологическая наука и образование. 2012. № 4. С. 18–25.
- Максименко А. А., Пичугина Е. Г.* Контрмаркетинг табакокурения. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2012.
- Позняков В. П., Хромова В. Л.* Различия в отношении к табакокурению у групп курящих и некурящих мужчин и женщин // Психологические исследования проблем современного российского общества / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 132–156.
- Решетко С. А., Багратиони К. А.* Современное состояние психологических исследований проблемы табакокурения // Мир психологии. 2015. № 2 (82). С. 278–286.

## **Социально-психологические типы отношения к беспилотному автомобильному транспорту как технологии будущего**

*А. Ю. Саенко, П. А. Кисляков*

Российский государственный социальный университет, Москва

Предпринята попытка выявить и изучить социально-психологические типы отношения личности к технологии будущего – созданию беспилотного автомобильного транспорта. Полученные результаты позволили выделить четыре социально-психологических типа отношения личности к данной технологии: оптимистичный тип, умеренно-оптимистичный тип, индифферентный тип, пессимистичный тип. Описаны различия в ценностном профиле, личностных чертах, техническом мировоззрении, степени потребности во включенности в межличностную коммуникацию, а также уровне доверия миру, себе и другим людям у респондентов с разными типами отношения к беспилотному автомобилю.

*Ключевые слова:* беспилотный автомобиль, психологическое отношение, отношение личности, коллективный образ будущего, отношение к технологиям, типы отношения.

Как отмечается в литературе, внедрение беспилотного автомобиля повлечет за собой существенные изменения в транспортной инфраструктуре, практике использования автомобилей и иных сферах (Waltermann, Henkel, 2023). Между тем беспилотные автомобили по-

ка еще не получили широкого распространения и «воспринимаются как элемент футуристических антиутопий» (Пишняк, Халина, 2021, с. 46). Это подтверждают данные аналитического обзора ВЦИОМ (Технологии будущего, 2023), согласно которому лишь 4% опрошенных осведомлены о данном техническом средстве. Данные других исследований свидетельствуют о невысокой заинтересованности россиян в технологии беспилотного транспорта (Патраков и др., 2022). В нашем исследовании под беспилотным автомобилем (далее – БА) будет пониматься автомобиль, способный самостоятельно передвигаться по дорогам общего пользования без вмешательства со стороны водителя.

Бурное развитие технологий происходит в период, когда оптимизм в их отношении одновременно сочетается с «социальным пессимизмом» (Человек в условиях..., 2020) и на БА возлагаются надежды по улучшению транспортной сферы города (Silvestri et al., 2024). При этом нужно учитывать, что завышенные ожидания в отношении будущих технологий могут привести к легкой утрате доверия к ним, а также социальным институтам, если такие ожидания не были оправданы (Человек в условиях..., 2020). Актуальными становятся задачи выработки дифференцированного подхода к оценке уровня технофобии, поиска детерминант «сбалансированного отношения личности к новым технологиям» (там же, с. 321), изучения социально-психологических особенностей восприятия разных технологий (Нестик, Журавлев, 2018).

На основании проведенного нами ранее исследования (Саенко, Кисляков, 2024) мы предположили, что могут быть выделены несколько социально-психологических типов отношения к беспилотному автомобильному транспорту. При этом, в зависимости от типа такого отношения, могут проявляться особенности в ценностном профиле, личностных чертах, техническом мировоззрении, потребности во включенности в межличностную коммуникацию, а также в уровне доверия миру, себе и другим людям.

Цель исследования: выделить социально-психологические типы отношения респондентов к беспилотному автомобильному транспорту и проанализировать особенности их «профиля» в части индивидуальных ценностных ориентаций, личностных черт, технического мировоззрения, потребности во включенности в межличностную коммуникацию, а также уровня доверия миру, себе и другим людям.

В исследовании приняли участие 967 человек в возрасте от 16 до 72 лет, средний возраст 25,95 лет, из них 260 мужчин и 707 женщин; 208 имеют образование в технической сфере, 759 – в гуманитарной сфере; 542 человека – жители крупных городов (численность

населения не превышала 1 млн человек, по данным за 2023 г.), 425 человек – жители мегаполисов (численность населения городов проживания респондентов превышала 1 млн. человек, по данным за 2023 г.).

Были использованы следующие методики: «Портретный опросник ценностных ориентаций» Ш. Шварца (PVQ-21); методика изучения доверия/недоверия личности миру, себе и другим людям А. Б. Купрейченко; опросник отношения к технологиям (Солдатова и др., 2021); шкала «Включенность» опросника межличностных отношений (Рукавишников, 1992); краткий личностный опросник (TIPI-Ru); авторский опросник отношения к беспилотному автомобильному транспорту, состоящий из трех шкал, направленных на изучение когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов отношения ( $\chi^2 = 589,609$ ;  $df = 101$ ;  $p < 0,001$ ;  $CFI = 0,925$ ;  $RMSEA = 0,068$ ).

На основании выделенных нами ранее (Саенко, Кисляков, 2024) трех компонентов отношения к беспилотному автомобильному транспорту (когнитивный компонент – представление о возможностях и ограничениях БА; эмоциональный компонент – наличие или отсутствие тревоги в отношении БА; поведенческий компонент – готовность к взаимодействию к БА) с помощью кластерного анализа методом k-средних были выделены четыре социально-психологических типа отношения личности к данной технологии: оптимистичный (7%), умеренно-оптимистичный (25%), индифферентный (49%), пессимистичный (19%).

Представители «оптимистичного типа» ( $n = 70$ ) – 33 мужчины, 37 женщин; 43 респондента проживают на территории крупных городов, 27 – на территории мегаполисов; 25 участников с техническим образованием, 45 – с гуманитарным; средний возраст – 24,74 лет. Данный тип характеризуется наиболее положительным (критерий Краскела – Уоллиса) отношением к БА (когнитивный компонент –  $M = 4,23$ ,  $SD = 0,46$ ;  $\chi^2 = 622,724$ ,  $p \leq 0,001$ ; эмоциональный компонент –  $M = 4,31$ ,  $SD = 0,37$ ;  $\chi^2 = 636,516$ ,  $p \leq 0,001$ ; поведенческий компонент –  $M = 4,50$ ,  $SD = 0,46$ ;  $\chi^2 = 700,530$ ,  $p \leq 0,001$ ). У них наиболее выражены технофилия ( $M = 4,15$ ,  $SD = 0,61$ ;  $\chi^2 = 86,699$ ,  $p \leq 0,001$ ) и технорационализм ( $M = 4,18$ ;  $SD = 0,57$ ;  $\chi^2 = 9,273$ ,  $p = 0,026$ ), а технофобия ( $M = 2,00$ ,  $SD = 1,22$ ;  $\chi^2 = 25,712$ ,  $p \leq 0,001$ ) и технопессимизм ( $M = 2,52$ ,  $SD = 0,94$ ;  $\chi^2 = 120,066$ ,  $p \leq 0,001$ ) – наименее. Они придают высокое значение ценностям «безопасность» ( $M = 4,69$ ,  $SD = 0,98$ ), «самостоятельность» ( $M = 4,89$ ,  $SD = 0,93$ ), «гедонизм» ( $M = 4,93$ ,  $SD = 0,98$ ), «власть–богатство» ( $M = 4,41$ ,  $SD = 0,95$ ) и «благожелательность» ( $M = 4,78$ ,  $SD = 0,79$ ). Для них характерны высокая потребность во включенности в межличностную коммуникацию (выраженное поведение –  $M = 5,34$ ,

SD=1,83; требуемое поведение – M=4,67, SD=2,92), высокая эмоциональная стабильность (M=9,56, SD=3,06) и низкое дружелюбие (M=8,74, SD=1,91). Им также свойственна высокая степень доверия себе (M=25,53, SD=3,83;  $\chi^2=11,812$ , p=0,008) и другим людям (M=-2,41, SD=3,10;  $\chi^2=11,499$ , p=0,009).

Представители «умеренно-оптимистичного типа» (n=241) – 84 мужчины, 157 женщин; 121 респондент проживают на территории крупных городов, 120 – на территории мегаполисов; 62 участника с техническим образованием, 179 – с гуманитарным; средний возраст – 26,74 лет. Эта группа характеризуется менее положительным отношением к БА (здесь и далее для сравнения двух независимых выборок использовался критерий Манна–Уитни), в сравнении с оптимистичным типом (когнитивный компонент – M=3,44, SD=0,41; U=1796, p<0,001; эмоциональный компонент – M=3,38, SD=0,38; U=635,5, p<0,001; поведенческий компонент – M=3,60, SD=0,44; U=1440, p<0,001). По сравнению с наиболее положительным типом отношения к БА, им менее свойственны технофилия (M=3,75, SD=0,70; U=5494, p<0,001) и технорационализм (M=3,89, SD=0,66; U=6388, p=0,002) и более свойственна технофобия (M=2,06, SD=0,82; U=6947, p=0,024), они придают меньшее значение ценностям «безопасность» (M=4,34, SD=0,90; U=6641, p=0,006), «самостоятельность» (M=4,75, SD=0,69; U=7020, p=0,029), «гедонизм» (M=4,64, SD=0,93; U=6809, p=0,013), «власть-богатство» (M=4,10, SD=0,93; U=6955, p=0,023) и «универсализм» (M=4,61, SD=0,87; U=7039, p=0,031). Они также испытывают меньшую потребность во включенности в межличностную коммуникацию (выраженное поведение – M=4,95, SD=1,57; U=7140, p=0,046), менее эмоционально стабильны (M=8,76, SD=3,09; U=7131,5, p=0,048), склонны меньше доверять себе (M=24,65, SD=2,68; U=6529, p=0,004).

Представители «индифферентного типа» (n=477) – 106 мужчин, 371 женщина; 286 респондентов проживают на территории крупных городов, 191 – на территории мегаполисов; 98 участников с техническим образованием, 379 – с гуманитарным; средний возраст – 25,73 лет. Данный тип характеризуется относительно нейтральной, менее положительной позицией в отношении к БА, по сравнению с умеренно-оптимистичным типом (когнитивный компонент – M=2,85, SD=0,40; U=17536,5, p<0,001; эмоциональный компонент – M=2,81, SD=0,37; U=15933, p<0,001; поведенческий компонент – M=2,89, SD=0,35; U=11490,5, p<0,001). В отличие от умеренно-оптимистичного типа, для данного типа отношения более характерны технофобия (M=2,29, SD=0,83; U=47223, p<0,001), технопессимизм (M=3,13, SD=0,90; U=39622, p<0,001) и менее характерна технофилия (M=3,53, SD=0,62;

U = 45808,  $p \leq 0,001$ ). Придается большее значение ценности «традиция» (M = 3,96, SD = 0,93; U = 51637,  $p = 0,024$ ) и меньшее значение ценности «самостоятельность» (M = 4,61, SD = 0,80; U = 52115,5,  $p = 0,037$ ). Менее присущи дружелюбие (M = 9,68, SD = 2,22; U = 49820,  $p = 0,003$ ) и добросовестность (M = 11,42, SD = 2,29; U = 49395,  $p = 0,002$ ), чем умеренно-оптимистичному типу. Кроме того, по сравнению с представителями оптимистичного типа, для них менее значимыми ценностями являются «гедонизм» (M = 4,57, SD = 0,89; U = 12542,  $p = 0,001$ ), «власть-богатство» (M = 3,96, SD = 1,01; U = 12789,5,  $p = 0,001$ ), «благожелательность» (M = 4,54, SD = 0,80; U = 13624,  $p = 0,012$ ), менее типичен технорационализм (M = 3,94; SD = 0,68; U = 13391,5,  $p = 0,007$ ), они меньше доверяют себе (M = 24,71; SD = 3,01; U = 13503,5,  $p = 0,009$ ).

Представители «пессимистичного типа» (n = 179) – 37 мужчин, 142 женщины; 92 респондента проживают на территории крупных городов, 87 – на территории мегаполисов; 23 участника с техническим образованием, 156 – с гуманитарным; средний возраст – 25,96 лет. Данная группа характеризуется наиболее отрицательным отношением к технологии БА (когнитивный компонент – M = 1,86, SD = 0,51; эмоциональный компонент – M = 1,88, SD = 0,52; поведенческий компонент – M = 1,81, SD = 0,51). У них в наименьшей степени (критерий Краскела – Уоллиса) выражена технофилия (M = 3,31, SD = 0,82;  $\chi^2 = 86,699$ ,  $p \leq 0,001$ ), им более присущи технопессимизм (M = 3,61, SD = 0,99;  $\chi^2 = 120,066$ ,  $p \leq 0,001$ ) и низкое доверие другим (M = -3,57, SD = 3,12;  $\chi^2 = 11,499$ ,  $p = 0,009$ ), по сравнению с другими типами отношения к БА. Для них большую значимость, по сравнению с представителями индифферентного типа, имеют ценности «самостоятельность» (M = 4,83, SD = 0,85; U = 35144,5,  $p \leq 0,001$ ) и «благожелательность» (M = 4,75, SD = 0,78; U = 36377,  $p = 0,003$ ), менее выражена эмоциональная стабильность (M = 8,34, SD = 2,82; U = 37128,5,  $p = 0,01$ ). Кроме того, данному типу отношения, в сравнении с представителями умеренно-оптимистичного типа, больше важна ценность «традиция» (M = 4,06, SD = 0,94; U = 17947,5,  $p = 0,003$ ), у них в большей степени выражены добросовестность (M = 11,50, SD = 2,55; U = 17644,5,  $p = 0,001$ ) и дружелюбие (M = 9,65, SD = 2,37; U = 18890,  $p = 0,028$ ). Они меньше придают значимость ценности «власть-богатство» (M = 3,87, SD = 1,13; U = 18424,  $p = 0,01$ ) и меньше доверяют себе (M = 25,16, SD = 3,04; U = 18865,  $p = 0,027$ ). Наконец, по сравнению с оптимистичным типом, для представителей пессимистичного типа меньшую значимость имеют ценности «гедонизм» (M = 4,46, SD = 1,07; U = 4593,  $p = 0,001$ ) и «власть-богатство» (U = 4453,  $p \leq 0,001$ ), у них слабее выражены эмоциональная стабильность (U = 4679,  $p = 0,002$ ) и технорационализм



( $M = 3,95$ ,  $SD = 0,72$ ;  $U = 5190,5$ ,  $p = 0,034$ ), они испытывают меньшую потребность во включенности в межличностную коммуникацию (выраженное поведение –  $M = 4,68$ ,  $SD = 1,49$ ;  $U = 4813$ ,  $p = 0,004$ ), при этом для них более типичны дружелюбие ( $U = 4662$ ,  $p = 0,002$ ) и технофобия ( $M = 2,28$ ,  $SD = 1,06$ ;  $U = 4885$ ,  $p = 0,007$ ).

В целом полученные результаты согласуются с данными исследований, отраженными в работах Т. А. Нестика и А. Л. Журавлева (Нестик, Журавлев, 2018; Человек в условиях..., 2020). При этом они качественно дополняют их, в части расширения представлений о типах отношения респондентов к технологиям будущего (в частности, к беспилотного транспорта) и особенностях их ценностного профиля, личностных черт, технического мировоззрения, потребности во включенности в межличностную коммуникацию, а также уровня доверия миру, себе и другим людям.

В ходе исследования нами были выделены четыре социально-психологических типа отношения личности к технологии беспилотного автомобильного транспорта: оптимистичный, умеренно-оптимистичный, индифферентный и пессимистичный. Каждый из выделенных типов отношения имеет свои характерные отличия в ценностном профиле, личностных чертах, техническом мировоззрении, степени потребности во включенности в межличностную коммуникацию, а также уровне доверия миру, себе и другим людям.

### Литература

- Нестик Т. А., Журавлев А. Л. Психология глобальных рисков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Патраков Э. В., Сабо Ч. М., Батурина Л. И., Фрогери Р. Ф., Нестик Т. А., Кампос Ф. Л. С. Отношение к технологическим инновациям: кросскультурное исследование // Психология человека в образовании. 2022. Т. 4. № 4. С. 459–474. doi: 10.33910/2686-9527-2022-4-4-459-474
- Пишняк А., Халина Н. Восприятие новых технологий населением как показатель открытости к инновациям // Форсайт. 2021. Т. 15. № 1. С. 39–54. doi: 10.17323/2500-2597.2021.1.39.54
- Рукавишников А. А. Опросник межличностных отношений. Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1992.
- Саенко А. Ю., Кисляков П. А. Социально-психологическое отношение человека к беспилотному такси // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2024. Т. 9. № 1 (33). С. 100–124 doi: 10.38098/ipran.sep\_2024\_33\_1\_05
- Солдатова Г. У., Нестик Т. А., Рассказова Е. И., Дорохов Е. А. Психодиагностика технофобии и технофилии: разработка и апробация опросника

- отношения к технологиям для подростков и родителей // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12. № 4. С. 170–188. doi: 10.17759/sps.2021120410
- Технологии будущего. Россия остается страной технооптимистов, доверяющих технологиям будущего // ВЦИОМ. 2023. 16 июня. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/tekhnologii-budushchego> (дата обращения: 23.08.2024).
- Человек в условиях глобальных рисков: социально-психологический анализ / Под ред. Т. А. Нестика, А. Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. doi: 10.38098/soc.2020.88.75.001
- Silvestri F., De Fabiis F., Coppola P.* Consumers' expectations and attitudes towards owning, sharing and riding autonomous vehicles // Case Studies on Transport Policy. 2024. V. 15. Art. 101112. doi: 10.1016/j.cstp.2023.101112
- Waltermann J., Henkel S.* Public discourse on automated vehicles in online discussion forums: A social constructionist perspective // Transportation Research Interdisciplinary Perspectives. 2023. V. 17. Art. 100743. doi: 10.1016/j.trip.2022.100743

## **Связь социальных представлений о насилии с качествами близких отношений партнеров**

*Е. А. Силина, Т. Л. Крюкова*

Костромской государственный университет, Кострома

В статье представлено исследование структуры социальных представлений о насилии, об их ядре и периферии, об их взаимосвязи с качествами близких отношений – удовлетворенностью и стилем привязанности. Выборку составили люди, которые находятся в близких романтических или семейных отношениях. В исследовании добровольно приняли участие 126 респондентов от 18 до 59 лет ( $M = 29,5$ ,  $SD = 8,5$ ), из них 86 женщин ( $M = 29,5$ ,  $SD = 8,8$ ) и 40 мужчин ( $M = 29,5$ ,  $SD = 7,8$ ). Выявлена взаимосвязь социальных представлений о насилии с качествами близких отношений, а именно: представления о насилии обуславливают стиль привязанности, уровень близости и взаимосвязаны с удовлетворенностью отношениями. Социальные представления о насилии играют важную роль в структуре близких отношений: картина того, что входит в насильственное поведение, а что не входит, связана с удовлетворенностью от отношений, со степенью близости и со стилем привязанности.

*Ключевые слова:* социальные представления, насилие со стороны интимного партнера, близкие отношения, близость, удовлетворенность отношениями, привязанность.

Социальные представления – это социально выработанное и разделяемое с другими людьми знание. Они направлены на то, чтобы люди осваивали окружающую среду, понимали и могли объяснить факты и идеи, существующие в мире, могли воздействовать на других и действовать вместе с ними, могли позиционировать себя по отношению к ним, отвечать на вопросы и т. д. (Московичи, 1995; Почебут, Мейжис, 2010). Данное исследование сосредоточено на изучении представлений о насилии в близких отношениях со стороны интимного партнера, которое может проявляться в различных формах, включая психологическое, физическое и социально-экономическое насилие. Насилие со стороны интимного партнера имеет серьезные последствия для отношений жертвы и актора насилия, влияет на общество в целом (Wallace, Roberson, 2016).

Представления о насилии играют важную роль в формировании насильственного поведения в обществе. Изучения социальных представлений – это ключ к пониманию спусковых механизмов тех или иных схем поведения (Московичи, 1995). Поэтому данный конструкт лежит в основе нашего исследования как возможность более детально рассмотреть сложный феномен насилия в близких отношениях в обществе. Исследование позволяет расширить область имеющихся данных. Основной акцент делается на картине представлений о насилии в обыденном сознании общества: что люди относят к насильственному поведению и как это отношение влияет на качества близких отношений.

*Цель* исследования: выявить социальные представления о насилии и их структуру (ядро и периферию); проанализировать вклад социальных представлений о насилии в качества близких отношений с партнером.

*Гипотеза:* социальные представления о насилии имеют определенную структуру, противоречивы, недостаточно полны, в основном негативно репрезентируют насилие в близких отношениях. Между социальными представлениями о насилии и привязанностью, близостью с партнером в отношениях существует связь.

Выборку исследования составили люди, находящиеся в близких романтических или семейных отношениях. В исследовании добровольно приняло участие 126 респондентов от 18 до 59 лет ( $M = 29,5$ ,  $SD = 8,5$ ): 86 женщин ( $M = 29,5$ ,  $SD = 8,8$ ) и 40 мужчин ( $M = 29,5$ ,  $SD = 7,8$ ).

Применялись следующие методы:

1. Опросник о насилии, разработанный авторами. Включает в себя 10 открытых вопросов, направленных на выявления представлений о насилии (установки и отношение; информацию: маркеры насилия, что является насилием, виды и формы насилия).
2. Опросник маркеров различных видов насилия для выявления отношения к различным видам насилия (физического, психологического, экономического, сексуализированного).
3. Опросник стиля привязанности (Attachment Style Questionnaire, ASQ), Feeney, Noller, Hanrahan; апробирован О. А. Цветковой, Т. Л. Крюковой; М. Е. Ворониной; Е. А. Силиной.
4. Шкала удовлетворения потребностей С. Хендрик (The relationship assessment scale), адаптация О. А. Сычева.

Важным шагом исследования представлений о насилии является контент-анализ полученной от респондентов информации с целью выявить структуру социальных представлений. В ходе анализа ответов на открытые вопросы (например: 1. Насилие – это... 2. Какое поведение можно назвать насилием? 3. Назовите основные маркеры насилия (по каким признакам вы отличаете насильственное поведение). 4. Адекватная реакция на насилие – это...) были выявлены 62 категории, объединенные в группы: чувства, связанные с насилием; установки по отношению к насилию; выделяемые виды насилия; маркеры насилия; причины насилия.

В ядро социальных представлений были отнесены категории с наибольшей частотой встречаемости – данные категории выделили более 20% респондентов (в скобках представлена частота встречаемости): физическое насилие (90), психологическое насилие (85), физическое воздействие (61), причинение вреда (59), принуждение/подавление (55), нарушение психики (45), агрессия (38), негативное отношение/непринятие/недопустимость/зло (31).

Как видим, наибольшую частоту имеют категории «физическое насилие» и «психологическое насилие». В картине мира респондентов данные категории наиболее полно описывают феномен насилия. Также к базовым представлениям о насилии относятся физическое воздействие – применение силы, причинение вреда, действие против воли человека и проявление агрессии. Имеется негативная окраска данного феномена, его неприемлемость и приравнивание ко злу. Основной причиной насильственного поведения, по мнению респондентов, является нарушение психики, расстройств, полученные травмы.

Данные коррелируют с общепринятым определением насилия Всемирной организации здравоохранения, однако фактор «умышленного действия» отсутствует в фокусе внимания обыденного представления респондентов, что может говорить о снижении ответственности акторов насилия (Насилие..., 2002).

Периферия социальных представлений о насилии (представлена частота встречаемости категорий) является более гибкой, зависимой от личностных особенностей респондентов и изменений в мире: унижение, унижение перед другими (31); манипуляция (23); неуверенность в себе, комплексы, низкая самооценка (21); нарушение границ (17); боль (15); власть, чувство превосходства, доминирование, желание контроля (14); ужас (13); страх (13); оскорбления (12); осознанное, умышленное действие (11); ограничение свободы (11); крик, повышение голоса (10); жестокость (10). На периферии представлены более подробные описания видов и маркеров насильственного поведения, названы различные его причины: низкая самооценка, желание власти и контроля, влияние социальной среды на актора насилия. Больше проявляются чувства, связанные с насилием: страх, ужас, боль.

Насилие представляется как причинение вреда против воли жертвы, проявляющееся в физическом (применение силы, контроль, принуждение, агрессия) и психологическом (угрозы, оскорбления, манипуляции, нарушение границ) планах с целью самоутверждения и доминирования. Оно связано с ситуациями, вызывающими боль, ужас и страх. Респонденты склонны больше относить к насилию физическое причинение вреда. Также высок и показатель психологического насилия. Такие виды насилия, как сексуализированное и социально-экономическое, практически не выявлены в структуре представлений респондентов нашей выборки.

Для определения вклада социальных представлений о насилии в привязанность и близость с партнером в отношениях был проведен регрессионный анализ. Полученная регрессионная модель показала, что в оценку близости между партнерами вносят вклад следующие переменные, объясняющие 21% дисперсии по общей выборке ( $R^2 = 0,213$ ): представление о насилии как проявлении агрессии ( $\beta = 0,324$ ;  $p < 0,001$ ), отношение к экономическому насилию, приемлемость данного поведения в своих близких отношениях ( $\beta = 0,231$ ;  $p = 0,005$ ), удовлетворенность отношениями ( $\beta = 0,254$ ;  $p = 0,002$ ).

Люди, у которых в картине представлений о насилии присутствует такое его проявление, как агрессия и агрессивные действия, более направлены на уменьшение эмоциональной дистанции с партнером. Делая акцент на картине отношений, в которых агрессия не являет-

ся нормой, человеку более комфортно и безопасно идти на сближение с другим. Чем более приемлемо экономическое насилие в отношениях, тем больше восприятие близости между партнерами.

Следующим этапом эмпирического исследования было выявление вклада социальных представлений о насилии в стиль привязанности.

В выраженность стиля привязанности «Взаимоотношения как вторичные по отношению к достижениям» вносят вклад ( $R^2=0,172$ ) такие социальные представления о насилии, как «причинение вреда» ( $\beta=0,214$ ;  $p=0,011$ ) и «унижения» ( $\beta=-0,176$ ;  $p=0,036$ ). Наличие в представлениях о насилии такого маркера, как «причинение вреда», положительно влияет на данный тип привязанности. Наличие данного представления может свидетельствовать о пережитом опыте респондента – «ставить отношения на первое место опасно». «Унижение» как представление о проявлении насилия имеет обратное влияние на этот стиль привязанности. Унижению не приписывается маркировка насильственного поведения, следовательно, оно может быть приемлемым в отношениях как вторичных к достижениям.

Положительный вклад в выраженность стиля привязанности «Потребность в одобрении» ( $R^2=0,159$ ) вносят такие представления о причинах насилия, как «неуверенность в себе» ( $\beta=0,262$ ;  $p=0,002$ ) и «нарушения психики» ( $\beta=0,186$ ;  $p=0,028$ ). Неуверенность в себе и нарушения психики как представления о причинах насилия поддерживают данный стиль привязанности. Так, люди, нуждающиеся в постоянном одобрении, требующие доказательства любви от партнера, имеющие нестабильную самооценку, относятся к насилию как к поведению, возникающему из-за неуверенности актора насилия, а также наличия у него расстройств, травм, психических особенностей.

Выраженность стиля привязанности «Дискомфорт от близости» обусловлена ( $R^2=0,202$ ) представлением о насилии как «причинении вреда» ( $\beta=0,228$ ;  $p=0,006$ ), проявлением насилия в отношениях ( $\beta=0,278$ ;  $p=0,001$ ), а также субъективной оценкой счастья от отношений ( $\beta=-0,180$ ;  $p=0,036$ ). Проявление насилия в отношениях связано с дискомфортом от близости. Возможно, насилие выступает как способ совладания с дискомфортом, но также и способствует его увеличению. Отсюда представление о насилии как о поведении, наносящем вред (не только жертве, но и актору насилия). Такие отношения отмечаются как субъективно несчастливые.

Стиль привязанности «Уверенность в себе и других» обусловлен ( $R^2=0,278$ ) представлениями о насилии «принуждение/подавление» ( $\beta=-0,254$ ;  $p=0,001$ ), «манипуляции» ( $\beta=-0,211$ ;  $p=0,007$ ), а также проявлением насилия в отношениях ( $\beta=0,408$ ;  $p<0,001$ ). Чем меньше

подавление, действие против воли другого и манипуляции встречаются в структуре представлений о насилии, тем более вероятен стиль привязанности «Уверенность в себе и других». Также склонность к насилию в отношениях положительно связана с выраженностью данного стиля. Данный стиль привязанности является весьма неоднозначным, его структура сопряжена с насильственным поведением, с принятием его как нормативного.

Картина представлений о насилии вносит вклад во все стили привязанности, кроме «Озабоченности отношениями» — значимых связей обнаружено не было. Также обнаружено, что стили привязанности обусловлены проявлением насилия и отношением к видам насилия.

На последнем этапе нами была проанализирована взаимосвязь представлений о насилии и удовлетворенности отношениями. Негативное отношение к насилию, его непринятие положительно взаимосвязано с удовлетворенностью отношениями ( $r=0,184$ ;  $p=0,039$ ). Также обнаружена обратная взаимосвязь отношения к видам насилия — физическому ( $r=-0,203$ ;  $p=0,023$ ), психологическому ( $r=-0,236$ ;  $p=0,008$ ), сексуализированному ( $r=-0,297$ ;  $p=0,001$ ) — с удовлетворенностью отношениями с партнером. Таким образом, в отношениях, которые удовлетворяют респондентов, присутствуют негативная окраска насилия, его непринятие и неприемлемость данного поведения в своих отношениях.

Социальные представления о насилии взаимосвязаны с качествами близких отношений, а именно вносят вклад в стили привязанности и уровень близости, взаимосвязаны с удовлетворенностью отношениями. Социальные представления о насилии имеют важную роль в структуре близких отношений; картина того, что входит в насильственное поведение, а что не входит, связана с удовлетворенностью от отношений, характером близости и со стилями привязанности.

### Литература

- Московичи С.* Социальные представления: исторический взгляд // Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 2. С. 3—14.
- Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире / Под ред. Э. Г. Круга, Л. Л. Дальберг, Дж. А. Мерси, Э. Б. Зви, Р. Лозано. М.: Весь мир, 2002.
- Почебут Л. Г., Мейжис И. А.* Социальная психология. СПб., 2010.
- Крюкова Т. Л., Опекина Т. П., Силина Е. А.* Гендерное неравенство: как связан сексизм с агрессией у молодых мужчин и женщин // Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: субъект-субъектная коммуникация как фактор социализации индивида: Материа-

лы V Международной научной конференции (Минск, 23–24 октября 2020 г.). Минск: Белорусский гос. ун-т, 2020. С. 123–127.

*Силина Е. А., Крюкова Т. Л.* Влияние установок гендерного неравенства на диадическое совладание в близких отношениях // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27. № 4. С. 217–220.

*Силина Е. А., Крюкова Т. Л.* Взаимосвязь гендерных установок и копинг-стратегий партнеров в ситуации самоизоляции // Социальная, профессиональная и персональная ответственность личности в современном обществе: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Омск, 08–10 октября 2020 г.). Омск: Омский гос. ун-т им. Ф. М. Достоевского, 2020. С. 263–265.

*Wallace P. H., Roberson C.* Family Violence: Legal, medical and social perspectives. Seventh edition. N. Y.: Routledge, 2016.

## **Стилевые характеристики моральных суждений**

*В. К. Солондаев, Ю. В. Васильева*

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль

Исследование направлено на выделение стилей построения моральных суждений. Предположение о наличии стилей обосновано необходимостью преодоления сложности задачи морального суждения. В результате кластерного анализа суммарных оценок интервью удалось выявить две группы респондентов, решавших моральные дилеммы. Участники первой группы статистически значимо чаще давали более категоричные, объемные ответы, в большей мере обоснованные личным опытом, чем члены второй группы. В свете полученных результатов вопрос экологической валидности моральных суждений представляется принципиально разрешимым, но возникает гораздо более сложный вопрос их внутренней валидности. Попытка эмпирически описать отличие негативной этики А. А. Гусейнова от этики в понимании Л. Колберга оказалась неудачной.

*Ключевые слова:* моральные суждения, моральные дилеммы, психология морали, стиль, негативная этика.

Л. И. Анцыферова находила эвристичными основные положения стадальной теории морального развития Л. Колберга и предпринимаемые на этой основе исследования решения моральных дилемм



(Анцыферова, 1999). Моральные дилеммы широко используются в настоящее время. Например, С. Н. Ениколопов с соавт. показывают связь решения моральных дилемм с личностными особенностями и эмоциональным опытом (Ениколопов, Медведева, Воронцов, 2019). Полученные результаты согласуются с проводимой Е. А. Сергиенко дифференциацией субъектных и личностных аспектов когнитивных, коммуникативных и регулятивных функций (Сергиенко, 2023).

Однако в научной литературе присутствует и критика исследований решения моральных дилемм. Как считает К. Г. Мажирина с соавт., «нет никаких доказательств, что реакции испытуемых в ответ на предъявление моральных дилемм различной сложности, изучение которых является доминирующим подходом, действительно являются „моральными“ ... Моральные дилеммы вполне могут восприниматься испытуемыми как общекогнитивные задачи» (Мажирина и др., 2021, с. 27).

Сомнения в экологической валидности моральных дилемм далеко не безосновательны. Как подчеркивал А. В. Брушлинский, альтернативы выбора вовсе не даны субъекту в готовом виде, а постепенно формируются в процессе мышления (Брушлинский, 1979).

Еще более сложным обсуждаемый вопрос становится в свете этических исследований. С одной стороны, как считает А. А. Гусейнов, этическая проблематика сближается с психологической: «Мы имеем дело с новым типом общественной практики, которая ставит под сомнение многие привычные, казавшиеся самоочевидными представления о морали... Первой проблемой является вопрос о связи этики и мышления. Второй важной проблемой, требующей новых теоретических решений, является связь морали и личности» (Гусейнов, 2013, с. 10–11).

С другой стороны, А. А. Гусейнов формулирует положения, ставящие под сомнение внутреннюю валидность моральных дилемм: «Мораль не поддается определению. Попытки ее объяснения содержат в себе логический дефект или натуралистическую ошибку. Моральные суждения не могут претендовать на объективность, они принципиально субъективны» (Гусейнов, 2009, с. 6–9). Также А. А. Гусейнов описывает негативную этику: «Основополагающим для негативной этики является вопрос: «Что я должен не делать?» Отказ от желательного и реального по своим возможностям действия становится негативным поступком тогда, когда действие не совершается только в силу морального запрета, когда нет других оснований не совершить его» (Гусейнов, 2012, с. 58–63).

Приведенная краткая характеристика сложности моральных суждений позволяет предположить наличие стилей их построения.

Для проверки этого предположения было проведено эмпирическое исследование.

На пилотажном этапе обнаружилось, что испытуемые находят искусственными некоторые дилеммы Л. Колберга, поэтому мы сформулировали три наиболее близких испытуемым ситуации, вместе с которыми предлагались и две наиболее близкие им дилеммы Л. Колберга. У испытуемых возникало непонимание вопросов Л. Колберга, которые содержательно связаны с предложенными им дилеммами, поэтому задавались как вопросы Л. Колберга, так и разработанные нами вопросы: «Как бы поступили вы, или как следует поступить действующему лицу в этой ситуации?» «Какое решение вызвало бы у вас полное отвержение?» «Какое решение вызвало бы ваше восхищение?»

Выборку исследования составили 20 испытуемых, 5 мужчин и 15 женщин, средний возраст 19,5 лет ( $SD = 1,7$ ). В качестве экспертов выступили 4 человека, из них трое женского пола, возраст 19 и 19 лет, 21 год, и один мужского пола, 20 лет.

Эксперты оценивали расшифровки каждого из 20 интервью по девяти параметрам:

1. Эмоции (респондент говорил об эмоциях, использовал эмоционально окрашенные слова).
2. Категоричность (респондент рассматривал допустимость различных моральных точек зрения).
3. Учет законности (респондент учитывал правовые последствия решений).
4. Дискомфорт (респондент говорил о чувстве дискомфорта из-за формулировок вопросов).
5. Объем ответа (респондент давал короткие ответы).
6. Сомнения (респондент не мог выбрать один вариант действий, дать однозначную оценку ситуации).
7. Личный опыт (респондент обосновывал решения своим личным опытом).
8. Отказ от решения (респондент не был готов принимать решение в обсуждаемой ситуации).
9. Отказ от моральных суждений (респондент не был готов давать определенную моральную оценку вариантам решения ситуации).

Затем оценки экспертов были суммированы, а полученные результаты подвергнуты нечеткому кластерному анализу в статистическом пакете R.

В результате кластеризации удалось выделить две группы. Суммарные оценки интервью выделенных групп сравнивались по крите-

рию Вилкоксона с поправкой для множественных сравнений Бенджамини–Хохберга. Статистически значимые различия выявлены по трем из девяти параметров оценки: 2. Категоричность ( $W=81$ ;  $p=0,04$ ); 5. Объем ответа ( $W=13$ ;  $p=0,02$ ); 7. Личный опыт ( $W=97$ ;  $p=0,002$ ).

Респонденты, вошедшие в первую группу, статистически значительно чаще давали более категоричные, объемные ответы, в большей мере обоснованные личным опытом, чем участники второй группы.

Наиболее яркими (по значению функции принадлежности) представителями двух групп оказались двое испытуемых женского пола, возраст 19 лет. Приведем их ответы на ситуацию, разработанную нами:

*Моральная дилемма:* «Министерство образования предлагает законопроект о полной отмене ЕГЭ в связи с возросшим количеством подростковых самоубийств. Если отменить ЕГЭ, уменьшится число самоубийств, однако абитуриентам будет усложнен процесс поступления в престижные вузы. Если данный законопроект будет отменен, то число самоубийств продолжит увеличиваться, однако сохранится одинаковая доступность в вузы для всех абитуриентов. Представьте себя на месте человека, которому необходимо одобрить или отклонить данный законопроект. Какое решение вы примете и почему?»

*Ответ респондента из группы 1:* «Я бы утвердила законопроект, будучи человеком, который сдавал ЕГЭ и который знает, что это такое. Нам это не надо, это давным-давно не имеет какого-либо смысла, поскольку задания, которые там пишутся, они не показывают реальных знаний человека. Вот. Насчет усложнения поступления в престижные вузы. У нас и так каждый год усложняется поступление в вузы. Это увеличение баллов поступления и т. д. Если ЕГЭ отменят, то, получается, не будет этих баллов. Я в принципе за вузовские экзамены. Возможно, было бы сложнее готовиться, но ты бы хотя бы шел на экзамен, зная, что тебя ждет в будущем, потому что, например, вопросы будут касаться твоей профессии, которой ты будешь обучаться здесь. Понятно, что, возможно, уменьшилось бы количество абитуриентов, способных пройти по экзаменам. Но меня больше привлекает пункт про то, что будет меньше самоубийств».

*Ответ респондента из группы 2:* «Я не могу не отталкиваться от своей личной позиции к этому. У меня позиция такая, что ЕГЭ – это классная тема, потому что создает равные условия для всех, на основе которых можно сделать выводы об успеваемости. Сдать ЕГЭ очень сложно, а если у тебя знакомый в комиссии работает, то ты можешь спокойно поступить, подложить пару купюр и все. Поэтому я бы оставила ЕГЭ, просто направила свою политику скорее на просвещение того, что ЕГЭ – это не так страшно. Возможно, на смену программы,

чтобы она была более направлена именно на ЕГЭ, чтобы школа давала возможность нормальной сдачи ЕГЭ ученикам».

После ответов на ситуации испытуемым задавался вопрос о том, что такое мораль. Приведем ответы тех же наиболее ярких представителей двух групп:

*Ответы респондента из группы 1:*

– Что такое мораль для тебя?

– Мораль... Лично для меня это такой стержень внутри человека, который дает ему понять свои принципы, свои жизненные убеждения, чтобы в случае каких-то неоднозначных ситуаций, как сейчас, человек смог не опираться на мнение окружающих. Ну, точнее, не только на мнение окружающих, но и на свое мнение.

– В твоём понимании мораль – про какие-то поступки и решения или про внутренние ощущения?

– Я думаю, здесь и то, и то, поскольку нельзя отделить одно от другого, то есть мораль всегда состоит из поступков каких-то моральных или аморальных, и из каких-то, опять же, своих убеждений. Вот.

– То есть мораль и действие неразделимы?

– Ну да, для меня да.

– Есть ли в твоём понимании какая-то всеобщая мораль?

– Я думаю, что, опять же, и то, и то, есть и какая-то личная мораль, и есть общественная мораль. К примеру, пусть будет очень глупый пример в данном контексте, но это первое, что мне в голову пришло. Отношения (речь о сексуальных отношениях. – *В. С., Ю. В.*) очень взрослого человека с очень невзрослым человеком. Человек, даже не со стороны морали, должен понимать, что это неправильно, что это ненормально. Внутри себя, опять же, человек должен давать отчет своим действиям, своим словам, своим поступкам, которые могут привести к каким-то последствиям для окружающих и для себя».

*Ответы респондента из группы 2:*

– Что такое мораль для тебя?

– Ну, это какие-то правила, которыми руководствуется человек для того, чтобы большинству в обществе жилось комфортно, что ли. Например, большинство людей не хотят убивать других людей. И мораль гласит: не убивайте других людей.

– В твоём понимании мораль – про какие-то поступки и решения или про внутренние ощущения?

– Я думаю, это и про то, и про другое. У нас есть какие-то внутренние убеждения, какие-то принципы, по которым мы живем, и на основе этого мы принимаем решения и поступаем. Но в первую оче-

редь, скорее всего, это убеждение, потому что, если бы были просто поступки, это непонятно как работало бы. А у нас есть какие-то убеждения, на основе которых мы не только в целом принимаем решения, но и живем, общаемся.

— Есть ли в твоём понимании какая-то всеобщая мораль?

— Ну, мне кажется, нет, потому что, например, если сравнивать наши современные страны и очень отсталые страны, то для нас не норма то, что в отсталых странах принимают за правильные поступки.

Как мы видим из приведенных примеров, респонденты двух групп с разным стилем моральных суждений дали противоположные ответы на предложенную им ситуацию при весьма сходных ответах на вопрос о понимании морали. Однако ответы испытуемых разных групп далеко не во всех случаях различаются до противоположности. Вопрос о связи стиля моральных суждений с их содержанием требует дополнительных исследований. В настоящее время статистически значимых различий между группами в целом по частоте выбора разных вариантов ответов не обнаружено. Полученные данные также не показывают связи принадлежности испытуемого к одной из выделенных групп с характером вопросов и содержанием обсуждаемых ситуаций морального выбора.

Итак, проведенное исследование в первом приближении показывает возможность выделения различных стилей моральных суждений. Если это предположение получит и дальнейшее подтверждение, можно говорить о необходимости учитывать стиль построения моральных суждений при их интерпретации с точки зрения морали.

Во-вторых, в свете описанных результатов вопрос экологической валидности моральных суждений представляется принципиально разрешимым. Намного более сложен вопрос их внутренней валидности. Разработанные нами вопросы были направлены на выявление описанной А. А. Гусейновым негативной этики. Но даже в тех случаях, когда испытуемые давали ответ на все три вопроса, с точки зрения экспертов их ответы не отличались от ответов испытуемых, которым задавались вопросы Л. Колберга.

Пока мы не можем сказать, какой из факторов оказался более значимым — стиль построения моральных суждений или характер понимания морали. Поиск ответа на этот вопрос определяет основные перспективы дальнейшей разработки проблемы.

### Литература

*Анциферова Л. И.* Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 3. С. 5–17.

- Брушлинский А. В.* Мышление и прогнозирование: логико-психологический анализ. Москва: Мысль, 1979.
- Гусейнов А. А.* Что я понимаю под негативной этикой? // Вестник Московского университета. Сер. 7. «Философия». 2009. № 6. С. 3–20.
- Гусейнов А. А.* Что я должен не делать? // Философский журнал. 2012. № 2 (9). С. 51–64.
- Гусейнов А. А.* Две теоретические проблемы современной этики // Вестник Российского университета дружбы народов. Сер. «Философия». 2013. № 3. С. 9–11.
- Ениколопов С. Н., Медведева Т. И., Воронцов О. Ю.* Моральные дилеммы и особенности личности // Психология и право. 2019. Т. 9. № 2. С. 141–155. doi: 10.17759/psylaw.2019090210
- Мажирина К. Г., Первушина О. Н., Федоров А. А., Штарк М. Б.* Нейровизуализация и феномен морального выбора // Успехи физиологических наук. 2021. Т. 52. № 1. С. 16–30. doi: 10.31857/S0301179821010057
- Сергиенко Е. А.* Глава 8. Системно-субъектный подход в психологии // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 241–272.

**Анализ решение-ориентированного поведения в ситуации межличностного конфликта с позиций динамического подхода к изучению личности Л. И. Анцыферовой**

*С. В. Фролова\*, Е. В. Горбанева\*\**

\* Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, Саратов

\*\* Воронежский государственный университет, Воронеж

В статье с позиций динамического подхода к изучению личности, предложенного Л. И. Анцыферовой, рассматривается решение-ориентированное поведение в ситуации межличностного конфликта как вид конструктивной деятельности личности, направленной на создание интегрированного способа удовлетворения сталкивающихся интересов оппонентов. Описываются результаты эмпирического исследования поведения старшеклассников и студентов в смоделированной игровой ситуации межличностного конфликта. На основании данных частично стандартизированного наблюдения, в рамках экспериментального социально-ролевого взаимодействия выделены показатели решение-ориентированного поведения

(с расширенным и дифференцированным фокусом внимания, охватывающим как поиск конкретных способов достижения собственных целей, так и путей удовлетворения интересов партнера) и показатели альтернативного — личностно-оценочного — поведения (с фиксацией внимания на борьбе с личностью сверхобобщенно воспринимаемого партнера).

*Ключевые слова:* Л. И. Анцыферова, динамический подход к изучению личности, межличностный конфликт, конструктивная деятельность, решение-ориентированное поведение, личностно-оценочное поведение.

В разработанном Л. И. Анцыферовой динамическом подходе к изучению личности одной из сущностных методологических идей является рассмотрение процессуальности психической жизни личности «в системе реального взаимодействия человека с миром» (Анцыферова, 2006, с. 55). Личность наделена не только устойчивыми индивидуальными свойствами, но еще и потенциально устойчивым стремлением к внутренним и внешним преобразованиям, позволяющим совершенствовать свой опыт и способности в системе разнообразных связей с миром, сталкиваясь на жизненном пути с многочисленными трудностями, неожиданными обстоятельствами, испытаниями и превращая их в новые возможности, открытия, достижения.

Основной формой, в которой происходит личностное становление, самоосуществление и развитие, является «социально значимая деятельность», широко понимаемая Л. И. Анцыферовой как «создание материальных и духовных ценностей» (там же, с. 40). Виды деятельности могут быть достаточно многообразными и многоплановыми. В некоторых из них создаваемыми предметами могут становиться определенные отношения с другим человеком, совместные решения задач (там же, с. 40, 70). В отличие от уже достаточно исследованных видов профессиональной деятельности (Журавлев и др., 2021), функциональная структура таких особых форм созидательной активности человека до сих пор еще ожидает своего изучения.

Одной из самых сложных и малоизученных форм личностного социально значимого самоосуществления является конструктивная деятельность в межличностном конфликте. Общая целевая и смысловая направленность этого вида деятельности связана с решением сложной многоплановой задачи построения способов и поиска средств удовлетворения сущностных интересов в условиях возникших с партнером противоречий, в разделяемом с ним общем социальном пространстве. Несмотря на существующие обширные исследования в области психологии конфликта (Гришина, 2008), описание сущностных критериев и структурно-функциональной модели конструктивности по-

ведения все еще отсутствуют, что указывает на необходимость более глубокого изучения сложной социально-психологической феноменологии взаимодействия личностей в ситуации столкновения их интересов в общем социально-психологическом пространстве.

М. П. Фоллет в середине XX в. предложила рассматривать в качестве одного из способов разрешения конфликтов интеграцию как возможность нахождения такого решения, которое бы отвечало интересам всех участников конфликта. Поиск решения может включать генерирование неочевидных идей, а также требует от конфликтующих сторон определенной находчивости и «изобретательности ума» (Follett, 1942). Очевидно, эти идеи могут быть сопоставлены с понятием конструктивной деятельности личности в конфликте, внешне проявляющейся как поведение, направленное на поиск решения комплексной проблемы возникшего противоречия с партнером и удовлетворения интересов при согласовании своей поисковой активности с действиями другой стороны.

Сложность функциональной структуры конструктивной деятельности в межличностном конфликте связана с вовлеченностью в процесс особенного, централизованного на проблеме, общения и предполагает, помимо заранее принятой субъектом цели, исходных анализируемых условий, программы исполнительских действий, оценки текущих результатов (Конопкин, 1995, с. 9–10), дополнительное решение важных задач координации своих действий по достижению цели с действиями другой стороны, преследующей свои интересы. От субъекта – автора своего конструктивного поведения в конфликте – требуется учет когнитивных особенностей, поведенческих и эмоциональных реакций другого человека, осуществление всесторонней оценки потенциала согласования чужих и собственных интересов.

Для более глубокого изучения сложной социально-психологической феноменологии взаимодействия людей в ситуации столкновения их интересов в общем социально-психологическом пространстве и для выделения показателей как продуктивных, решение-ориентированных стратегий поведения в конфликте, так и отдаляющих партнеров от совместного созидательного процесса поиска решения проблемы, нами было предпринято эмпирическое исследование с использованием метода игрового моделирования конфликтной ситуации и частично структурированного наблюдения.

В исследовании приняли участие 12 старшеклассников (16–17 лет, 7 девушек и 5 юношей) и 23 студента (20–23 года, 14 девушек и 9 юношей). Старшеклассникам и студентам было предложено разыграть ситуацию взаимодействия в социально-ролевой игре «Аэропорт» (Сбор-



ник практик..., 2023, с. 20), в которой один участник принимал на себя роль начальника, а другой – роль подчиненного. Оба игрока знали содержание истории, недавно произошедшей с его героем, и только частично располагали информацией о событиях, случившихся у другой стороны (как это часто бывает в реальной жизни). По замыслу игровой ситуации, оба игрока не могли достичь своих критично значимых целей без участия второй стороны, располагавшей нужными и, что особенно важно, незаменимыми в этой ситуации возможностями.

В ходе частично стандартизированного наблюдения фиксировались проявления четырех моделей поведения:

- 1) решение-ориентированное поведение – следующее удовлетворению своих интересов за счет вовлечения другой стороны, стремления понять интересы партнера и помочь ему в решении его трудностей;
- 2) личностно-оценочное поведение – такое поведение, при котором человек противопоставляет себя и партнера на основе сверхобобщенного оценочного восприятия, что приводит к фиксации на противоборстве с ним, и при этом полностью вытесняет из сознания свои критически важные интересы и потенциальные ресурсы партнера, а также игнорирует потребности и переживания другой стороны;
- 3) ауто-решение-ориентированное поведение – следующее удовлетворению только своих интересов за счет вовлечения другой стороны с игнорированием ее потребностей и переживаний;
- 4) экстеро-решение-ориентированное поведение – следующее удовлетворению только интересов другой стороны за счет собственных усилий с игнорированием своих потребностей и нужд.

Личностно-оценочное поведение можно сопоставить с выделяемой в конфликтологии стратегией позиционного торга (Фишер и др., 2012). Такое поведение направлено на борьбу с личностью оппонента и часто содержит в своем репертуаре ригидное стремление «поторговаться», помериться с оппонентом своими позициями, статусом, уровнем власти, влияния, силой, правами, обязанностями, компетенциями, претензиями, правильностью поступков, личностных недостатков и т. п. Сознание человека, демонстрирующего личностно-оценочное поведение, ограничено анализом причин возникшего противоречия в психологическом прошлом. Коммуникация из данной позиции включает в себя оценочные суждения, чрезмерные обобщения, обвинения партнера.

Данному типу поведения может быть противопоставлено решение-ориентированное поведение в межличностном конфликте, в процессе

которого внимание субъекта сосредоточено на способах взаимодействия с актуальной проблемой и устремлено в психологическое будущее. Личность партнера воспринимается не как объект противодействий, а как субъект, обладающий стремлениями и потенциально важными ресурсами. Взаимодействие с партнером в данном случае происходит на основе субъект-субъектных отношений путем творческого поиска решения проблемы через выяснение интересов партнера, обозначение собственных интересов и желаний, обсуждение возможностей и способов достижения желаемых результатов, а также согласование выбираемых средств решения проблемы, целей и интересов сторон с имеющимися условиями. Решение-ориентированное поведение может ставить наряду с задачами выработки способов достижения изначально намеченной цели задачу нахождения путей сохранения межличностных отношений с партнером или перехода на новый уровень их развития.

Ауто- и экстеро-решение-ориентированное поведение не соответствуют в полной мере конструктивной модели взаимодействия, в них вклиниваются деструктивные личностно-оценочные тенденции, только в одном случае объектом обобщенных негативных оценок становится личность партнера, а в другом случае – своя собственная личность.

Исследование показало, что всего лишь 16% старшеклассников и 21% студентов проявили полностью решение-ориентированное поведение; 68% старшеклассников и 54% студентов показали полностью личностно-оценочное поведение; 8% студентов и 17% старшеклассников продемонстрировали ауто-решение-ориентированное поведение и по 8% участников в двух группах применили модель экстеро-решение-ориентированного поведения. Таким образом, большинство испытуемых не обнаруживает ярко выраженных проявлений решение-ориентированного поведения в межличностном конфликте, а проявляет черты личностно-оценочного поведения.

Важно отметить, что проявления черт конструктивности лишь одной из сторон в межличностном конфликте может быть недостаточно для его эффективного разрешения, когда требуется привлечение творческого потенциала всех участников конфликта.

Экстраполируя результаты игрового эксперимента на обычную жизненную практику, можно констатировать достаточно редкое использование решение-ориентированного поведения в ситуациях межличностного конфликта. Такие данные позволяют говорить о сложностях спонтанного, произвольного освоения конструктивной, решение-ориентированной деятельности, имеющей многоплановую

функциональную структуру. Овладение такой деятельностью в ходе специальных социально-психологических тренировок может способствовать развитию не только важных жизненных навыков, но и выработке новых психологических — когнитивных, эмоциональных, волевых, рефлексивных, мотивационно-смысловых — механизмов, служащих преобразованию и развитию личности в целом.

Более тщательному изучению феномена решение-ориентированной внутренней деятельности личности в ситуации межличностного конфликта, значимого для преодоления проблем индивидуального и социального развития, исследованию его функциональной структуры, механизмов и факторов формирования и регуляции, может способствовать построение системной методологии, опирающейся на идеи Л. И. Анцыферовой о видах деятельности, создаваемыми предметами в которых являются внутренние преобразования, плоды самосовершенствования, новые способности самоосуществления, определенные отношения с другим человеком и совместное решение жизненно важных задач.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Гришина Н. В.* Психология конфликта. СПб: Питер, 2008.
- Журавлев А. Л., Обознов А. А., Бессонова Ю. В.* Психология профессиональной деятельности: психофизиологическое и психолого-педагогическое направления исследований (к 90-летию со дня рождения В. А. Бодрова // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 6. С. 92–98. doi: 10.31857/S020595920017746-6
- Конопкин О. А.* Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 5–12.
- Сборник практик в области профилактики социально-негативных явлений в молодежной среде. Казань: ГБУ «Республиканский центр молодежных, инновационных и профилактических программ „Навигатор“», 2023.
- Фишер Р., Юри У., Паттон Б.* Переговоры без поражения. Гарвардский метод. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2012.
- Follett M.* Dynamic Administration. N. Y.–London: Harper & Br., 1942.

## **Психологические функции образа личности писателя в текстах художественных произведений и сетевой коммуникации**

*А. А. Чуганская*

Федеральный исследовательский центр «Информатика и управление» РАН,  
Москва

Статья посвящена рассмотрению психологических функций и составляющих, которые характеризуют смысловые и эмоциональные компоненты художественных текстов (на примере произведений Н. С. Лескова) и современных описаний жизненных ситуаций (в рамках сетевого общения). Цель исследовательской работы состояла в систематизации некоторых положений психологии искусства в их связи с социально-психологическими функциями коммуникации и в их раскрытии на материале творчества Н. С. Лескова и современных авторов сетевого общения. Задача состояла в выявлении возможной теоретической и методологической (труды Л. С. Выготского, Е. Я. Басина и др.) базы для обоснования этапов создания художественного произведения (формирование «художнического Я» и «художественного Я») и связующего звена между ними – художественной формы. Эти положения находят отражение в приводимых примерах описания жизненных ситуаций в рамках сетевого общения и особенностях жанровой составляющей интернет-дискуссий.

*Ключевые слова:* психология искусства, сетевая коммуникация, Н. С. Лесков, личность.

Развитие культуры во многом связано с внутренним миром самого человека, с развитием его личности и как творца, и как слушателя. Как отмечает Л. И. Анцыферова, «сам факт присутствия другого человека, к которому „я“ могу обратиться с тем или иным высказыванием, предполагает определенное отношение со стороны „меня“» (Анцыферова, 1981, с. 191). Сильное воздействие на читателей оказывают те поэты и писатели, которые способны воплощать в создаваемых образах глубокий психологизм.

В процессе развития психологической науки происходит ее дифференциация на различные отрасли: социальную психологию, психологию личности, организационную психологию и др., в том числе психологию искусства, одной из основополагающих работ которой стала одноименная книга Л. С. Выготского (Выготский, 1987). Вслед за Е. Я. Басиным, Л. С. Выготский рассматривал творчество с точки зрения личностного подхода. При создании произведения фор-

мируются два воплощения авторского Я в тексте: «художническое Я» и «художественное Я» (Басин, 1985). Связующим звеном между ними является художественная форма, которая в современной лингвистике связана с жанровой составляющей текста. Для иллюстрации этих функций личностного воплощения Я обратимся к двум исторически различным с точки зрения коммуникативной формы периодам: творчеству Н. С. Лескова, одного из представителей русской прозы XIX в. (Видуэцкая, 2000), и текстам авторов социальных сетей как ярких представителей субъектов коммуникации в современном процессе общения (Кузьмина, 2014).

При создании художественного произведения автор создает обобщенный образ художественного героя. Он вживается в образы, которые в литературоведении называются прототипами (Берхин, 1981). Все это способствует уже не простому восприятию читателем действительности, а ее переживанию, в основе которого лежит вживание, превращение образа действительности в «Я-действительность». Для того чтобы создать такой образ, автору необходимо выстроить произведение в определенной жанрово-композиционной форме. «Я-язык» становится компонентом «художнического Я» (Басин, 1985). В своих произведениях Н. С. Лесков что-то рассказывает читателю. Для создания такого эффекта он употребляет поговорки, устаревшие слова, придумывает новые (Лесков, 1996). В сетевых дискуссиях это представлено аффективно окрашенными высказываниями, сильными эмоциональными словами и пунктуацией, так как общение ограничено коротким письменным разговорным жанром (Хаджихалилович, 2014).

Когда художник вживается в образ, он тут же выявляет его отличительные черты. В процессе взаимодействия двух подсистем «художнического Я», предметной и языковой, образуется художественная идея (Басин, 1985). В произведениях Н. С. Лескова разговорная речь как составляющая языковой подсистемы и главные герои определяют художественную идею (Лесков, 1996). Автор повествует о жизни русского народа, из чего в дальнейшем складывается картина судьбы всей России.

Следует выделить такую психологически обусловленную особенность действий автора как личности, как взаимодействие с произведениями других авторов в форме внутренней рефлексии. Вживаясь в другие «художнические Я», он синтезирует их в своей личности, формируя неповторимость собственной художественной индивидуальности. Такой процесс взаимодействия автора с другими произведениями приводит к формированию в структуре своей личности «Я другого автора». По композиционно-сюжетной структуре «Очаро-

ванный странник» Н. С. Лескова похож на «Мертвые души» Н. В. Гоголя (Лесков, 1973). В обоих произведениях главные герои (Флягин у Н. С. Лескова и Чичиков у Н. В. Гоголя) путешествуют по всей России. Именно это способствует созданию более точного и целостного представления о стране и народе. В сетевом общении это достигается за счет построения открытого диалога и комментирования (Хаджихалилович, 2014).

Автор текстов как создатель жанровой картины представлений выполняет в обществе определенную социальную роль. Такая роль выражает отношение автора к своей профессиональной деятельности и формирует личностный смысл его творчества. Усвоение этой социальной роли предполагает психологическую способность к сопереживанию. Создавая свои произведения, автор, сознательно или не осознавая, идентифицирует себя с адресатом – критиком, читателем. Это приводит к формированию «Я-адресата» (Басин, 1985). Адресат играет важную роль в произведениях Н. С. Лескова. Он постоянно держит читателя в предвкушении интересных событий и неожиданных поворотов сюжета. Кроме адресата, автор предполагает высшего наадресата, который принимает различные формы: абсолютная истина, народ, суд человеческой совести, суд истории и другие. Исходя из уже рассмотренных составляющих художественной идеи в произведениях Н. С. Лескова (Лесков, 1996), в них народ является наадресатом.

Художественная форма – это особый способ организации духовного содержания созданного образа и его материального воплощения. В художественной форме выделяют уровни «внешней» и «внутренней» формы (Басин, 1985). «Внутренняя» форма состоит из трех элементов. Во-первых, в каждом образе отражается действительность. Вследствие этого предметная форма как один из элементов «внутренней» формы является базовым элементом. Во-вторых, исходя из главной функции искусства – эстетической оценки, эстетический элемент является основным. Через него реализуется трагическое, лирическое и т. п. восприятие и воссоздание мира в искусстве (Выготский, 1987). В-третьих, специфической для искусства как особого рода деятельности является композиционная форма.

Произведения Н. С. Лескова в основном представлены в виде «рассказа в рассказе» («Тупейный художник», «Очарованный странник», «Железная воля» и другие) (Зубарева, 2001). Это убеждает читателя в достоверности описываемых событий, так как повествование идет как бы от непосредственного участника этих событий.

«Внешняя» форма – это материальная форма, связанная с выражением содержания образа. «Внешняя» форма подразделяется на два

уровня. Во-первых, базовым уровнем во «внешней» форме является коммуникативный. Основой коммуникативного уровня в литературе является сюжет. Во-вторых, способность выявить смысл образа обеспечивает эстетический уровень.

Доминирующая роль в художественном творчестве принадлежит предметному и коммуникативному уровням. Это определяется необходимостью связи произведения с реальностью. Для содержания образа важно наличие эстетического уровня, определяющегося предметным и композиционным уровнями. Путем взаимодействия композиционного, коммуникативного и эстетического уровней создается «одушевленность». Таким образом, внешние и внутренние уровни художественной формы отражают всю глубину произведения писателя.

В творчестве личность художника «сливается» с образом в целое. Личностный подход — это целостный подход. Он предполагает взаимодействие личности и художественного образа (Выготский, 1987). С этой точки зрения важнейшей задачей психологии художественного творчества является анализ взаимодействия Я и формы. Художественная форма осуществляет по отношению к образу и автору три основные функции: абстрагирование, конкретизацию и индивидуализацию.

Функция абстрагирования заключается в обособлении, идеализации. «Художественное Я» становится объективным, теоретическим, т. е. выходит за рамки эгоистических личных интересов и проявляется как заинтересованность в реальности. В сетевой коммуникации она почти не представлена либо отличается жанровым своеобразием (Кузьмина, 2014).

Реальное Я художника и его «художественное Я» неразрывно связаны, между ними идет постоянный обмен (Басин, 1985). В сетевом общении это характеризует различие личности и субъекта коммуникации как пользователя форума или сети. В каждый исторический период искусство выступает в различных образах (классицизма, романтизма, реализма и т. п.), обладает определенными национальными особенностями, принадлежит к социальному классу, слою и т. п. Это обуславливает конкретизацию.

Функции абстрагирования, конкретизации и индивидуализации — это социальные и культурные параметры художественной формы. Цель Н. С. Лескова, которую он преследовал при описании событий и действий героев, заключалась в изображении реального мира на основе рассказов других людей и документов, в отражении основных проблем эпохи.

Художественная форма обладает способностью преобразовывать накопленный автором жизненный опыт, потому что она представля-

ет определенный итог художественной общечеловеческой практики (Басин, 1985). Особенность функции завершения в том, что художественная форма проявляется как естественное явление, так как при создании произведения играют роль еще и эмоции автора.

Художественная эмоция – это сопереживание воображаемому герою (Басин, 1985). Итог сопереживания в психологии называется катарсисом. Если рассмотреть механизм катарсиса в творчестве, то он выглядит особым образом. Автор художественного произведения, установив общение с воображаемым героем, которое одновременно выступает как опосредованное общение с самим собой, идентифицирует себя с ним, с его поступками или внутренними свойствами. Это открывает возможность для осмысления воображаемого героя, которое выступает и как художественное осмысление самого себя. Сопереживая герою, автор сопереживает самому себе, своим самым острым и насущным эмоциям. Эти чувства накладываются друг на друга: свое житейское чувство переживается как чувство другого, житейское переживание «очищается», автор обретает художественное наслаждение. В механизме катарсиса, как считал Л. С. Выготский, находит отражение сама сущность искусства (Выготский, 1987). Чаще всего такой эмоциональный эффект в сетевом общении связан с выражением агрессии, которая при отсутствия физического контакта может быть реализована в максимальной интенсивности на уровне текста.

«Творческое Я» в процессе вживания автора в форму порождается и одновременно выражается. Выражение «творческого Я» («художественного» и «художнического») в этой форме придает ей особое качество: она становится художественно выразительной. Подлинный художник может вживаться во все уровни формы. Следуя принципам определенного художественного метода, направления, автор вживается в разные уровни формы с различной силой (Басин, 1985). Особенности художественного стиля, с точки зрения психологии, объясняются еще и тем, какой психологический компонент субъекта оказывается наиболее активными в сопереживании: аффективный (эмоции, чувства) или интеллектуальный (мышление, воображение). Эти же компоненты, эмоциональный и когнитивный, наиболее характерны для сетевой коммуникации при комментировании.

Особое место в выразительной форме занимает образ автора. Этот образ содержит в себе некоторые отличительные черты персонажей произведения, присущие самому автору, и его отношение в данном произведении к своим героям. Н. С. Лесков заставляет задуматься, но не навязывает своего мнения (Видуэцкая, 2000).



Рассматривая весь процесс создания произведения или текста, можно прийти к выводу о том, что психологические функции, связанные с выражением образа автора, близки в текстах художественных сочинений и сетевой коммуникации. Столь сложное взаимодействие личности автора текста с реальностью и отражение этого в произведениях оправдывает предположение некоторых ученых о сходстве между процессами творчества и возникновением фантазий. Таким образом, творчество автора представляет собой сложную систему различных психологических факторов.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Психология формирования и развития личности / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1981.
- Басин Е. Я.* Психология художественного творчества (личностный подход). М.: Знание, 1985.
- Берхин Н. Б.* Общие проблемы психологии искусства. М.: Знание, 1981.
- Видуэцкая И. П.* Николай Семенович Лесков. М.: Изд-во МГУ, 2000.
- Выготский Л. С.* Психология искусства / Под ред. М. Г. Ярошевского. М.: Педагогика, 1987
- Зубарева Е. Ю.* Н. С. Лесков // Русская литература XIX–XX вв.: В 2 т. Т. 1: Русская литература XIX в. / Сост. и науч. ред. Б. С. Бугров, М. М. Голубков. М.: Изд-во Моск. унт-та, 2001.
- Кузьмина Е. В.* К вопросу о жанровом разнообразии текстов интернет-коммуникации // Вестник Московского университета. Сер. 19. «Лингвистика и межкультурная коммуникация». 2014. № 2. С. 159–165.
- Лесков Н. С.* Повести. Рассказы. М.: Художественная литература, 1973.
- Лесков Н. С.* Полное собрание сочинений: В 30 т. Т. 1. М.: Терра, 1996.
- Хаджихалилович С. С.* Стилистические особенности интернет-коммуникации // Коммуникативные исследования. 2014. № 1. С. 58–62.

### Личность человека в условиях манипуляционного воздействия

*Д. В. Юрчук*

Донецкий государственный университет, Донецк

Психологическая манипуляция оказывает разрушительное влияние на личность человека. В исследованиях данной проблемы подтверждено, что под манипулятивным воздействием социальное восприятие человека деформируется. Отдельно в изучении данного вопроса анали-

зировались факторы, способствующие подверженности манипуляции. В проведенном нами исследовании не подтвердилось, что особенности мышления и ценностно-смысловой сферы личности являются фактором такой подверженности. Факторами подверженности манипуляционному воздействию оказались: опора на использование эмоций в их информативной функции, самоуверенность в межличностных отношениях и повышенная готовность к действию. Ответственность — волевой контроль над собственной позицией в межличностных отношениях — наоборот, является фактором устойчивости к манипуляционным воздействиям.

*Ключевые слова:* психологическая манипуляция, оперирование информацией, скрытость воздействия, мишени воздействия, роботизация, подверженность манипуляции, устойчивость к манипуляции.

Психологическая манипуляция — это тип социального воздействия, целью которого являются изменение в интересах манипулятора восприятия других людей (социального восприятия) при помощи скрытой, обманной тактики. Психологическая манипуляция оказывает разрушительное влияние на личность человека. Под воздействием манипуляции нарушается личностная целостность, создается нужная манипулятору социально-психологическая установка, формируются изменения в ценностно-смысловой сфере личности. Главная проблема психологической манипуляции заключается в том, что это скрытое воздействие, поэтому часто факт такого воздействия и причиняемый им вред не осознаются. Поступок, совершенный под воздействием манипулятора, переживается как урок собственной ошибки. Манипулятор при этом остается в стороне, ускользая от ответственности, но иногда и выступает в роли обвиняемого.

Согласно Е. Л. Доценко, манипуляционное воздействие как в сфере межличностных отношений, так на уровне манипуляции массовым сознанием имеет ряд основных составляющих:

- оперирование информацией варьируется от откровенной лжи до частичной дезинформации и утаивания; один из основных признаков психологической манипуляции — это наличие двойного воздействия: наряду с произносимым вслух высказыванием, отправитель имеет конкретные ожидания относительно действий партнера, но не говорит о них;
- сокрытие факта манипулятивного воздействия, с одной стороны, и сокрытие намерений манипулятора — с другой (наиболее тщательно скрываются именно намерения);

- средства принуждения – сила властных структур или средств массовой информации, воздействующих с различной степенью, скрыто или явно оказывая силовое давление.
- мишени воздействия – это те психические структуры, на которые оказывается воздействие со стороны манипулятора: влечения человека, его потребности или агрессивные устремления; более «продвинутые» способы манипулирования предполагают предварительное изготовление мишеней в форме мнений, желаний и закрепление их в массовом или индивидуальном сознании;
- роботизация человека заключается в опоре на наличие запрограммированных действий в ответ на воздействие; используются стереотипы, существующие в сознании людей (Доценко, 1997).

В нашем исследовании мы решили выяснить, как манипуляционное воздействие влияет на социальное восприятие человека и какие личностные качества свойственны лицам, более других подверженным данному воздействию, а какие способствуют устойчивости к психологической манипуляции.

### **Программа и методы исследования**

*Цель:* исследование личности человека в условиях манипуляционного воздействия.

*Объект:* манипуляция как психологический феномен.

*Предмет:* личность человека в условиях манипуляционного воздействия.

*Гипотезы:* 1. Манипуляционное воздействия деформирует социальное восприятие человека. 2. Особенности мышления, эмоционально-волевой и ценностно-смысловой сфер личности играют существенную роль в ее подверженности или устойчивости к манипуляционному воздействию.

Эксперимент проводился на базе Донецкого государственного университета, в онлайн-режиме. В исследовании приняли участие 102 человека, студенты и выпускники университета. Возраст испытуемых – 17–49 лет. Численность экспериментальной группы составила 77 человек, контрольной – 25. Для эксперимента нами была разработана схема манипуляционного воздействия, в которой реализовывалась цель изменения восприятия личности другого человека по фотографии путем предоставления о нем недостоверной негативной информации. Скрытие факта воздействия обеспечивалось путем легенды: испытуемым объясняли, что они участвуют в исследовании стереотипов восприятия мужчин и женщин («Исследование гендерных особенностей стереотипов восприятия»).

Испытуемым давался список из 15 личностных качеств, из которых необходимо было выбрать 5 личностных качеств, присущих, по их мнению, человеку, изображенному на фото. Фотографии людей демонстрировались поочередно, на них были изображены мужчины и женщины лет тридцати, которые объективно выглядели «порядочными людьми». На описание давалось 1,5 минуты. Манипуляторное воздействие заключалось в том, что на пятом фото был показан мужчина, который перед этим был на первом фото, однако теперь над фотографией была надпись: «Мужчина, употребляющий наркотики». Экспериментатор также произносил вслух: «Есть информация о том, что этот мужчина употребляет наркотики». Воздействие проходило в форме «ненавязчивого» принуждения, с использованием ситуативной власти экспериментатора. Мишенью воздействия выступал существующий в сознании людей стереотип человека, употребляющего наркотики, с отрицательными качествами (лживость, эгоистичность и др.). Предполагалось, что, получив информацию о том, что мужчина употребляет наркотики, произойдет деформация социального восприятия. В контрольной группе испытуемым также повторно демонстрировался мужчина, который был изображен на фото № 1, однако без всяких комментариев.

Количество личностных качеств, которые не совпадали при повторном описании, нами принималось как показатель подверженности психологической манипуляции.

Диагностика личностных особенностей испытуемых проводилась с помощью следующих методик:

- «Выделение существенных признаков» С. Я. Рубинштейн – для оценки способности дифференцировать существенные признаки явлений, результат выражается как определение преобладающего стиля мышления: конкретное или абстрактное (Рубинштейн, 2010);
- методика Н. Холла для оценки эмоционального интеллекта в адаптации Е. П. Ильина – определяет способность человека распознавать эмоции других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей (Ильин, 2011);
- «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера в адаптации Е. Г. Ксенофонтовой; уровень субъективного контроля – это личностная характеристика, описывающая то, в какой степени человек ощущает себя активным субъектом собственной деятельности, а в какой – пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств (Ксенофонтова, 1999);

- опросник терминальных ценностей (ОТеЦ) в адаптации И. Г. Сенина – позволяет оценить выраженность восьми терминальных ценностей, по М. Рокичу, и их представленность в различных сферах жизни человека (Сенин, 1991).

Взаимосвязь между результатами нашего эксперимента и результатами психодиагностики определялась с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

В экспериментальной группе были выявлены значительные изменения при повторном описании мужчины после того, как он стал объектом «дискредитации». Во время первого описания в целом по группе наиболее часто встречались такие личностные качества как решительность (47 раз), целеустремленность (46), ответственность (40). После манипуляционного воздействия наиболее часто встречались такие личностные качества, как агрессивность (58 раз), лживость (56), эгоистичность (47), трусливость (45). В контрольной группе при первом и повторном описании наиболее часто встречались практически одни и те же (положительные) личностные качества. В экспериментальной группе несовпадения в описании в среднем составили 62%, а в контрольной группе 22%. Среди личностных качеств, которые не совпали при повторном описании, в экспериментальной группе большинство (83%) были отрицательными, а в контрольной группе большинство (61%) были положительными. В экспериментальной группе при повторном описании лишь у 5% испытуемых описания полностью совпали, они проявили устойчивость к манипуляционному воздействию. У 95% испытуемых были зафиксированы несовпадения при повторном описании. В 99% случаев эти несовпадения имели в своем составе хотя бы одно отрицательное личностное качество. В 56% случаев несовпадения имели в своем составе только отрицательные личностные качества. Таким образом, в результате манипуляционного дискредитирующего воздействия испытуемые стали характеризовать мужчину, используя в большей мере отрицательные личностные качества. Социальное восприятие деформировалось, и испытуемые стали смотреть на человека через призму полученной информации. Они стали видеть в нем опасность, описывая его как агрессивного, эгоистичного и лживого, а также отмечали в нем отсутствие решительности и уверенности в себе (что противоречило приписыванию агрессивности). Испытуемые часто отмечали, что в ситуации манипуляционного воздействия чувствовали растерянность, возникало ощущение спутанности мысли, «ступор», т. е. как бы блокировка познавательных процессов.

Как показатель степени податливости манипуляционному воздействию мы использовали количество несовпадений характеристик человека во втором его описании, после подачи дискредитирующей человека информации. Какие личностные свойства способствовали большей податливости воздействию? Нами была выявлена взаимосвязь между подверженностью к манипуляционному воздействию и эмоциональной осведомленностью (показатель из теста Холла на эмоциональный интеллект;  $p \leq 0,01$ ). Большая подверженность манипуляционному воздействию в данном случае объясняется, на наш взгляд, тем, что «эмоционально осведомленный» человек при оценке ситуации в большей мере опирается на эмоциональное отношение к ней, а не на логические рассуждения. Эмоциональная реакция происходит автоматически, и именно на этот автоматизм рассчитывает манипулятор.

Была выявлена связь подверженности к манипуляционному воздействию с показателем компетентности в сфере межличностных отношений (методика «Локус контроля»;  $p \leq 0,01$ ). Считать себя компетентным в межличностных отношениях не значит являться таковым на самом деле. Самоуверенность в данном случае играет роль усыпителя бдительности, она снижает готовность противостоять новым вызовам. Не исключено также, что «компетентность в межличностных отношениях» — это такая зависимость от отношений, которая мешает от них отстраняться при необходимости. Также была выявлена связь подверженности манипуляционному воздействию с показателем готовности к деятельности (методика «Локус контроля»;  $p \leq 0,05$ ). Манипулятор лишь подталкивает к действиям, которые выполняет адресат за счет своей энергии и готовности к действию. Чем выше готовность к действию у адресата манипуляции, тем больше вероятность того, что он совершит действие в угоду манипулятору.

С другой стороны, устойчивость к манипуляционному воздействию оказалась связанной с показателем ответственности в сфере межличностных отношений ( $p \leq 0,05$ ). Это объясняется тем, что склонность брать на себя ответственность в сфере межличностных отношений является субъектной позицией, дающей возможность выбора определенной линии поведения во время взаимодействия. Это личностное свойство является противоположным автоматической реакции, на которую возлагают надежды манипуляторы, является ключевым фактором в противостоянии психологической манипуляции.

По методике «Выделение существенных признаков» и опроснику терминальных ценностей (ОТеЦ) значимых связей с подверженностью манипуляции выявлено не было.

В результате проведения эксперимента нами было подтверждено, что под воздействием психологической манипуляции социальное восприятие человека деформируется. При этом особенности мышления и ценностно-смысловой сферы личности не являются существенными факторами подверженности манипуляционному воздействию либо устойчивости к нему. Выявлено, что способствующими этому факторами являются чрезмерная опора на эмоции в их информативной функции, компетентность в межличностных отношениях (и, возможно, самоуверенность относительно такой компетентности) и готовность к действию. Ответственность – волевой контроль над собственной позицией в межличностных отношениях – следует признать важным фактором устойчивости к манипуляционному воздействию.

### Литература

- Доценко Е. Л.* Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. М.: Черо, 1997.
- Ильин Е. П.* Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2011.
- Ксенофонтова Е. Г.* Исследование локализации контроля личности – новая версия методики «Уровень субъективного контроля» // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 2. С. 103–114.
- Рубинштейн С. Я.* Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике. М.: Апрель-Пресс, 2010.
- Сенин И. Г.* Опросник терминальных ценностей. Ярославль: Содействие, 1991.

### Ролевой эталон оценивания личности: перспективы исследования

*А. П. Якунин\**, *Т. И. Короткина\*\**

\* Центр делового сотрудничества «Потенциал», Санкт-Петербург

\*\* Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов,  
Санкт-Петербург

Целью исследования является обоснование построения программ теоретического и эмпирического характера в изучении ролевого эталона оценивания личности как одного из видов эталонов оценивания в процессе социального познания. На основе теоретико-методологических идей Л. И. Анцыферовой и Б. Ф. Ломова проводится обоснование изучения ролевого эталона оценивания личности в онтологическом и гносеоло-

гическом планах исследования. В онтологическом плане исследования предлагается установление соотношения групп ролей, приписываемых личности человека. С позиции гносеологического плана исследования предлагается рассматривать проблему ролевого эталона оценивания в аспекте формирования его человеком в одном из двух качеств субъекта познания: субъекта интерпретации или субъекта объяснения.

*Ключевые слова:* социальное познание, ролевой эталон оценивания личности, роли, теория, программы исследования.

Актуальность проведения данного исследования связана с отсутствием в отечественной социальной психологии планомерных и целенаправленных теоретических и эмпирических исследований ролевого эталона оценивания личности как одного из видов эталонов оценивания личности другого человека или группы людей познающим человеком или группой людей в процессе социального познания. Отсутствие научного знания о представленности в сознании людей, принадлежащих к различным социальным группам, представлений о ролях личности членов «своей» или «чужой» социальной группы является существенным пробелом в решении теоретических и прикладных проблем в области психологии социального познания, социально-психологического тренинга и отраслевых прикладных направлений социальной психологии.

Важнейшей характеристикой научного исследования объекта является построение двух планов исследования, а именно: онтологического и гносеологического (Ломов, 1984; Панферов, 2009). Исследование объекта в онтологическом плане есть изучение его феноменологии, тогда как в гносеологическом плане – определение механизмов возникновения данного объекта (Панферов, 2009). Перечисленные характеристики психологической теории выступили обоснованием постановки следующих задач: 1) анализ проблемы изучения эталона оценивания как элемента психологии социального познания в отечественной социальной психологии; 2) построение программ изучения ролевого эталона оценивания личности в рамках онтологического и гносеологического планов исследований. Целью является теоретическое обоснование построения программ теоретического и эмпирического характера в исследовании ролевого эталона оценивания личности как одного из видов эталонов оценивания в процессе социального познания. Методологическими основаниями проведения исследования стали положения следующих принципов: принципа субъекта, принципа развития, принципа жизнедеятельности, принципа единства сознания и деятельности.



С 1960-х годов исследования А. А. Бодалева и его сотрудников (Бодалев, 1970) положили начало комплексному изучению проблем восприятия и познания человеком человека или группы лиц в отечественной психологии. С начала 1970-х годов исследованием данных проблем стала заниматься Г. М. Андреева со своими сотрудниками (Андреева, 1999). В. Н. Панферовым была разработана теоретическая схема психологической структуры познания человеком человека или группы лиц (Панферов, 2009). Данная схема, обобщавшая накопленный эмпирический опыт исследований группы А. А. Бодалева, закрепляла следующие положения о познании человеком человека или группы лиц, а именно: 1) познание человеком другого человека начинается с восприятия объектных характеристик познаваемого человека (физический облик, возраст, пол, этнос, вид деятельности, роль и т. д.); 2) на восприятие другого человека в ходе познания влияют субъектные характеристики познающего человека (возрастные, гендерные, этнические, профессиональные и т. д.); 3) результатом познания человеком человека является эталон оценивания личности, в котором зафиксированы устойчивые оценки о возрастных, половых, этнических, классовых, профессиональных и т. д. субъектных характеристиках познаваемого человека и который регулирует последующее социальное познание об этом человеке (Панферов, 2009). Таким образом, под понятием «эталон оценивания личности» в отечественной социальной психологии стали признавать результат познания человеком человека или группы лиц, который регулирует последующее познание этим человеком другого человека или группы лиц. Для нашего исследования важно, что предметом исследований стал не только сам эталон оценивания личности, но его структурные составляющие, а именно устойчивые оценки возрастных, половых, этнических и т. д. признаков личности человека. Начали проводиться комплексные исследования этих конкретных оценок, что стало основанием теоретического определения частных видов эталона оценивания личности, изучения представленности этих частных эталонов в сознании познающего человека и их функций в процессе социального познания. Примерами реализации комплексного изучения частных эталонов оценивания могут служить исследования В. А. Лабунской и А. В. Микляевой, в которых представлены результаты теоретического анализа эмпирических исследований онтологии и гносеологии двух частных видов эталона оценки личности, а именно: эталонов оценивания невербального поведения человека (Лабунская, 1999) и возрастных эталонов оценивания (Микляева, 2014). Таким образом, возникла актуальная необходимость приступить к комплексному подходу в исследовании

ролевого эталона оценивания личности человека, которая получила свое воплощение в диссертационном исследовании одного из соавторов (Якунин, 2017). Под ролевым эталоном оценивания личности мы понимаем частный вид межличностного эталона оценивания, формируемого в ходе взаимодействия человека с другими людьми и отображающего результат восприятия и познания роли как объектного признака личности человека, исполнения этой роли и информации об этой роли. По причине слабой эмпирической разработанности решения данной проблемы мы выдвигаем предварительное определение ролевого эталона оценивания личности.

Впервые в социальной психологии был научно обоснован и представлен комплексный подход к исследованию ролевого эталона оценивания подростками личности взрослого человека. Было показано, что феноменологически ролевой эталон подростков о личности взрослого человека имеет следующее соотношение социальных и межличностных ролей, приписываемых личности взрослого человека: 73,25% к 26,75%. Такое соотношение приписываемых подростками взрослому человеку ролей подтверждает общепризнанное понимание зависимости подростков от конкретных взрослых людей. С другой стороны, незначительный процент приписывания межличностных ролей личности взрослого человека, что получило свое подтверждение на втором этапе исследования (Якунин, 2017), указывает на низкий уровень взаимопонимания между подростками и взрослыми людьми как представителями двух больших социально-возрастных групп. Таким образом, в онтологическом плане исследования ролевого эталона оценивания личности научно перспективным и важным становится изучение соотношения ролей, приписываемых членами конкретных социальных групп (больших и малых) представителям «своей» и «чужой» группы. Принимая во внимание наличие только одной работы по данной проблеме, мы не будем перечислять возможные варианты программ исследований ролевого эталона оценивания личности представителями одних групп в отношении представителей других групп, так как их число огромно, но все они требуют своей реализации.

Необходимо остановиться на методологических аспектах основания классификации ролей при изучении содержания ролевого эталона оценивания. В настоящее время можно выделить три основания для классификации ролей, а именно: 1) генетическое (разделение ролей на социальные и межличностные); 2) социологическое (социально одобряемые и социально неодобряемые роли и т. д.); 3) психологическое (сформированность субъективных представлений о ролях, мера мотивации, успешность исполнения роли и т. д.). Существенно,

что второе и третье основание классификации требуют предварительного исследования по установлению его наличия, тогда как первое дает возможность непосредственного проведения контент-анализа полученного эмпирического материала.

На следующем этапе исследования выявленных в содержании ролевого эталона оценивания личности тех или иных групп ролей выступает анализ содержания не только индивидуальных представлений об этих ролях, но и социальных представлений об этих ролях, как образов больших социальных групп, членами которых являются участники исследования. Существенным методологическим аспектом данного этапа исследования становится проблема «единицы анализа» содержания индивидуальных и социальных представлений. В проведенном ранее исследовании было показано, что такой «единицей» является функция роли. Надо отметить, что измерение содержания представлений о роли по качествам личности недопустимо, так как качество личности есть свойство статуса, а не роли (Панфёров, 2009). Смешение «единиц» измерения с роли на статус приводит к неточному знанию о феноменологии индивидуального или социального представления о роли.

Так, на наш взгляд, можно в целом обозначить подход к исследованию ролевого эталона оценивания личности в онтологическом плане. Безусловно, мы не ограничиваем авторов потенциальных исследований в методах сбора информации (опрос, интервью, беседа) и в методах обработки данных.

Гносеологический план исследования ролевого оценивания личности требует более углубленной проработки, поскольку вопрос о механизмах формирования эталона остается не до конца раскрытым. Но самой сложной является проблема детерминации содержания данного эталона оценивания. Л. И. Анцыферова ставила данный вопрос как проблему взаимной детерминации деятельности и сознания человека и обратную детерминацию деятельности психическим (Анцыферова, 1969). Если развивать идеи Л. И. Анцыферовой, то, как было представлено ранее, социальное познание как вид деятельности структурно состоит из двух способов, а именно: интерпретации и объяснения (Якунин, 2018). Интерпретация как способ осуществляется посредством социального стереотипа об объекте познания, тогда как объяснение реализуется на основе теоретической модели объекта познания (Якунин, 2018). Исходя из положений принципа субъекта, необходимо понимать, что имеется два качества субъекта познания: субъект интерпретации и субъект объяснения. Таким образом, становится очевидным формирование программы исследования формиро-

вания и развития ролевого эталона оценивания в связи с указанными качествами индивидуального субъекта. Существенен вопрос о том, на каком основании происходит формирование содержания данного вида эталона оценивания: на социальном стереотипе (субъект интерпретации) или на теоретической модели (субъект объяснения). Не менее важным становится проблема детерминации форм объективации потенциала конкретного человека (действия, поступки, внешний облик, поведение, деятельность, межличностные отношения) ролевым эталоном оценивания. Безусловно, не должны оставаться в стороне вопросы возрастных особенностей психологии человека, влияющих на формирование этого вида эталона оценивания. При решении данной проблемы становятся актуальными метод продольных срезов и лонгитюдный метод как основные методы определения возрастных особенностей психологии человека. В целом, надо повторить, что гносеологический план исследования ролевого эталона оценивания личности человека требует теоретической разработки для установления более точного прогноза, необходимого для практических целей и задач.

### Литература

- Андреева Г. М.* Социальное познание: проблемы и перспективы. М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: НПО «Модэк», 1999.
- Анциферова Л. И.* Принцип связи сознания и деятельности и методология психологии // Методологические и теоретические проблемы психологии / Отв. ред. Е. В. Шорохова. М.: Наука, 1969. С. 57–117.
- Бодалев А. А.* Формирование понятия о другом человеке как личности. Л.: Изд-во ЛГУ, 1970.
- Лабунская В. А.* Экспрессия человека: общение и межличностное познание: Учеб. пособие. Ростов-на-Дону: Феликс, 1999.
- Ломов Б. Ф.* Теоретические и методологические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
- Микляева А. В.* Психология межвозрастных отношений. М.: Перо, 2014.
- Панферов В. Н.* Психология человеческих отношений: Избранное. СПб.: АНО ИПП, 2009.
- Якунин А. П.* Категория «индивидуальный субъект» и теория социального познания // Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности / Отв. ред. В. В. Знаков, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 185–191.
- Якунин А. П.* Социальные представления о ролях взрослого человека у подростков: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2017.

## РАЗДЕЛ 5

# ЛИЧНОСТЬ В НОВЫХ УСЛОВИЯХ. ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ И СРЕДЫ

### Личностные факторы выбора избегаемых возможных Я у молодежи

*А. В. Баранова*

Рязанский государственный медицинский университет  
им. академика И. П. Павлова, Рязань

Представлены результаты исследования, посвященного выбору избегаемых возможных Я у молодежи. Всего в нем приняли участие 205 студентов, средний возраст 19 лет ( $M = 19,05$ ;  $SD = 0,77$ ). Выделены личностные факторы выбора для сфер свободного времени, реализованности, социальных отношений и личностной сферы. Показано, что имеются специфические особенности выбора избегаемых возможных Я для разных сфер жизни личности: выбор в личностной сфере продиктован независимой, активной позицией личности, в сфере свободного времени – самостоятельностью и стремлением к новому; выбор в сфере социальных отношений может быть продиктован замкнутостью, нереалистичными представлениями о других субъектах общения и их отношении к себе; в сфере реализованности выбор согласуется с направленностью на собственные интересы, стремлением к контролю.

*Ключевые слова:* возможные Я, Я-концепция, избегаемые возможные Я, личностные особенности, субъектность, пятифакторный личностный опросник, трансситуативные ориентации.

В психологии личности активно разрабатывается направление, предлагающее взгляд на личность как на саморазвивающуюся активную систему, взаимодействующую с таким же изменчивым и непостоян-

ным миром, что обуславливает интерес к более динамичным ее образованиям и рассмотрению связи с категорией возможного, представляющего изменчивую сторону объективной и субъективной реальности.

Применение категории возможного в исследовании психологических особенностей личности осуществимо через использование конструкта возможного Я. Возможные Я рассматриваются нами как динамичное образование Я-концепции, которое возникает и существует в настоящем, испытывает влияние социокультурной среды, но проецируется на любое из времен и пространств личности и включает в себя проживание как бы нахождения в представляемых возможных условиях и сопутствующих этому изменений в самом себе. Несмотря на близость к другим компонентам Я-концепции, данный конструкт отличают высокая динамичность, зависимость от представления личностью собственных желаемых и избегаемых перспектив изменения, отсутствие привязки к какому-либо конкретному временному периоду при общей устремленности к еще не произошедшему.

Выбор возможных Я означает для личности субъективное проживание представляемой ситуации, предшествующий постановке и выбору цели отказ от альтернатив, не соответствующих личности по определенным критериям, и соотнесение представляемых вариантов со своими возможностями. На настоящий момент наблюдается потребность в уточнении личностных факторов, на основе которых осуществляется выбор возможных Я.

Поиск данных факторов проводился в рамках диссертационного исследования «Личностные факторы выбора возможных Я у молодежи». В данной части исследования цель состояла в определении факторов выбора избегаемых возможных Я – таких представлений о возможном себе, реализация которых для личности нежелательна. Задача исследования состояла в анализе факторов выбора личностью избегаемых возможных Я, относящихся к разным областям жизни. Нами было выбрано деление возможных Я по четырем сферам жизни, в соответствии с делением, предложенным А. Каррилло (Carrillo et al., 2019): «Личностная сфера», «Сфера свободного времени», «Сфера социальных отношений», «Сфера самореализации». Гипотеза исследования состояла в предположении, что выбор избегаемых возможных Я, относящихся к разным сферам жизни, будет основываться на разных личностных факторах.

Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет им. академика И. П. Павлова» Минздрава России (РязГМУ). В данной части исследования приняли участие 205 человек, из них 205 студентов 1–3 курсов меди-

цинских факультетов медицинского университета, 46 юношей и 159 девушек, средний возраст 19 лет ( $M = 19,05$ ;  $SD = 0,77$ ).

В качестве методов исследования использовался контент-анализ с целью распределения участников по группам, соответствующих сферам жизни (брался первый ответ респондента); психодиагностический метод, методы математико-статистической обработки (факторный анализ). В качестве методик использовалась авторская модификация структурированного интервью К. Хукер в переводе В. Ю. Костенко (Костенко, Гришутина, 2018), методика Е. Ю. Коржовой «Субъект-объектные ориентации личности», методика «Уровень развития субъектности личности» М. А. Шукиной, пятифакторный опросник личности в адаптации А. Б. Хромова, тест Т. Лири.

Для анализа по теме «Личностная сфера» использовались 12 переменных: общий показатель трансситуативной субъектности личности по методике Е. Ю. Коржовой, шкалы «Активность», «Автономность», «Самоценность», «Целостность» из методики М. А. Шукиной, пять основных факторов из пятифакторного личностного опросника, доминантность и дружелюбность реального Я теста Т. Лири. Методом максимального правдоподобия после варимакс-вращения было получено четыре фактора с 63,17% суммарной объясненной совокупной дисперсии. КМО и критерий Бартлетта равен 0,741, значимость — 0,000, критерий согласия статистически не значим ( $\chi^2 = 29,108$ ;  $p = 0,216$ ), что позволяет говорить о достаточности количества факторов для рассматриваемых переменных.

Были выделены факторы «Активная позиция» (27,916% объясненной совокупной дисперсии), «Личностная целостность» (15,465% объясненной совокупной дисперсии), «Общительность» (14,566% объясненной совокупной дисперсии), «Автономность» (5,224% объясненной совокупной дисперсии). Личность стремится к активному взаимодействию, ей свойственно четко обозначать свои границы взаимоотношений с окружающими, сохранять адекватную интегрированность в социальную среду без потери самости, строя дружелюбные отношения с другими, учитывая их особенности.

Таким образом, выбор в качестве избегаемых возможных Я тем, связанных с личностной сферой, обусловлен активной и автономной позицией личности, ее включенностью в социальные взаимоотношения в качестве равноправного, отдельного, самодостаточного человека.

Для анализа по теме «Сфера свободного времени» использовались семь переменных: показатели трансситуативного освоения мира и трансситуативной подвижности по методике Е. Ю. Коржовой, шкалы методики М. А. Шукиной «Автономность», «Самоценность»,

«Целостность», вторичный фактор «Обособленность/привязанность» из пятифакторного личностного опросника, доминантность реального Я теста Т. Лири. Методом максимального правдоподобия после варимакс-вращения было получено два фактора с 75,95% суммарной объясненной совокупной дисперсии. КМО и критерий Бартлетта равен 0,626, значимость – 0,022, критерий согласия статистически не значим ( $\chi^2 = 4,083$ ;  $p = 0,85$ ).

Для выбора избегаемых возможных Я, относящихся к сфере свободного времени, были выделены факторы «Самостоятельность» (52,256% объясненной совокупной дисперсии), «Стремление к новизне» (23,671% объясненной совокупной дисперсии). Человек исходит в своем поведении из собственных интересов и предпочтений, предпочитает новые жизненные ситуации и сам склонен их создавать, разделять их с другими, но действовать по своему усмотрению, независимо. Поведению, продиктованному данным фактором, свойственна переменчивость, человек предпочитает действовать в одиночку, в отрыве от других, пробовать что-то неизвестное, познавать окружающий мир.

Таким образом, выбор нежелательных вариантов, связанных со сферой свободного времени, в качестве избегаемых возможных Я продиктован самостоятельностью человека и стремлением к новизне, что опосредовано может говорить о внутриличностном конфликте: желании и боязни серьезных перемен в жизни.

Для анализа по теме «Сфера социальных отношений» использовались одиннадцать переменных: шкалы методики М. А. Шукиной «Автономность», «Опосредствованность», «Самоценность», «Целостность», пять основных факторов из пятифакторного личностного опросника, доминантность и дружелюбность реального Я теста Т. Лири. Методом максимального правдоподобия после варимакс-вращения было получено три фактора с 65,17% суммарной объясненной совокупной дисперсии. КМО и критерий Бартлетта равен 0,728, значимость – 0,000, критерий согласия статистически не значим ( $\chi^2 = 15,842$ ;  $p = 0,919$ ).

Были выделены факторы «Замкнутость» (26,221% объясненной совокупной дисперсии), «Нереалистичные ожидания от общения» (21,139% объясненной совокупной дисперсии), «Контроль в общении» (17,812% объясненной совокупной дисперсии). Человеку свойственно поведение независимое, направленное на свои интересы, в чем-то эгоистичное, транслирующее окружению общую незаинтересованность в социальных контактах при внешнем приветливом отношении к другим; свойственна также склонность действовать искренне, не подчиняясь условностям общества при осознании необходимости соблюдения его правил. Проявление эмоций в отношении окруже-



ния и взаимодействие с ним осознанно регулируются, что позволяет предполагать некоторые опасливые ожидания от действий или реакций окружения.

Таким образом, наличие опасений в виде избегаемых возможных Я, связанных со сферой социального взаимодействия, может объясняться присущей человеку замкнутостью, нереалистичными ожиданиями от общения с другими и стремлением к контролю себя и собственных эмоций в процессе общения.

Для анализа по теме «Сфера реализованности» использовались одиннадцать переменных: трансситуативные изменчивость, локус контроля, творчество по методике Е. Ю. Коржовой, шкалы методики М. А. Шукиной «Активность», «Самоценность», «Целостность»; вторичные факторы «Экстраверсия/интроверсия», «Импульсивность/самоконтроль», «Эмоциональная устойчивость/эмоциональная неустойчивость», «Практичность/экспрессивность» из пятифакторного личностного опросника, доминантность реального Я по тесту Т. Лири. Методом максимального правдоподобия после варимакс-вращения было получено четыре фактора с 61,4% суммарной объясненной совокупной дисперсии. КМО и критерий Бартлетта равен 0,691, значимость – 0,000, критерий согласия статистически не значим ( $\chi^2 = 18,24$ ;  $p = 0,374$ ).

Для выбора избегаемых возможных Я, относящихся к сфере самореализации, были выделены факторы «Направленность на свои интересы» (22,806% объясненной совокупной дисперсии), «Саморегуляция в общении» (16,02% объясненной совокупной дисперсии), «Изменчивость» (14,235% объясненной совокупной дисперсии), «Контролирование» (8,339% объясненной совокупной дисперсии). Человеку с такими выборами характерно стремление к самоизменениям и включению нового опыта в свою жизнь, высокая значимость регуляции собственного поведения во взаимодействии с окружением и в реакции на новый опыт, а также стремление всегда контролировать происходящее.

Таким образом, выбор избегаемых возможных Я, содержащих опасения в неуспешной реализации собственных возможностей, обусловливается направленностью на свои интересы и неучитыванием роли других людей в этом, стремлением к изменениям в наличествующей ситуации и управлению ими.

Итак, нами были получены специфические особенности выбора избегаемых возможных Я для разных сфер жизни личности. Выбор «Личностной сферы» в качестве избегаемого возможного Я продиктован независимой, активной позицией личности, ее самостоятельностью в построении социальных взаимоотношений, что объясняется не-

соответствием избегаемого возможного Я реальному Я. Выбор «Сфера свободного времени», в которую входят стиль жизни, возможность самостоятельно распоряжаться свободным временем и контролировать условия жизни, присущ людям самостоятельным, склонным к введению в жизнь нового, что может говорить о внутриличностном конфликте: желании и боязни серьезных перемен в жизни из-за опасения невозможности контролировать их. Выбор избегаемых возможных Я, относящихся к сфере социальных отношений, может быть продиктован замкнутостью, нереалистичными представлениями о других субъектах общения и их отношении к себе, а также склонностью к контролю, которая мешает принятию гибких установок в общении, открытости к их изменениям. Выбор избегаемых возможных Я, связанных с реализацией своих возможностей, согласуется с присущей человеку направленностью на собственные интересы, неучитыванием интересов других людей, стремлением к внесению контролируемых изменений в имеющуюся жизненную ситуацию.

### Литература

- Костенко В. Ю., Гришутина М. М.* Невозможное Я: предварительное исследование в контексте теории Хейзел Маркус // Пензенский психологический вестник. 2018. № 1. С. 126–148. doi: 10.17689/psy-2018.1.8
- Carrillo A., Rubio-Aparicio M., Molinari G., Enrique Á., Sánchez-Meca J., Baños R. M.* Effects of the best possible self intervention: A systematic review and meta-analysis // PLoS One. 2019. V. 14 (9). e0222386. doi: 10.1371/journal.pone.0222386

## **Особенности временной перспективы и суверенности психологического пространства у студентов-психологов с разным уровнем экзистенциальной исполненности**

*М. А. Блохина*

Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов,  
Санкт-Петербург

В статье рассматриваются характеристики временной перспективы и суверенности психологического пространства у студентов с разным уровнем экзистенциальной исполненности. Для студентов с низким уровнем экзистенциальной исполненности значительно ниже баллы по параметрам временной перспективы и суверенности психологического простран-

ва, однако доминируют в ответах неопределенность во времени и конфликтность в мотивационных показателях. Студентов со средним уровнем экзистенциальной исполненности отличает большая суверенность, стойкость и согласованность психологического пространства и всех его компонентов, более дифференцированным является ощущение времени, его характеристик. Примечательно, что из всей выборки высокий уровень экзистенциальной исполненности определен лишь у двух респондентов.

*Ключевые слова:* временная перспектива, экзистенциальная исполненность, суверенность психологического пространства.

На сегодняшний день большим спросом пользуется работа психологов. Эта тенденция может быть обусловлена сложной геополитической обстановкой, высокой интенсивностью изменчивости мира, недавней пандемией и различными другими обстоятельствами. Тем не менее, проведенное исследование Клары Э. Хилл указывает на тот факт, что сами психологи испытывают тревогу в работе с клиентами, когда последние поднимают экзистенциальные темы (Ванхурен, 2022). Представляется логичной мысль о том, что специалистам важно самим ощущать гармонию, устойчивость в жизни, вне зависимости от происходящего, чтобы быть эффективными в работе с клиентами.

Ощущение устойчивости в жизни, гармонии, удовлетворенности изучается в психологии через определение уровня экзистенциальной исполненности. Экзистенциальная исполненность характеризуется аутентичным, наполненным смыслом и ценностью бытием, самостоятельно организованным и автономно проживаемым. Важными факторами, позволяющими чувствовать удовлетворение в жизни, являются такие составляющие, как свобода в принятии решений, ответственность как грань свободы и самовыражения, самодистанцирование (способность видеть себя со стороны) и самотрансценденция (возможность чувствовать ценность происходящего). Все эти факторы являются компонентами экзистенциальной исполненности (Кривцова, 2005).

Важным параметром, согласующим внешние условия с внутренними представлениями человека, позволяющим ему строить планы, достигать целей и видеть ценность в жизни, является психологическое пространство. В психологической науке устойчивость психологического пространства определяется через суверенность его составляющих. Составляющими психологического пространства являются собственное тело и его неприкосновенность, территория, в которой можно обрести убежище, привычки (как проявлять себя в жизни), социальные связи (выбор своего окружения), вещи (наличие собствен-

ности), ценности (устоявшаяся система ориентиров в жизни, нерушимых принципов) (Нартова-Бочавер, 2017).

Не менее значимым феноменом жизни является время. Только через время и благодаря времени человек может определить, что значимо в его жизни, понять, как складывается его биография; именно ощущение времени дает возможность понять, насколько изменчива, интенсивна жизнь. Психологическая наука исследует отношение ко времени через определение временной перспективы. Помимо трех общеизвестных временных периодов (прошлое, настоящее и будущее), понятие «временная перспектива» также позволяет определить последовательность событий в жизни, их субъективную упорядоченность, доминирующий эмоциональный фон, мотивационную направленность, продолжительность, наличие или отсутствие противоречивых намерений (Головаха, 2010).

Таким образом, цель исследования заключается в выявлении особенностей временной перспективы, суверенности психологического пространства у студентов-психологов с разным уровнем экзистенциальной исполненности.

Предметом исследования явились характеристики временной перспективы и суверенности психологического пространства у студентов-психологов с разным уровнем экзистенциальной исполненности. Проверялась гипотеза о том, что существуют значимые различия в параметрах временной перспективы и суверенности психологического пространства между студентами-психологами с разным уровнем экзистенциальной исполненности.

Были использованы следующие методики: «Шкала экзистенции» (Existenz-Skala, ESK) К. Орглер (Christine Orgler) 1988–1989 гг. в адаптации С. В. Кривцовой; Метод (тест) мотивационной индукции Нюттена; Семантический дифференциал времени (Л. И. Вассерман, Е. А. Трифонова, К. Р. Червинская) (НИПНИ им. В. М. Бехтерева; опросник «Суверенность психологического пространства» (СПП) С. К. Нартовой-Бочавер (2010).

В качестве методов математико-статистического анализа применялся U-критерий Манна–Уитни.

В исследовании приняли участие 106 респондентов, обучающихся на психологических направлениях различных ступеней образования (студенты бакалавриата, специалитета и магистратуры), в возрасте от 18 до 42 лет, 83 респондента женского пола, 23 – мужского.

По результатам исследования при помощи методики «шкала экзистенции» было установлено, что высокий уровень экзистенциальной исполненности определен у 2 респондентов, средний уровень – у 69,

а низкий уровень у 35 студентов-психологов. Поскольку проведение сравнительного анализа невозможно между этими подгруппами (по уровню экзистенциальной исполненности) ввиду малого количества респондентов в одной из них, сравнительный анализ был произведен на выборке в 104 человека, между студентами со средним и низким уровнем экзистенциальной исполненности.

По его результатам были обнаружены значимые различия между параметрами временной перспективы «Семантический дифференциал времени» у этих двух групп студентов. Так, для студентов со средним уровнем экзистенциальной исполненности результаты по таким параметрам временной перспективы, как активность (настоящее время), эмоциональная окраска, величина, структура (настоящее, прошлое, будущее время), осязаемость (настоящее и будущее время) значимо выше, чем у студентов с низким уровнем экзистенциальной исполненности при  $p < 0,05$ . Данный результат позволяет сделать предположение о том, что ощущение времени может быть фактором, благодаря которому человек более полно ощущает жизнь, в связи с чем более способен принимать значимые для его жизни решения, нести за них ответственность, быть включенным в происходящее. И наоборот: самостоятельное выстраивание жизненной траектории, основанной с учетом имеющейся системы ценностей, осмысленная жизнедеятельность позволяет респондентам ощущать течение времени.

Также в результате сравнительного анализа были обнаружены значимые различия в мотивационных характеристиках и параметрах временной перспективы метода (теста) мотивационной индукции Нюттена. У студентов с низким уровнем экзистенциальной исполненности показатели «конфликты» и «вся жизнь» значимо выше, чем у студентов со средним уровнем экзистенциальной исполненности при  $p < 0,05$ . Данный результат может объясняться тем, что ощущение неопределенности во времени значимых целей, когда отсутствует какая-либо строгость во временных рамках, не позволяет респондентам видеть каких-то итогов, достижений значимых целей. Также противоречивость в стремлениях, их несогласованность или желание невозможного (по объективным причинам) также характерно для студентов с низким уровнем экзистенциальной исполненности.

В результате сравнительного анализа по параметрам суверенности психологического пространства были обнаружены значимые различия. У студентов со средним уровнем экзистенциальной исполненности параметры суверенности физического тела, территории, мира вещей, привычек, социальных связей, ценностей и интегральный показатель — суверенность психологического пространства — значимо

выше, чем у студентов с низким уровнем экзистенциальной исполненности при  $p < 0,05$ . Интерпретируя полученный результат, можно сделать предположение, что внутренняя устойчивость, упорядоченность психологического пространства позволяет студентам и во внешнем мире выдерживать различные жизненные трудности, организовывать свою жизнь, находить смысл в тех или иных обстоятельствах, что в итоге позволяет чувствовать большее удовлетворение от нее.

Таким образом, в результате исследования было установлено, что ощущение временных характеристик, активность, уровень мотивации, сила, модальность аффективной составляющей жизни будет различной у студентов со средним и низким уровнями экзистенциальной исполненности.

Также было установлено, что ощущение внутренней упорядоченности, согласованности, надежности позволяет респондентам проявлять эти качества во внешний мир и чувствовать большую удовлетворенность жизнью.

Интересными представляются результаты по методике мотивационной индукции Нюттена: временной социальный показатель «вся жизнь», характеризующий в целом достижение респондентов чего-либо в течение их жизни, не позволяет избранным группам респондентов характеризовать свою жизнь как достаточно удовлетворительную, нравящуюся им.

### Литература

- Ванхурен С.* Экзистенциальная эмпатия: проблема «бытия» в терапии и консультировании // Религии. 2022. Т. 13 (8). № 752. doi: 10.3390/rel13080752
- Головаха Е. И.* Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности. Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2010.
- Кривцова С. В.* Экзистенциально-аналитическая теория личности Альфреда Лэнгле // Развитие личности. 2005. № 1. С. 105–127.
- Нартова-Бочавер С. К.* Психология суверенности: десять лет спустя. М.: Смысл, 2017.

## Ретроспективное восприятие катастрофы на Чернобыльской АЭС: case-study\*

Ю. В. Быховец

Институт психологии РАН, Москва

В работе представлена концепция переживания невидимых информационных стрессоров, отличительными признаками которых являются отсутствие непосредственно воспринимаемого глазом образа угрозы, информационное освещение данных типов угроз. С использованием авторского интервью исследованы воспоминания респондентки об аварии на ЧАЭС 26.04.1986 г. Показано, что основное стрессогенное воздействие было связано с угрозой стабильности и семейному благополучию в виде утраты дома и хозяйства из-за необходимости переезда на новое место жительства. Вторым по значимости стрессогенным фактором стала угроза здоровью и будущей жизни детей. Описан синдром годовщины, который проявляется в обострении болезненных воспоминаний об аварии на ЧАЭС и связанных с этими событиями в личной жизни в связи с каждой годовщиной данного события. Указывается, что данные воспоминания могут рассматриваться как симптомы посттравматического стрессового расстройства.

*Ключевые слова:* невидимая угроза, авария на ЧАЭС, посттравматический стресс.

Каждый исторический период характеризуется своим типом угрожающих жизни человека событий. Специфика современных угроз проявляется в том, что, наряду с видимыми событийными стрессорами (аварии, войны, пожары и т. п.), человек все чаще сталкивается с невидимыми информационными угрозами. Примерами таких современных угроз являются вирусная угроза (в ситуации с распространением вируса COVID-19), террористическая угроза для косвенных жертв (т. е. тех людей, которые не пострадали лично, но стали свидетелями трагических событий из СМИ), угроза применения ядерного оружия, радиационная опасность (например, в случае с аварией на ЧАЭС), онкологические заболевания, проявления эмоционального насилия. Для описания психологических последствий данных травматических событий нами разработана концепция переживания невидимых

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

угроз. Под переживанием невидимых угроз мы понимаем субъективную оценку риска стать жертвой данного угрожающего жизни человека события (Быховец, 2023). Одной из главных особенностей невидимых угроз является отсутствие зрительного образа угрожающего жизни явления/объекта. Человек имеет дело с виртуальным образом данной угрозы, который складывается на основе информационных сообщений об этих угрозах из различных источников. В ситуации с невидимыми угрозами человек сталкивается с событиями, которые зачастую отсутствовали в его личном опыте и характеризуются высшей степенью новизны и неопределенности, т. е. у человека нет информации о данном стрессоре, нет сценариев поведения, обеспечивающих сохранение жизни. Определить степень стрессогенности различных ситуаций такого типа достаточно нелегко.

В ситуации с невидимыми угрозами психологические последствия всегда многообразны и зависят от уровня образованности индивида, его способностей к рефлексии и критическому анализу поступающей извне информации, от его личностных особенностей, психического статуса на момент столкновения с угрозой.

Все люди различаются по степени готовности взаимодействовать с информацией, несущей признаки угрозы для жизни. Возможны два типа реакций на эту информацию. Первый связан с активным взаимодействием с этой информацией, с предвосхищением наступления опасного для жизни события. В результате у индивида формируется поле неопределенностей, которое служит основой для развития состояния стресса, принимающего у особо уязвимой части населения характер острого стресса и другой психопатологической симптоматики (Быховец, 2007). Для другой, более многочисленной группы населения прогнозирование потенциальных сценариев наступления опасного для жизни события необходимо для снижения ситуации неопределенности. Данные исследований показывают, что большая часть населения справляется с пребыванием в ситуации неопределенности и стресса, используя продуктивные психологические защиты и различные способы совладания с невидимой угрозой (Быховец, 2008). Уверенность в возможности хотя бы частично контролировать происходящие события позволяет снизить уровень психической напряженности. Так, например, в случае с вирусной угрозой COVID-19 у населения была возможность частично контролировать риск заболевания через соблюдение мер социального дистанцирования, профилактические действия (ношение масок, перчаток и т. д.).

Другой возможной реакцией на информационные сообщения об угрожающем агенте является реакция отрицания существования



невидимой угрозы. Это тоже своего рода способ защититься. Отрицание может носить форму цинизма, т. е. демонстративного пренебрежения, например, санитарно-эпидемиологическими нормами в случае с вирусной угрозой. Другой формой отрицания может быть вера в справедливый мир, которая дарит человеку надежду, что все плохие события всегда заканчиваются хорошо. Обе эти формы когнитивно-искажения позволяют человеку «собрать» картину мира, в которой есть определенность, логика, причинно-следственные связи.

Отдельным стрессовым фактором, который следует особо рассмотреть, является отсроченность последствий воздействия невидимых угроз во времени. Человек живет некоторое время в ожидании неопределенных, но чаще негативных последствий/проявлений результата столкновения с данной опасностью. Это могут быть ухудшение состояния здоровья, как в ситуации с радиационным облучением, повышенная настороженность в связи с вероятностью стать жертвой террористического акта, интенсивные переживания вероятности заболеть опасным для жизни заболеванием, как в случае с COVID-19. В данном случае основная, заложенная в нас природой, жизнеспасающая система безопасности, обычно проявляющаяся в мгновенной реакции на угрозу в виде мобилизации организма, работает иначе. Из-за ограниченности ресурсов человека и его психики мобилизация не может длиться долго. Фактором снижения психического напряжения могут быть сбор и накопление информации о патогенности невидимой угрозы и параллельно с этим появление чувства подконтрольности ситуации.

Целью исследования стало ретроспективное описание восприятия катастрофы на Чернобыльской АЭС жителем зоны отселения.

Для оценки того, как люди, проживавшие на территории с высоким уровнем радиационного заражения, ретроспективно оценивают катастрофу на Чернобыльской АЭС, мы использовали метод интервью. Оно было проведено 07.10.2024 г. с женщиной 56 лет, которая на момент аварии 26.04.1986 г. проживала с мужем в Новозыбковском районе село Шеломы. Территория села после аварии была признана зоной отселения.

Респонденту были заданы следующие вопросы:

1. Как и когда вы узнали об аварии на ЧАЭС?
2. Какие чувства вы испытывали, когда узнали об этом?
3. По вашим наблюдениям, изменилось ли что-то в вашем поведении в связи с сообщениями об аварии на ЧАЭС?
4. Проявляли ли вы интерес в информации об аварии?

5. Повлияла ли авария на ЧАЭС на ваши профессиональные планы?
6. Доверяли ли вы действиям правительства в той ситуации?
7. Изменилось ли как-то социальное взаимодействие между жителями вашего села? Какое было к вам отношение населения того места, куда вам пришлось переехать жить?

Текст интервью был транскрибирован и подвергнут семантическому анализу.

Анализ интервью позволил получить следующие данные.

Причиной стрессовых переживаний являлась необходимость оставить дом, хозяйство, которые на момент аварии на ЧАЭС были в достаточно хорошем состоянии, т. е. респондентка указала на то, что дом и хозяйство имели для нее и ее мужа высокую ценность, и именно обстоятельство потери этого имущества определило для них данную ситуацию как стрессовую. Л. И. Анцыферова в своей работе указывает на то, что «чем более значительное место в смысловой сфере личности занимает находящийся в опасности объект и чем более интенсивно воспринимается личностью угроза, тем выше мотивационный потенциал совладания с возникшей трудностью» (Анцыферова, 2006, с. 334). Именно эта ценность дома и хозяйства актуализировала адаптационный потенциал респондентки и ее мужа, который обеспечил их стойчивостью и энергией для поиска нового места жительства, т. е. способствовал формированию совладающего со стрессом поведения.

Вторым стрессовым фактором, о котором стало ясно из интервью, явилась угроза радиационного облучения для здоровья и будущей жизни детей, – второй ценности, фрустрация которой проявилась в связи с аварией на ЧАЭС.

Интересным является результат о том, что, с одной стороны, информации о произошедшей катастрофе было очень мало, но с другой – люди, со слов респондентки, доверяли сообщениям правительства и получаемой информации. Не было агрессии в связи с произошедшим событием. Респондентка сообщает, что информация о том, насколько опасно для здоровья радиационное облучение, стала появляться только к 1990 году, т. е. спустя четыре года после катастрофы. С точки зрения респондентки, именно в связи с растянутым во времени интервалом от начала катастрофы до появления информации о ее угрожающем воздействии у людей отсутствовали паника и сильных страх. Решения о переезде принимались постепенно. Делались попытки найти новое место жительства, которые заканчивались с разной степенью успеха.

О стрессогенности данного события свидетельствует наличие синдрома годовщины, о котором сообщила респондентка («Иногда

это забывается, а вот когда наступает 26 апреля, даже если где-то там что-то оно уже вспоминается, как было, и даже всплывает то, как уезжали, как это было, и дом вспоминается, и вот это вот все общение, и про продукты вот вспоминается, что вот привозили»). Таким образом, респондентка сообщает об обострении болезненных воспоминаний о комплексе событий, связанных с аварией на ЧАЭС (переезд, поиск нового места проживания, адаптация к неблагоприятным условиям жизни и пр.) в связи с каждой годовщиной данного события. Это очень распространенная и нормальная реакция на травматическое событие (Мосунова, 2023). Данные воспоминания могут рассматриваться как симптомы посттравматического стрессового расстройства.

Респондентка воспринимает данное событие своей жизни не только как негативное, но обозначает и его позитивное влияние: «Я считаю, что да, это вызов. И я не знаю, как бы мы жили там. Может быть, это все сплотило нас. Это все вместе собрало в кучу. Хотя у меня в Брянске живут родственники и мне кажется, что мы преодолели вот это все как-то с мужем вместе. Вот этот переезд, этот далекий переезд, тяжелый переезд, начиная все с нуля...». Следует отметить, что индивидуальным фактором-протектором для такой оценки произошедшего может являться уровень психологического благополучия семьи на момент катастрофы: этому предшествовал достаточно позитивный этап жизни (свадьба, планирование беременности, переезд в новый дом и пр.), т. е. можно предположить, что незадолго до случившейся катастрофы психологическое состояние респондентки было достаточно стабильным и позитивно окрашенным, что, возможно определило такую реакцию на событие. Из интервью становится понятно, что респондентка переработала и интегрировала в свое психическое пространство данное событие.

Переживание травматических событий, произошедших много лет назад, может сопровождать человека на протяжении всей его жизни. Данное исследование показывает, что столь угрожающее для жизни событие, как авария на Чернобыльской АЭС, может выступать как стрессор высокой интенсивности, однако на первый план выходят не действие радиации на организм, а переживания, связанные с утратой тех ценностей, которые данная катастрофа поставила под угрозу.

### Литература

- Аницферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Быховец Ю. В.* Представления о террористическом акте и переживание террористической угрозы жителями разных регионов РФ: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2007.

- Быховец Ю. В.* Стресс от невидимых информационных угроз и его последствия // Консультативная психология и психотерапия. 2023. Т. 31. № 3. С. 132–166. doi: 10.17759/cpp.2023310307
- Мосунова К. А.* Синдром годовщины и его использование в терапии // Вестник науки и образования. 2023. № 8 (139). URL: <https://scientificjournal.ru/a/123-psi/2226-sindrom-godovshchiny.html> (дата обращения: 19.08.2024).

## **Искажения ментальной репрезентации тела при погружении в VR: обзор научной литературы**

*А. В. Варламов*

Институт психологии РАН, Москва

Современные научные работы, рассматривающие проблему искажения ментальной репрезентации тела человека при погружении в компьютерную виртуальную реальность, выполнены согласно запросам психологической практики. Большинство публикаций по данной теме на платформе PubMed отражают результаты исследований модификации нарушенного образа тела. В данном обзоре отобраны эмпирические исследования на интересующую нас тему, проведенные на доклинических выборках респондентов. Результаты анализа свидетельствуют об адаптационной значимости подобных искажений. Обозначены четыре фактора искажения ментальной репрезентации тела человека при погружении его в компьютерную виртуальную реальность: зрительно-тактильная конгруэнтность (1), зрительно-проприоцептивная конгруэнтность (2), зрительно-моторная конгруэнтность (3) и функциональность образа или сенсорной модальности (4).

*Ключевые слова:* ментальная репрезентация тела, искажение ментальной репрезентации тела, систематический обзор, виртуальная реальность.

Популярность темы виртуальной реальности (далее VR) в психологии обусловлена теоретической и практической необходимостью. Доступность VR-технологий приводит к расширению зон их использования в профессиональной деятельности, сфере развлечений, медицине, образовании. На данный момент VR является наиболее иммерсивным способом трансляции цифрового контента. Большое количество людей по всему миру взаимодействуют с технологией VR регулярно.

Для погружения в VR используется перспектива от первого лица (First Person View, FPV). Это позволяет имитировать присутствие реального тела человека в цифровом пространстве за счет сохранения привычных механизмов сенсорного восприятия. Во время погружения в VR человек переживает телесно-отнесенный опыт. Предположительно, этот опыт более эффективно интегрируется в ментальное пространство, чем обычное взаимодействие с ПК. Таким образом, субъективное представление человека о собственном теле (т. е. ментальная репрезентация тела) активно участвует в адаптации к VR. В актуальной научной литературе по проблеме телесного опыта при погружении в VR отражены запросы практической психологии. Значительное количество исследований проводится на клинических выборках в поисках способа модификации нарушенного образа тела или неадекватного телесного восприятия с целью его коррекции. Актуальность таких работ следует рассматривать в контексте с расстройствами пищевого поведения и психотическими нарушениями, связанными с дереализацией и деперсонализацией. В то же время, несмотря на многочисленные свидетельства об искажении восприятия собственного тела при погружении в VR здоровых респондентов, фундаментально данная проблема проработана недостаточно. Тем не менее, их объяснение может быть ценно как для разработки VR-приложений для работы с телесным восприятием, так и для развития представлений о взаимодействии человека с компьютерными системами и визуализированными моделями. В целях обобщения доступной научной информации по проблеме телесных представлений здорового человека при погружении в VR мы провели систематизированный анализ актуальной литературы.

Использована методология систематизированного поиска рецензируемых работ PRISMA. Поиск производился в научной базе PubMed.

В анализ включены только экспериментальные работы с погружением в VR, опосредованным шлемом HMD (Head-Mounted Display). В качестве основных исследовательских конструкторов должны были быть заявлены образ тела, схема тела, телесная репрезентация. Исследования эмоциональной или социальной оценки внешности не учитывались.

Из итогового списка работ исключались научно-популярные тексты и нерцензируемые работы, в том числе тезисы конференций. Исключались работы с клинической или необоснованно малой выборкой респондентов. Использование HMD в экспериментальном воздействии должно было быть обосновано заявленной гипотезой. Из анализа исключались работы, в которых исследовалась репрезентация тела аватара в VR, а не тела самого респондента.

Поиск в базе данных PubMed произведен с помощью набора ключевых слов и фраз: VR body ownership (63), VR full-body experience (16), VR perceived body (220), VR body mental representation (11), VR body scaling (156), VR dimension of body image (6), VR embodiment (228), VR body image (135), VR out-of-body experience (4), VR sense of agency (44).

Систематизированный поиск позволил сократить первоначальную подборку из 406 результатов до 15 научных публикаций.

Отобранные публикации были систематизированы с точки зрения основной исследовательской парадигмы. В современных исследованиях влияния VR-опыта на представления человека о собственном теле их можно выделить три:

1. RHI (rubber-hand illusion, иллюзия резиновой руки). Используется экспериментальный план с синхронной визуально-тактильной стимуляцией отдельного участка тела, чтобы вызвать в сознании респондента иллюзию обладания его виртуальной проекцией.
2. FBI (full-body illusion, иллюзия всего тела). Является развитием парадигмы RHI и объединяет экспериментальные исследования с синхронной визуально-тактильной стимуляцией для создания иллюзии обладания целым виртуальным телом аватара.
3. VMA (visual-motor adaptation, визуально-моторная адаптация). В рамках данной исследовательской парадигмы обычно отсутствует сенсорная стимуляция для формирования иллюзии обладания виртуальным телом. Экспериментальное воздействие строится на манипулировании виртуальными объектами с помощью движений реального тела.

Многочисленные эксперименты с резиновой рукой (RHI) подтверждают, что вовлеченный во взаимодействие с внешним объектом человек склонен интегрировать его в поле собственного ментального опыта. Благодаря пролонгированной визуально-тактильной синхронной стимуляции резиновой и реальной руки респондента можно добиться иллюзии восприятия постороннего объекта как части собственного тела. При воспроизведении опытов RHI в VR наблюдается значительное расширение практической значимости феномена резиновой руки с точки зрения взаимодействия с виртуальным пространством. Установлено, что респонденты с легкостью научаются воспринимать виртуальную руку как часть собственного тела и также легко могут ей пользоваться для реализации активности в VR (Ambron et al., 2020). Отдельные исследователи выделяют для данного феномена новую парадигму – иллюзию виртуальной руки (Virtual Hand Illusion, VHI) (Sanchez-Vives et al., 2010).

Исследования в парадигме FVI также подтверждают данное наблюдение. Получены выводы о высокой значимости визуальной обратной связи при искажении репрезентации тела респондентами (Hudson et al., 2020). Однако сама по себе визуальная обратная связь не описывает весь механизм искажения, так как является частью комплексной работы обратной связи различной модальности. Зрительно-тактильное синхронное воздействие позволяет вызвать иллюзию воплощения в теле аватара с отличающимися от реального тела респондента пропорциями (Normand et al., 2011). Но к аналогичному эффекту приводят и категориальная оценка видимого тела аватара (Irvine et al., 2020), и выполнение от лица аватара предметной активности в VR (Porssut et al., 2022). Таким образом, видимое тело аватара, как и в случае с RHI в VR, является только одним из факторов, влияющих на искажение репрезентации тела респондентов.

Эти механизмы могут быть объединены с точки зрения концепции ментальной репрезентации тела (когнитивно-репрезентационных структур) (Чуприкова, 1997). В рамках структурно-динамического подхода ментальная репрезентация является результатом интеграции привычного представления человека о собственном теле и требуемых для адаптации к актуальной ситуации изменений. Наиболее полную картину дают данные, полученные в экспериментах, выполненных в парадигме VMA, так как они учитывают обратную связь различных сенсорных модальностей. Данные актуальных исследований свидетельствуют о вкладе тактильной обратной связи (Tosi et al., 2020) и проприоцептивной обратной связи (Bhargava et al., 2022) в искажение ментальной репрезентации тела респондентов. Более того, именно выбранный авторами экспериментальный дизайн, судя по всему, является прямым предиктором специфических адаптационных искажений телесной репрезентации. Таким образом, установленные исследователями искажения в ментальной репрезентации тела респондентов в VR, скорее всего, являются результатом приспособительной психической активности.

Анализ отобранных источников позволил выделить следующие особенности погружения, связанные с искажениями ментальной репрезентации тела человека в VR:

1. Зрительно-тактильная конгруэнтность. При использовании методики синхронного зрительно-тактильного воздействия на тело респондента и его виртуального аватара исследователи обычно добиваются ощущения обладания виртуальным телом или его частью.

2. Зрительно-проприоцептивная конгруэнтность. Данные исследователей свидетельствуют о том, что соответствие положения в пространстве видимой части аватара и физического тела респондента положительно сказывается на соотношении их в ментальной репрезентации. Это в свою очередь приводит к их временной адаптационно значимой интеграции.
3. Зрительно-моторная конгруэнтность. Адекватность обратной связи о совершаемом действии в VR, судя по всему, также способствует возникновению адаптационных искажений в ментальной репрезентации тела респондента.
4. Функциональность. Функциональная значимость объекта в VR для выполнения внутрисредового задания может привести к его инструментальной интеграции в ментальную репрезентацию собственного тела респондента. Этот принцип распространяется также и на видимые части тела аватара в VR. Кроме того, при выборе доминирующей модальности сенсорной обратной связи мозг основывается на ее актуальной адаптационной значимости. Вследствие этого, в различных исследованиях зафиксированы различные искажения ментальной репрезентации тела.

В научной литературе, посвященной изучению телесной репрезентации в VR, наблюдается дефицит работ, проведенных на доклинических выборках испытуемых. Стремясь к практическому результату, исследователи игнорируют актуальную фундаментальную потребность в объяснении влияния погружения в VR на восприятие человеком собственного тела. Данный обзор дает основания полагать, что регистрируемые исследователями искажения в ментальной репрезентации тела респондентов имеют адаптационную значимость. В зависимости от экспериментального дизайна можно установить влияние на возникновение искажений обратной связи различных сенсорных модальностей – зрительной, тактильной, проприоцептивной. Для возникновения необходимого искажения требуется повышенная концентрация внимания человека на том или ином аспекте выполняемой деятельности, которая в случае VR основывается на соотношении движений реального тела респондента и тела аватара (при его наличии). Согласно модели байесовского вывода, в каждый отдельно взятый момент времени на ментальную репрезентацию тела оказывает влияние ощущение из сенсорной модальности с наибольшим «весом», т. е. наиболее значимое для продолжения деятельности (Limanowski, 2022). Данная модель объясняет пластичность и адаптируемость ментальной репрезентации тела к интенсивно меняющимся



средовым условиям и позволяет дать единое теоретическое обоснование различным искажениям, которые регистрируются во множестве исследований.

### Литература

- Чуприкова Н. И.* Психология умственного развития: принцип дифференциации. М.: Столетие, 1997.
- Ambron E., Miller A., Connor S., Branch Coslett H.* Virtual image of a hand displaced in space influences action performance of the real hand // *International Journal of Scientific Reports*. 2020. V. 10 (1). P. 9515.
- Bhargava A. et al.* Did I hit the door? Effects of self-avatars and calibration in a person-plus-virtual-object system on perceived frontal passability in VR // *IEEE Transactions on Visualization and Computer Graphics*. 2022. V. 28 (12). P. 4198–4210.
- Hudson G. M. et al.* The development of a BMI-guided shape morphing technique and the effects of an individualized figure rating scale on self-perception of body size // *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2020. V. 10 (2). P. 579–594.
- Normand J.-M. et al.* Multisensory stimulation can induce an illusion of larger belly size in immersive virtual reality // *PLoS One*. 2011. V. 6 (1). e16128.
- Porssut T. et al.* Reaching articular limits can negatively impact embodiment in virtual reality // *PLoS One*. 2022. V. 17 (3). e0255554.
- Sanchez-Vives M. V. et al.* Virtual hand illusion induced by visuomotor correlations // *PLoS One*. 2010. V. 5 (4). e10381.
- Irvine K. R. et al.* Using immersive virtual reality to modify body image // *Body Image*. 2020. V. 33. P. 232–243.
- Limanowski J.* Precision control for a flexible body representation // *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2022. V. 134. P. 104401.
- Tosi G. et al.* Body illusion and affordances: The influence of body representation on a walking imagery task in virtual reality // *Experimental Brain Research*. 2020. V. 238 (10). P. 2125–2136.

## Личность в современном мире: духовный ракурс психологии нравственности\*

*Е. К. Веселова*

Российский государственный педагогический университет  
им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

Статья посвящена проблемам формирования нравственного и духовного компонентов личностной идентичности в современных условиях глобализирующейся цифровой среды. Ставится вопрос об антропологических основаниях развивающегося человека. Показано, что современный трансгуманистический проект человека как обладающего качествами, преодолевающими ограничения человеческой природы, разрушает традиционные представления о человеке как имеющем телесную, душевную и духовную составляющие, каждая из которых требует специальных условий воспитания. Важнейшим аспектом формирования нравственной личности является развитие и укрепление моральной идентичности. В духовной сфере развитие личности предполагает созревание религиозной идентичности. Сделан вывод о том, что современные виртуальные среды как основное место пребывания детей и молодых людей в важнейший период их жизни нарушают формирование системы нравственных и духовных ценностей и разрушают личностное здоровье человека.

*Ключевые слова:* цифровая среда, моральное Я, атомарная личность, сетевая идентичность, духовно-нравственное развитие.

С наступлением новой эпохи в жизни человечества – эпохи цифровизации и искусственного интеллекта – возник серьезный вызов, связанный с перспективой кардинальной трансформации традиционного представления о том, что такое человек и его личность. Футурологические проекты цифровизации породили поляризацию мнений, касающихся представлений о том, каким должен быть человек и его личность в современном мире.

В течение всего XX в. философы формулировали множество различных концептов о том, что такое человек. Они продолжают появляться и сегодня. В настоящее время ответить на вопрос о том, что такое человек, становится все более затруднительно, и даже более того: у некоторых авторов возникает философское сомнение в том, можно ли вообще задавать такой вопрос. Ведь дело заключается не в том,

---

\* Исследование выполнено за счет внутреннего гранта РГПУ им. А. И. Герцена, проект № 19ВГ.

чтобы еще раз определить, что такое человек, а в том, чтобы задать ему горизонты будущего развития (Смирнов, 2023). Свойство человека заключается в том, что любой идеальный образ будущего ставит те или иные границы, за которые сам человек всегда хочет выйти. У человека нет готового места в бытии и во времени. Он сам обретает свое место и время, постоянно не совпадая с самим собой. Поэтому ему приходится постоянно учреждать, воссоздавать себя как новую реальность, выбирать онтологию, в которой он хочет пребывать. Образ будущего человека похож на манящий мираж в пустыне. И тогда вопрос о человеке звучит не так, как у И. Канта: «Что такое человек?», а по-другому: «Где и когда возможен человек?». Человек сам пытается сориентироваться и понять, где он, что его окружает, где его место. Инструментом, создающим, производящим человека в его бытии, является его личность, он сам — его Я. Он сам создает себя своими действиями, поступками, активностью и задает реальность, онтологию, в которую включается. Образ будущего — не мираж, это результат реальной навигации линии поведения и поступков человека (там же).

Сегодня привычная гуманистическая концепция человека довольно быстро вытесняется трансгуманистическим концептуальным образом человека будущего. В этом образе интегрированы идеи ученых, поставивших под сомнение невозможность преодолеть ограничения естественной природы человека и предлагающих пути их устранения для продления жизни. Трансгуманистический проект человека нацелен на трансформацию тела, уничтожение болезней, продление жизни, кардинальное изменение внешнего облика, преодоление смерти (Ковба, Грибнюк, 2023). Эти трансформации формулируются как ведущие цели и задачи совершенствования и человека, и среды его проживания — окружающей природы и социальной жизни. Предлагаемыми средствами являются генная инженерия, кибернетика, нанотехнологии. Конечным итогом трансгуманистического развития объявляется будущий человек — постчеловек. В настоящее время уже пройдена начальная ступень совершенствования и существует так называемый человек перехода (трансчеловек), который уже готовится преобразиться в постчеловека. Один из первых идеологов постгуманизма американский футуролог и писатель-фантаст Ф. М. Эсфендиари предложил термин «постчеловек» и перечислил его качества: тело, улучшенное имплантатами, бесполость, искусственное размножение, почти бесконечная продолжительность жизни (Войтенко, 2018). Создатели трансгуманистического проекта человека полагают, что новые технологии кардинально трансформируют не только тело человека, но и его индивидуальное сознание и личность.

В соответствии с научными традициями, вплоть до середины XX в. под личностью было принято понимать психологическую целостность, устойчивое единство и постоянство взаимосвязи душевных, духовных и телесных сил человека в полном триадическом составе человека, включающем тело, душу и дух. Современный отказ от такого образа человека ведет к отказу от понимания личности как особого инструмента, направляющего духовное и нравственное развитие, ставит вопрос о том, какие же антропологические основания лежат в основе проекта постчеловека. Соответственно, возникает вопрос о том, каким образом духовное и нравственное развитие личности будет осуществляться в новой глобальной цифровой реальности, в которой человек перестанет чувствовать себя как психобиологическое единство естественно-биологического тела и души, а будет ощущать себя как некое технологически комбинированное устройство, обладающее искусственным небιологическим субстратом (Летов, 2009; Маниковская, 2019).

Современная цифровая среда обитания личности – мировые сети – является для детей и молодежи средой их развития, в том числе духовного и нравственного. Этот процесс, представляющий собой обретение разносторонней личностной идентичности, сегодня рушится из-за интенсивного внедрения виртуальных цифровых сред в жизнь молодого поколения. Уже есть описание и многочисленные исследования нового психологического феномена, названного сетевой идентичностью, и связанного с ней появления так называемого атомарного человека (или атомарной личности). Главным качеством атомарной личности является ее индивидуализированность и отсутствие потребностей в традиционных социальных связях (в семье, друзьях, коллективе) (Аванесов, 2023). Результаты размышлений привели ученых к выводу, что основной причиной появления такой личности являются свойства мировых интернет-сетей, ставших средой обитания подростков и молодых людей с незрелой, несформировавшейся личностью. Это подростки и молодые люди, у которых не было достаточно полной и насыщенной социальной и воспитательной среды в традиционном смысле этого слова, в реальной жизни, обеспечивающей удовлетворение разнообразных потребностей развивающейся личности (в интересном личном и коллективном общении со сверстниками, в увлекательных спортивных и творческих занятиях и т. д.). Проблема заключается в том, что маркированная сетевая идентичность существует на очень коротком временном промежутке. В результате такого свойства сетевой среды атомарный человек лишается основного качества личности – устойчивой постоянной психосоциальной тождественности самой себе, собственному Я, что должно происходить

с ней на протяжении достаточно длительных периодов жизни для ее поступательного развития (духовно-нравственного – в первую очередь). В результате постоянных изменений в сетевой идентичности личности нарушаются условия формирования индивидуального сознания, разрываются причинные связи между поведением личности и его последствиями. Временно существующие виртуальные миры не дают личности представления о нравственных законах реально существующего мира (Маниковская, 2019). Этическое, нравственное и духовное измерения воспитательной среды вытесняются из виртуального цифрового пространства, и уже автоматизированные программы управляют отношениями людей.

Важнейшим аспектом формирования нравственной личности является развитие и укрепление морального Я – моральной идентичности. В духовной сфере формирование и развитие личности предполагает также и созревание религиозной идентичности. И моральная, и религиозная идентичность являются важными компонентами целостной личностной идентичности и требуют особых условий для своего формирования. Моральное Я – это целостный образ-Я личности как носителя моральных принципов и нравственного закона, нравственных ценностей. Моральное Я отвечает человеку на вопрос: «Являюсь ли Я нравственной личностью?» и непосредственно связано с его ответственностью за свое поведение. Моральная идентичность формируется в важнейший период жизни подростка, когда моральные и экзистенциальные проблемы выходят на первый план и их разрешение в самосознании развивающейся личности критически важно для понимания подростком самого себя (Молчанов, 2017; Blasi, 1984). Изучение морального развития показало, что субъект, стремящийся в реальной жизни придерживаться нравственных норм, ориентирован на образцы и идеалы морального поведения, обычно имеющие духовные, религиозные основания. Правильно нравственно развивающаяся личность опирается на мировоззренческие конфессиональные основания для понимания того, что происходит в окружающей ее социальной жизни.

Современные исследователи рассматривают моральную идентичность как контекстно-зависимую конструкцию, связанную с различными социальными и культурными обязательствами, как психологическое образование личности, сопряженное с моральной ответственностью (Веселова, 2014; Blasi, 1984; Personality, identity and character, 2009).

Формирование мировоззрения, философии жизни включает усвоение понятия о реальности, куда входит и осознание личностью временных границ жизни, понимание того, что есть жизнь и смерть

и каков их смысл. Сюда же включаются и понимание источника жизни всех людей, осознание смысла межличностных отношений. Поскольку именно общество, ближайший социум субъекта, задает нравственные нормы и законы существования и межличностного взаимодействия, формируя все аспекты личностной идентичности, то непосредственное участие в жизни общества и ежедневном социальном взаимодействии является решающим условием включения самой личности в формирование собственной идентичности, в самостоятельный выбор собственных целей и ценностей (Бичарова, 2023). Формирование такого мировоззрения непосредственно связано с созреванием религиозной идентичности, которая является также элементом системы социальной идентичности (Ysseldyk et al., 2010). Созревшая религиозная идентичность может стать надежной основой системы социальной поддержки личности, средством формирования более зрелого мировоззрения и развития личности.

Таким образом, можно сделать вывод, что современные виртуальные среды как основное место пребывания детей и молодых людей в важнейший период их жизни нарушают формирование системы нравственных и духовных ценностей и разрушают личностное здоровье человека.

### Литература

- Аванесов С. С.* Этика и автоматика: негативный семиозис как парадигма цифровизации // Критика и семиотика. 2023. № 1. С. 384–397.
- Бичарова М. М.* Репрезентация концептов «религиозная идентичность» и «religious identity» в российской и западной лингвокультурах // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2020. Т. 13. № 4. С. 147–155.
- Веселова Е. К.* Личность в виртуальном мире и нравственная регуляция поведения // Гаудеамус: Психолого-педагогический журнал. 2014. № 1 (23). С. 9–14.
- Войтенко И. О.* Философия трансгуманизма как концепция работы киностудии Marvel // Стратегические коммуникации в современном мире: Сб. материалов по результатам научно-практических конференций. Саратов: СГУ им. Н. Г. Чернышевского, 2018. С. 105–111.
- Маниковская М. А.* Цифровизация образования: вызовы традиционным нормам и принципам морали // Власть и управление на Востоке России. 2019. № 2 (87). С. 100–106. doi: 10.22394/1818-4049-2019-87-2-100-106
- Молчанов С. В.* Личностные факторы принятия моральной ответственности в подростковом возрасте // Национальный психологический журнал. 2017. № 4 (28). С. 114–120. doi: 10.11621/npj.2017.0411

- Смирнов С. А.* Человек и Цифра, или Соблазн не быть. Антропологическая альтернатива. Новосибирск: Офсет-ТМ, 2023.
- Blasi G.* Moral identity: Its role in moral functioning // *Morality, Moral Behavior and Moral Development* / Eds W. M. Kurtines, J. J. Gewirtz. N. Y.: Wiley, 1984. P. 128–139.
- Personality, identity, and character: Explorations in moral psychology* / Eds D. Narvaes, D. K. Lapsley. N. Y.: Cambridge University Press, 2009.
- Ysseldyk R., Matheson K., Anisman H.* Religiosity as identity: Toward an understanding of religion from a social identity perspective // *Personality and Social Psychology Review*. 2010. V. 14 (1). P. 60–71.

## **Влияние ценностных установок личности сотрудника уголовно-исполнительной системы на успешность адаптации в сфере служебной деятельности**

*Е. Н. Власюк*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

В статье раскрывается сущность ценностных установок личности сотрудников уголовно-исполнительной системы. Установлено, что рассогласование нормативных и индивидуальных ценностей оказывает влияние на успешность выполнения ими служебных задач, формирует внутриличностный конфликт и негативно сказывается на служебной деятельности. Актуальность исследования указанной проблемы обусловлена рассогласованностью нормативных и индивидуальных ценностей личности, влияющей на ценностные установки и, как следствие, на успешность адаптации к служебной деятельности. Именно фактор наличия или отсутствия непосредственного контакта со спецконтингентом является определяющим при выявлении особенности адаптации личности к служебной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы.

*Ключевые слова:* нормативные ценности, индивидуальные ценности, ценностные установки, внутриличностный конфликт.

В настоящее время актуализированы вопросы успешности служебной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы в контексте мировых изменений, формирования новых взглядов, переоценки ценностей и смыслов. Несмотря на имеющуюся жесткую регламентацию деятельности и стабильность службы, мотивация на успешное выполнение поставленных задач в последнее время сни-

жена, что связано с ценностными установками, которые с течением времени трансформировались.

Проблема изучения ценностей всегда является центральной, если речь идет об изучении психологии личности. В мировой и отечественной психологии имеется множество исследований, посвященных проблеме ценностей, однако их природа, функции, социальные и индивидуальные аспекты, особенности проявления в различных сферах деятельности, особенно в служебной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы в изменяющемся мире, нуждается в понимании и осмыслении.

Наибольший интерес в исследованиях ценностных установок сотрудников уголовно-исполнительной системы вызывают вопросы расхождения нормативных и индивидуальных ценностей личности. Как следствие специфических условий работы, происходит переоценка ценностей, их кризис, которые, несомненно, отражаются на процессе и результатах служебной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы. В психологической науке до конца не определено явление расхождения нормативных и индивидуальных ценностей. Возникают сложности в анализе поведенческой сферы сотрудников уголовно-исполнительной системы.

Актуальность исследования указанной проблемы обусловлена расхождением нормативных и индивидуальных ценностей личности, оказывающей влияние на ценностные установки и на успешность адаптации к служебной деятельности.

Анализ литературы позволил предположить, что приобщение к социокультурной среде криминальной субкультуры приводит к расхождению между нормативными и индивидуальными ценностями личности сотрудника уголовно-исполнительной системы и оказывает негативное влияние на успешность его служебной деятельности, снижая уровень личностного адаптационного потенциала.

Методологическую основу исследования составили субъектно-деятельностный подход С. Л. Рубинштейна, а именно принцип единства сознания и деятельности, принцип субъектности (Рубинштейн, 2002); теория деятельности А. Н. Леонтьева (Леонтьев, 1975); культурно-историческая теория Л. С. Выготского (принцип культурного опосредования психики, сознания и поведения) (Выготский, 1983); концепция ценностей и личностных смыслов А. Н. Леонтьева и Д. А. Леонтьева.

В исследовании приняли участие 122 человека, мужчины, 60% — с высшим образованием, 56% состоят в зарегистрированном браке. Гендерные особенности в рамках данной работы не рассматривались. Разделение подгрупп производилось по принципу: лица, непосредст-



венно контактирующие с подозреваемыми, обвиняемыми и осужденными, пребывающими под стражей (далее – спецконтингент), и не контактирующие с ним.

С целью определения влияния ценностных установок личности сотрудника уголовно-исполнительной системы на успешность его адаптации к служебной деятельности были использованы следующие методики: методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Роттера, методика «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е. Б. Фанталовой, методика диагностики предрасположенности к конфликтному поведению К. Томаса (в адаптации Н. В. Гришиной), методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича. Выбор данных методов определялся необходимостью изучения факторов, важных для понимания влияния ценностных установок на успешность адаптации персонала и эффективность решения выполняемых задач.

*Гипотезой* исследования стало то, что важным фактором, определяющим особенности адаптации личности к служебной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы, является наличие или отсутствие у них непосредственного контакта со спецконтингентом.

Обработка результатов проводилась при помощи факторного анализа и непараметрического критерия Манна–Уитни.

Анализ полученных результатов в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, позволил выделить фактор «Благополучие», куда вошли такие важные ценности для данной группы, как достижение успеха, авторитетность, благосостояние, влияние на окружающих, власть, социальное признание. Эти ценности отражают интересы индивида и составляют группу ценностей «Самовозвышение».

Второй фактор в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, – «Автономия», в него вошли следующие ценности: власть, стимулирование, интеллект, интересная жизнь, умение прощать, исполнительность, общественное признание, материально обеспеченная жизнь.

Третий фактор «Духовность» в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, включает в себя следующие ценности: самодисциплина, взаимослужливость, самоконтроль, широта взглядов, благожелательность, конформность. Данные ценности относятся к блоку «Самоопределение».

Итак, анализируя полученные результаты, можно отметить, что группа сотрудников, непосредственно контактирующих с подо-

зреваемыми, обвиняемыми и осужденными, не включает в себя идентичные нормативные и индивидуальные ценности с разными противоположными знаками, что подтверждает факт отсутствия в данной группе рассогласования нормативных и индивидуальных ценностей.

Анализ данных, полученных при помощи методики «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е. Б. Фанталовой, в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, позволил выделить следующие нормативные ценности: уважение традиций, полезность, интересная жизнь. Среди индивидуальных ценностей – наличие друзей, счастливая семейная жизнь. Важные жизненные сферы попадают в нейтральную, бесконфликтную зону. Тем не менее, небольшой конфликт показали такие ценности, как самодисциплина и самоконтроль, где значимость ценности выше ее доступности. Как правило, данные ценности выступают как проявление социальной ориентированности, в противовес индивидуальным ценностям.

К числу терминальных ценностей в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, относятся социальное взаимодействие, личное счастье, социальная успешность, наличие друзей. К инструментальным ценностям в данной группе относятся самоконтроль, твердая воля, исполнительность, т. е. ценности, востребованные социальным окружением.

Итак, в группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, в наибольшей степени преобладают нормативные ценности, ценности социального взаимодействия, сохранения принятых традиций и норм.

Проведем анализ полученных результатов в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом.

Первый из выделенных факторов, «Отрицание стабильности», включает в себя следующие ценности: широта взглядов, авторитетность, скромность, социальная справедливость, благосостояние, отвага, любовь, материально обеспеченная жизнь, высокие запросы.

К ценностям второго фактора «Отрицание социальных традиций» в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, относятся любознательность, власть, наслаждение жизнью, отрицание традиций, потакание себе, развлечения, интересная жизнь.

К третьему фактору «Отрицание общественно значимых качеств» в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, относятся следующие ценности: взаимоуслужливость, выбор собственных целей, счастье других, уверенность в себе, отсутствие внутренней гармонии.

В четвертый фактор в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, вошли следующие ценности: чистоплотность, социальное признание, ответственность, вежливость, свобода, общественное признание, познание.

Следует отметить, что в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, наблюдается рассогласование нормативных и индивидуальных ценностей, так как факторная нагрузка имеет и положительную, и отрицательную валентность.

Анализ данных, полученных при помощи методики «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах» Е. Б. Фанталовой, в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, позволил определить следующие нормативные ценности: скромность, удовольствие, уединение, авторитетность. Среди индивидуальных ценностей – любовь, чуткость, высокие запросы, продуктивная жизнь. У данной группы сотрудников преобладают индивидуальные ценности, возможен конфликт с нормативными требованиями.

Анализ полученных данных позволяет сделать вывод о том, что в группе сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, больше выражен внутренний вакуум, при котором доступность ценности превышает ее значимость.

Проведенное исследование дает основания предположить, что ценностные установки, согласованность нормативных и индивидуальных ценностей повышают успешность адаптации к служебной деятельности. В группе сотрудников, непосредственно контактирующих со спецконтингентом, рассогласование ценностных ориентиров выражено в наименьшей степени, что дает основание полагать, что поставленные задачи будут выполняться без внутреннего конфликта, с ориентацией на интериоризацию норм и правил, принятых в социальной жизни пенитенциарной системы.

У сотрудников, не контактирующих со спецконтингентом, наблюдается рассогласование нормативных и индивидуальных ценностей, где индивидуальные ценности преобладают. Возможно, данные условия будут создавать трудности в успешности выполнения ими поставленных задач по причине имеющегося внутриличностного конфликта.

Таким образом, получены следующие результаты: рассогласование нормативных и индивидуальных ценностей выражается во внутренних конфликтах (ощущение невозможности достижения значимых ценностей); рассогласование нормативных и индивидуальных ценностей приводит к значительным изменениям в поведенческой сфере личности сотрудника уголовно-исполнительной системы; при рассо-

гласовании нормативных и индивидуальных ценностей наблюдается дезадаптивность и противоречивость поведенческих реакций.

### Литература

- Выготский Л. С.* История развития высших психических функций // Л. С. Выготский. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 3. Проблемы развития психики. М.: Педагогика, 1983. С. 6–337.
- Леонтьев А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002.

## Герои сюжетно-ролевых игр как олицетворение добра и зла в восприятии студенческой молодежи

*Н. Г. Воскресенская*

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского, Нижний Новгород

Приведены результаты исследования, целью которого является изучение отношения студентов к игровым персонажам как олицетворению добра или зла. Исследование состояло из двух частей: на первом этапе проводилось групповое обсуждение после просмотра триллеров новых сюжетно-ролевых компьютерных игр. В обсуждении приняли участие 28 девушек и 24 юноши (возраст:  $M = 19,04$ ;  $SD = 1,67$ ). На втором этапе проводился опрос, в котором предлагалось оценить типы героев, выделенные по результатам группового обсуждения. В опросе приняло участие 98 девушек и 89 юношей (возраст:  $M = 20,13$ ;  $SD = 2,30$ ). Результаты исследования позволяют говорить о том, что ценность победы для игрока во многом связана с морально-нравственной позицией его игрового персонажа.

*Ключевые слова:* сюжетно-ролевые игры, традиционные игры, компьютерные игры, игровые персонажи, добро и зло.

Сюжетно-ролевые компьютерные игры играют важную роль в жизни современного человека, что во многом связано со стремительным развитием игровых технологий, все большей доступностью этих технологий для широких слоев населения, появлением большего времени для проведения досуга. Так, согласно исследованиям Аналитического центра НАФИ в 2022 г., 60% россиян 18 лет и старше регулярно или эпизодически играют в компьютерные игры (НАФИ, 2022). По результатам опроса почти 90 тысяч пользователей, проведенного со-

вместно СберМаркетинг, «Чек Индекс» и медиахолдинг Rambler&Co в 2023 г., ролевые игры занимают первое место в рейтинге любимых игровых жанров (COSSA, 2023). Таким образом, игра во взрослом возрасте, как и в детстве, относится к одному из любимых способов времяпрепровождения.

Несмотря на то, что сюжетно-ролевые компьютерные игры имеют значимые отличия от традиционных ролевых игр дошкольного и младшего школьного возраста, есть черты, которые их объединяют. Это прежде всего увлеченность игроков; игровая ситуация со своей внутренней логикой; наличие персонажей с присущими им правилами поведения, которые должны соблюдаться; вкладывание собственных смыслов в игровую ситуацию и относительная свобода действий в рамках игровых правил. Так, Л. С. Выготский, анализируя роль игры в жизни ребенка, удовлетворение от игры во многом связывал с возможностью включиться в «мнимую ситуацию», позволяющую реализовывать в игре нереализуемое. При этом он отмечал, что особая ценность игры заключается в том, что в процессе проигрывания разных социальных ролей усваиваются нормы и правила социума, принятие которых в реальной жизни вызывает затруднение (Выготский, 1966). М. Бредиките с соавт. в рамках нарративной педагогики акцентируют внимание на игровых сюжетах, в основе которых лежат сказки, которые служат отправной точкой для игрока, чтобы начать свободно и спонтанно импровизировать, видоизменять происходящее, основываясь на своем опыте переживаний, воображении и фантазиях (Bredikyte, Brandišauskien, Sujetaite-Volungeviciene, 2015).

Особый интерес представляют игрушки как носители ролей в детских традиционных играх и игровые персонажи в сюжетно-ролевых компьютерных играх для более старшего возраста. Несмотря на существующие различия, и те и другие становятся проводниками в игровую реальность и позволяют в игре почувствовать себя тем, кем в жизни стать невозможно. Так, в традиционных играх младшего школьного возраста важную роль играют образные игрушки, позволяющие ребенку осваивать в игре отношения между людьми через разыгрывание разных ситуаций взаимодействия. Такие игрушки позволяют опробовать должное и недопустимое в игре, становясь стимулами для внимания ребенка к разным аспектам жизни. Л. И. Эльконинова и П. А. Крыжов, исследуя особенности поведения детей при игре с *Monster High*, отмечают влияние кукол на способы игры, специфику конструирования игровых провокаций и характер разрядки агрессивных переживаний, но все же констатируют, что влияние игрушек на размывание детских представлений о добре и зле не выявлено (Эльконинова, Крыжов, 2022).

Можно предположить, что смыслы, которые вкладывает взрослый человек в игрового персонажа, и дальнейшие способы их развития в рамках сюжетно-ролевой игры тоже касаются вопросов добра и зла. В юношеском возрасте данная проблема становится особо актуальной и связана с процессами самоопределения, что влияет на выбор игрового героя. Целью нашего исследования стал анализ отношения студентов к игровым героям с позиции добра и зла, а гипотезой – предположение о том, что в случае возникновения ситуации размытия представлений о добре и зле игрок, выбирая персонажа, которого можно охарактеризовать как злодея, будет испытывать такое же удовольствие от победы, как и те, чьи игровые персонажи являются в их восприятии олицетворением добра. В противном случае ценность победы будет более выражена, если добро побеждает зло.

На первом этапе для выделения типов идеальных игровых персонажей студентам предлагалось три трейлера сюжетно-ролевых компьютерных игр 2024 г. в жанрах постапокалипсис, фэнтези, научная фантастика. Так как игры, которые демонстрировались в трейлерах, были неизвестны студентам, это давало волю воображению при описании идеальных героев в зависимости от жанра игры и предыдущего игрового опыта. В обсуждении на данном этапе приняли участие 28 девушек и 25 юношей (возраст:  $M = 19,04$ ;  $SD = 1,67$ ); в опросе – 219 студентов, по результатам которых был составлен опросник с типологией игровых персонажей для оценки игровых предпочтений и биполярной шкалой, позволяющей оценить качества героев с позиций добра и зла.

На втором этапе в опросе приняли участие 98 девушек и 89 юношей (возраст:  $M = 20,13$ ;  $SD = 2,30$ ). Для выявления значимых корреляций использовался коэффициент корреляции Спирмена.

В процессе группового обсуждения были выделены шесть типов игровых персонажей. Из них три типа можно охарактеризовать как носителей добра; один амбивалентен; два типа являются выразителями зла.

К героям, которые студенты воспринимают как выразителей добра, относятся типы персонажей, которые по результатам контент-анализа высказываний студентов, были обозначены как «Детектив», «Исследователь» и «Создатель». Охарактеризуем их подробнее.

В рейтинге симпатий по результатам опроса «Детектив» занимает второе место, задача героя – заниматься расследованиями, находить и наказывать преступников. Таких персонажей студенты в процессе группового обсуждения чаще называли после просмотра трейлеров в жанрах постапокалипсиса и научной фантастики. При этом особое

внимание уделялось наличию в игре предыстории персонажа и мира, прописыванию специфики норм и правил сообществ, а также понятных мотивов поведения их членов – важного фактора, позволяющего вычислить преступника. Многие студенты подчеркивали, что хотели бы, чтобы главный злодей был до конца игры неизвестен и, возможно, оказался другом героя. Опрос показал, что данный тип героев выбирали в основном девушки ( $r=0,417$ ;  $p<0,01$ ), выделяя в числе значимых понятий, его характеризующих, «Добро» ( $r=0,221$ ;  $p<0,01$ ), «Разум» ( $r=0,180$ ;  $p<0,01$ ) и «Красота» ( $r=0,149$ ;  $p<0,05$ ).

«Искатель» занимает третье место в рейтинге популярных игровых персонажей. Такой герой чаще проявлялся после просмотров трейлера в жанре научной фантастики. Основные функции данного типа героев – это исследование незнакомых территорий, нахождение артефактов, обогащение, стычки с врагами, повышение разных навыков. Опрос выявил такие значимые понятия, позволяющие отнести этот тип к носителям добра, как «Добро» ( $r=0,180$ ;  $p<0,01$ ) и «Разум» ( $r=0,189$ ;  $p<0,01$ ).

«Создатель» занимает пятое место в рейтинге предпочтений. Его чаще выбирают девушки ( $r=0,185$ ;  $p<0,01$ ). Идеальный герой данного типа описывается как рассудительный и образованный властитель, который может быть талантливым управленцем и могучим воином. Такой герой чаще проявлялся после просмотров трейлеров в жанрах научной фантастики и фэнтези. Согласно опросу, значимыми понятиями, характеризующими этот тип героев, являются «Сила» ( $r=0,178$ ;  $p<0,01$ ), «Порядок» ( $r=0,178$ ;  $p<0,01$ ) и «Доброта» ( $r=0,137$ ;  $p<0,05$ ).

К условно добрым героям был отнесен «Спасатель», который в рейтинге предпочтений занял четвертое место. Данный тип героя проявился после просмотра всех трех трейлеров. Этот герой многофункционален: он сражается, ведет расследования, разведывает новые территории, но в основе его деятельности лежит спасение (близкого человека, города, мира, вселенной и т. д.). Студенты, описывая этого героя, особо ценят наличие сложного морального выбора, с которым обязательно столкнется герой в процессе прохождения игры, и различные концовки игры в зависимости от этого выбора. Одним из примеров такого выбора может стать дилемма, кого спасти – любимого человека или мир (в любом случае герой свершит зло). Также в описании этого героя встречаются предположения об ошибках прошлого, которые ему предстоит исправить, и тема наказания, которое он должен достойно принять, жертвуя собой. Не случайно к значимым характеристикам в описании героев здесь относятся «Спасение» ( $r=0,318$ ;  $p<0,01$ ) и «Наказание» ( $r=0,168$ ;  $p<0,05$ ).

«Боец» и «Разрушитель» – игровые персонажи, которые воспринимаются в большей степени в категориях зла, чаще предпочитают юности ( $p < 0,01$ ). Так, «Боец» занимает первое место в рейтинге симпатий студентов. Его основной функцией является сражение, где важную роль играет развитие боевых навыков. Этого героя описывают как сильного, смелого, обладающего сверхспособностями, способного возрождаться. Данные описания довольно шаблонны и поверхностны, а фокус внимания выбирающих «Бойца» студентов в большей степени смещается на характеристики идеальной игры. Данный тип героя чаще проявлялся после просмотра трейлера-фэнтези. Опросы показали, что он ассоциируется со «Злом» ( $r = 0,154$ ;  $p < 0,05$ ) и «Хаосом» ( $r = 0,149$ ;  $p < 0,05$ ).

Еще более выраженным носителем зла является «Разрушитель», что, по-видимому, связано с желанием игрока ощутить себя в игре злодеем, при этом неважно, постапокалипсис это, фэнтези или научная фантастика. Его выбирали после просмотра всех трейлеров: после просмотра трейлера в жанре постапокалипсиса «Разрушитель» выглядел как маньяк-ученый, превративший окружающий мир в жестокий эксперимент, трейлера-фэнтези – как черный маг или монстр, стремящиеся разрушить упорядоченное, после трейлера в жанре научной фантастики – как агрессивный пришелец, обезумивший робот или искусственный разум. И если основная функция «Бойца» заключается в уничтожении существ, здесь значимым становится разрушение сообществ и даже целых цивилизаций. Интересно отметить, что студенты, выбиравшие такого персонажа, также часто говорили, что победа в игре для них не является значимой, а важен сам процесс. В опросах у «Разрушителя» более выражены корреляции со «Злом» ( $r = 0,409$ ;  $p < 0,01$ ) и «Хаосом» ( $r = 0,362$ ;  $p < 0,01$ ), чем у «Бойца», а также выявлены корреляции с «Безумием» ( $r = 0,229$ ;  $p < 0,01$ ) и «Поражением» ( $r = 0,162$ ;  $p < 0,05$ ).

Исследование не позволяет делать выводы о том, что выявленные типы героев способны негативно повлиять на участвовавших в опросе студентов, размывая в их мировосприятии грани между добром и злом. Скорее проигрывание роли злодея способствует выплескиванию агрессивных эмоций и появлению возможности похулиганить, нарушая социальные запреты. Исследование также выявило корреляции между параметром «герой как носитель добра» и «победа героя» ( $r = 0,339$ ;  $p < 0,01$ ), а также «герой как носитель зла» и «поражение героя» ( $r = 0,395$ ;  $p < 0,01$ ). Таким образом, даже примеряя на себя роль злодея, студенты осознавали, что добро должно побеждать, а зло наказываться.



## Литература

- Выготский Л. С.* Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии. 1966. № 6. С. 62–68.
- Гейминг-2022. НАФИ: Социальные и экономические эффекты. URL: <https://nafi.ru/analytics/geyming-2022-skolko-vremeni-i-deneg-rossiyane-tratyat-navideoigry> (дата обращения: 19.08.2024).
- Исследование игровой аудитории в России: опрос 90 тысяч пользователей // Cossa. 21.01.2023. URL: <https://www.cossa.ru/news/323388/?ysclid> (дата обращения: 19.08.2024).
- Эльконинова Л. И., Крыжов П. А.* Психологическая экспертиза куклы в рамках культурно-исторического подхода: границы и возможности // Культурно-историческая психология. 2022. Т. 18. № 3. С. 41–50. doi: 10.17759/chp.2022180305
- Bredikyte M., Brandišauskien A., Sujetaite-Volungeviciene G.* The dynamics of pretend play development in early childhood // Pedagogika. 2015. V. 118 (2). P. 174–187.

### **Личностные и контекстуальные корреляты морального маневрирования в этически нагруженных ситуациях: постановка проблемы\***

*Е. И. Горбачева, К. В. Кабанов*

*Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского, Калуга*

Рассматривается проблема взаимосвязи между вариативностью применения личностью морального запрета и атрибуцией его необходимости в разных контекстах этически нагруженных ситуаций. Обосновывается необходимость обращения к феномену морального маневрирования как гибкости в применении моральных аргументов и их изменчивости в разных контекстах: таких, где моральные нормы наполняются конкретным операционным содержанием, легко интерпретируемы и не обеспечиваются очевидными санкциями, и таких, где явно обозначены институциональные или моральные эталоны действия. Показана роль личностных характеристик (моральная идентичность, рефлексивность, уровень нормативоприятия в нравственной сфере) в опосредствовании императивности морального запрета в условиях варьирования контекста его применения.

\* URL: <https://rscf.ru/project/23-28-10189>.

*Ключевые слова:* этически нагруженная ситуация, моральное маневрирование, моральный запрет, личностные характеристики, контекстуальные корреляты.

В моральной психологии теории, фокусирующиеся на концептуализации и эмпирическом измерении морали людей с точки зрения общих моральных ценностей (Curry et al., 2019), предполагают, что последние являются релевантными концепциями для объяснения и прогнозирования поведения в их жизни. Однако теоретическое и эмпирическое обоснование этой идеи все еще требует существенной проработки. Определенный вызов в понимании устойчивости морального поведения как отражения согласованного характера моральной аргументации задает отмеченный в ряде исследований феномен морального маневрирования, характеризующийся отступлениями от моральных норм по «скользящей» шкале: от обоснованного до имеющего достаточные моральные основания (Джино, Ариэли, 2022).

В данной статье мы исследуем теоретические подходы к обоснованию взаимосвязи между вариативностью применения личностью морального запрета и атрибуцией его необходимости в разных контекстах этически нагруженных ситуаций посредством концептуального анализа. Такая постановка проблемы близка методологическому подходу Л. И. Анцыферовой, согласно которому необходимо перейти от «структурно-статичного исследования психологической организации личности к процессуально-динамическому» (Анцыферова, 1978, с. 39).

В своем определении возможностей и ограничений теории Л. Колберга Анцыферова особо указывает на то, что «переход от сознания к действию — выработка деонтического суждения, сознание долга, интерпретация и оценка моральной ситуации, выработка умения совершить адекватное моральное действие, противостоять искушениям, способность восстанавливать иерархию ценностей, типичную для личности, — порождает некоторые рассогласования между уровнем морального сознания и поведения» (Анцыферова, 1999, с. 11). Именно поэтому не теряет своей актуальности вопрос, ситуативно ли то или иное моральное поведение или оно является проявлением устойчивого личностного качества.

Теоретические основания для исследования как контекстуальных, так и личностных коррелятов применения моральных запретов по-прежнему дискуссионны. Существует целый корпус работ, утверждающих, что на выборы людей между «правильным» и «неправильным» влияют конкретные контексты, в которых они происходят.

В частности, когда контекст обеспечивает достаточную гибкость, позволяющую правдоподобно обосновать, что можно действовать эгоистично, оставаясь моральным, люди хватаются за такие возможности, чтобы ставить во главу угла личные интересы в ущерб морали.

Ф. Джино с коллегами отмечают, что моральные искажения в суждениях и действиях связаны с альтернативным процессом когнитивной обработки, искажающей теоретические модели рационального вывода. Согласно байесовскому подходу, люди должны демонстрировать вероятностные распределения прежних убеждений, а затем обновлять эти убеждения с помощью непредвзятой оценки любых новых данных, с которыми они сталкиваются. «Мотивированные байесовцы», по меткому определению авторов, искажают этот процесс, например, игнорируя или недооценивая неблагоприятные доказательства или манипулируя выводами, которые они делают на основе этих доказательств. Причем моральная аргументация строится таким образом, «чтобы прийти к выводу, что... эгоистическое поведение на самом деле не отражает безнравственности. То есть люди могут весьма творчески манипулировать своим восприятием ситуации, чтобы заставить эгоизм казаться „не таким уж плохим“ с моральной точки зрения» (Gino et al., 2016, p. 192).

Л. И. Анцыферова в свое время пронизательно указала в связи с обсуждением устойчивости характера моральных суждений в изменяющихся ситуациях, что «было бы ошибочно считать, что сами по себе моральные суждения, убеждения, умозаключения, типичные для пятой стадии нравственного мышления, непосредственно обеспечивают соответствующее поведение. Между моральным сознанием (знанием, убеждением) и его воплощением в реальном поведении существует ряд звеньев, которые мы назвали бы когнитивно-личностными способностями» (Анцыферова, 1999, с. 10).

Роль личностных характеристик в опосредствовании маневрирования в обоснованности морального запрета и императивности его применения раскрывается во всей полноте, если соотнести такое маневрирование с проявлениями «этического диссонанса». Механизм психологической близости этих феноменов в общих чертах можно описать так. Все люди имеют относительно устойчивое самовосприятие, в том числе в аспекте их моральности (моральную самооценку). А значит, слишком значительное отдаление предпринятых суждений в оправдание действий от нравственного идеала является для человека труднопереносимым. Стремясь избежать внутреннего конфликта и обусловленных им эмоций, люди воздерживаются от слишком выраженной аморальности.

Процессы преодоления этического диссонанса как достижения удовлетворенности своим моральным обликом можно сравнить с актуализацией своего рода «самосигналов», свидетельствующих индивиду о собственном соответствии образу справедливого человека даже при осознанной реализации аморального действия (Regner, Matthe, 2021). Причем способности генерировать такие «самосигналы» у людей далеко не одинаковы. Обеспечение приемлемого баланса морали, прагматической целесообразности и достижения требуемого уровня моральной состоятельности должно быть связано с неким уровнем нормативоприятия и рефлексивности личности. Другими словами, люди, которые отдают предпочтение нравственности и осознают это, могут придавать большое значение своей моральной некомпетентности, часто «достигая этой цели путем манипулирования способом обработки информации, чтобы оправдать совершение эгоистичных действий, сохраняя при этом чувство нравственности» (Gino et al., 2016, p. 190).

В этически нагруженной ситуации, в которой переплетены конвенциональные нормы, правила, традиции, универсальные моральные принципы, условиями морального маневрирования выступают и сами ситуации, побуждающие людей гибко балансировать в обосновании своего или чужого неэтичного поведения. Роль личностных характеристик в появлении морального маневрирования и его интенсивности должна быть дополнена анализом контекстуальных характеристик.

Проявления маневрирования в применении моральных запретов могут существенно отличаться в зависимости от фокуса действия морального агента. В ситуациях эго-центрированного типа, в отличие от алло-центрированных, испытуемый сам является «героем» ситуации, принимая собственное решение нарушить моральный запрет, а не делает это за другого. Так, в серии экспериментов с варьированием ситуаций, когда приходилось принимать решение от своего имени (в условиях Я), участники демонстрировали предельную честность суждений и оценивали себя как наименее склонных к неэтичному поведению, в то время как в условиях действия от лица своего друга (близкий Другой) и просто знакомого человека (отдаленный Другой) с большей вероятностью признавали, что они могли бы совершить неэтичный поступок, и в своих суждениях находили ему оправдание (Barkan et al., 2012). Этический диссонанс проявлялся в условиях Я, но не в других условиях, что указывало на то, что угроза для морального Я имеет решающее значение в контексте оценки действия себя как морального агента. Как заметили сами исследователи, «знания

о собственных нарушениях этических норм заставили участников сознательно управлять своим впечатлением, более строго судить сомнительных руководителей и нарушителей и представлять себя так, будто они вряд ли совершат неэтичное поведение» (там же, р. 766).

Следует признать, что в связи с определением сущности морального маневрирования и его коррелятов наиболее исследована роль моральной идентичности. Определяемая стремлением поддерживать согласованность между самооценкой и действием, она способствует сохранению мотивации моральных действий в качестве саморегуляции (Aquino et al, 2009). Вместе с тем эмпирические модели объяснения гибкости в применении моральных аргументов в ситуациях аморального действия с позиции поддержания просоциальной идентичности подвергаются обоснованной критике. Есть весомые свидетельства того, что люди склонны в неопределенной ситуации в большей степени оправдывать аморальный выбор (Regner, Matthey, 2021). При этом диапазон различий между подобными суждениями в разных контекстах может изменяться. Именно поэтому правомерно обратиться к таким личностным характеристикам, которые сопряжены с продуктивностью морального мышления. Так, этическая позиция личности уже на начальном этапе определения «моральности» ситуации обеспечивает императивность выбираемого решения, а нормативно-принятие в нравственной сфере побуждает к сохранению морально зрелой аргументации и ее согласованности в условиях варьирования контекста (Горбачева, 2023).

Исследование роли подобных личностных характеристик особенно ценно, если выяснится, что они опосредствуют применение морального запрета независимо от контекста, в котором он должен быть осуществлен. Если они действительно оказывают воздействие на устойчивость морального поведения, то это помогло бы предсказать ограничения маневрирования и в императивности, и в обоснованности предпринимаемого решения морального агента – и, возможно, также повлиять на них.

И всё же выборы между «правильным» и «неправильным» осуществляются в конкретных контекстах. Например, нельзя исключать из анализа случаи, «когда контекст обеспечивает достаточную гибкость, позволяющую правдоподобно обосновать, что можно действовать эгоистично, оставаясь моральным, люди хватаются за такие возможности, чтобы ставить во главу угла личные интересы в ущерб морали» (Gino et al, 2016). Правомерно предположение и о том, в «слабых» ситуациях (те, в которых последствия принимаемых моральных решений четко не определены и допускаются компромиссы в согла-

совании универсальных и конвенциональных норм) может возрастать роль контекстуальных переменных, тогда как в ситуациях с очевидными моральными последствиями («сильные») более выпукло проявятся личностные позиции.

Экспериментально подтверждено, что с изменением информативности ситуации, т. е. с возрастанием роли ее моральных последствий, испытуемые склонны опираться на свою идентичность. Аналогичным образом, они поддаются искушению ситуационных оправданий, когда информативность ситуаций низкая (см., например: Venabou, Tirole, 2010). Существует немало эмпирических исследований на материале экономических игр в «Диктатор», подтверждающих сказанное: если допускаются моральные оправдания для нарушения морального запрета (взаимно справедливое поведение), то вероятность аморальных решений возрастает и респонденты охотно используют «моральный простор для маневра» аргументами в пользу нарушения нормы справедливой распределения благ (Regner, Matthey, 2021).

Легкость в изменении допустимости нарушений морального запрета будет сопровождать оценки людей именно в тех ситуациях, где моральные нормы наполняются легко интерпретируемым конкретным операционным содержанием и не поддерживаются очевидными санкциями. К таким ситуациям можно отнести житейские, отражающие повседневные практики взаимодействия. Напротив, правовые ситуации могут препятствовать гибкости моральной аргументации, поскольку в них с большей степенью демонстративности проявится следование наиболее общим институциональным или моральным шаблонам.

Осуществляя редукцию содержания этически нагруженной ситуации к простым оценкам, люди могут широко варьировать характер атрибуции нравственного, нравственно нейтрального, допускающего моральный компромисс действия, при этом границы морального маневра в разных контекстах могут меняться. Все же имеются определенные пределы изменчивости в императивности и обоснованности морального запрета, что, в свою очередь, ограничивает аморальность действий и их оправданий. И эти пределы устанавливаются личностью.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Анциферова Л. И.* Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 3. С. 5–17.

- Горбачева Е. И.* Применение моральных запретов в этически напряженных ситуациях: теоретические основания и исследовательские подходы // *Личность в пространстве и времени: Вып. 12. / Под ред. И. В. Морозиковой, К. Е. Кузьминой. Смоленский государственный университет. Смоленск: Изд-во СмолГУ, 2023. С. 58–64.*
- Джино Ф., Ариэли Д.* Объяснение нечестности. Что заставляет нравственных людей поступать неправильно // *Социальная психология добра и зла / Под ред. А. Г. Миллера. Х.: Гуманитарный центр, 2022. С. 341–359.*
- Aquino K., Freeman D., Reed A., Lim V. K. G., Phelps W.* Testing a socio-cognitive model of moral behavior: the interactive impact of situations and the central role of moral identity // *Journal of Personality and Social Psychology.* 2009. V. 97 (1). P. 123–141. doi: 10.1037/a0015406
- Barkan R., Ayal S., Gino F., Ariely D.* The pot calling the kettle black: Distancing response to ethical dissonance // *Journal of Experimental Psychology: General.* 2012. V. 141 (4). P. 757–773. doi: 10.1037/a0027588
- Benabou R., Tirole J.* Individual and corporate social responsibility // *Economica.* 2010. V. 77. P. 1–19. doi: 10.1111/j.1468-0335.2009.00843.x
- Curry O. S., Jones Chesters M., Van Lissa C. J.* Mapping morality with a compass: testing the theory of ‘morality-as-cooperation’ with a new questionnaire // *Journal of Research in Personality.* 2019. V. 78. P. 106–124. doi: 10.1016/j.jrp.2018.10.008
- Gino F., Norton M. I., Weber R. A.* Motivated Bayesians: Feeling moral while acting egoistically // *Journal of Economic Perspectives.* 2016. V. 30 (3). P. 189–212. doi: 10.1257/jep.30.3.189
- Regner T., Matthey A.* Actions and the self: I give, therefore I am? // *Frontiers in Psychology.* 2021. V. 12. doi: 10.3389/fpsyg.2021.684078

## **Человечность организации как мягкая модель управления ее антихрупкостью**

*М. Ю. Двоеглазова*

Мурманский арктический университет, Мурманск

В статье описаны составляющие мягкой модели управления антихрупкостью организации. Человечность организации определяет реализацию ее персоналом — и сотрудниками, и руководителями — взаимоотношений на основе морали, нравственности, духовности, в основе которых лежит желание видеть свою организацию с «человеческим лицом». Ме-

рилами человечности организации является самореализация и самосохранительное поведение ее членов, поддержание у них ценностей здорового образа жизни, ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью других людей, создание оптимальных условий для их профессионального здоровья, сохранение психического здоровья организации и индивидуального психического здоровья каждого сотрудника, а также все то, что можно обозначить как человеческое отношение к человеку.

*Ключевые слова:* человечность организации, мягкая модель, антихрупкость, эффект гиперкомпенсации, избыточные резервы системных ресурсов.

Современные общественно-политические, социально-экономические условия, сопряженные с различного рода критическими ситуациями, диктуют необходимость обращения к психологическим факторам поддержания высокого психологического благополучия человека в процессе жизнедеятельности, высокого качества его жизни.

Трудовая деятельность занимает значительную часть жизни человека, условия, в ней создаваемые, определяют не только его прогрессивное развитие, но и высокую вовлеченность в работу, психологическую безопасность и психологическое здоровье как основы его долголетия, длительной высокой работоспособности и самоотдачи в профессии. Человечность, будучи одной из приоритетных общественных ценностей, предполагает достойное, гуманное, отзывчивое, благожелательное, уважительное отношение к человеку как наивысшей ценности и капиталу общества, создание условий для проявления его сущностных сил в деятельности.

Человечность организации проявляется в человечности ее сотрудников, мерилom которой является в том числе самореализация личностью своих потенциалов в совместной деятельности во благо. Самореализация личности как пожизненная конкретизация человечности субъектом своих отношений с самим собой и окружающими людьми означает ответственность за себя перед своей совестью, реализацию стремления помочь другим в решении их насущных задач, стремление оказать помощь другим и себе в сохранении благополучия на протяжении жизни (Суворов, 1996).

Человечность, возникающая из инстинкта, выражается в любви и духовности, предполагающей следование морали. «Отдельный человек духовен, если для него общественно значимое стало личностно значимым» (Шадриков, 2009, с. 79).

По нашему мнению, человечность организации также проявляется в возможности осуществления самосохранительного поведения



в профессиональной деятельности, которое «есть готовность личности к сохранению собственной жизни и здоровья, к продлению существования вплоть до глубокой старости» (Антонов, 2005, с. 20). Самосохранение, проявляясь в физическом и телесном самосохранении, психологическом сохранении своего Я и социальном самосохранении личностью себя в определенном социальном статусе или положении, есть залог здоровой душевной деятельности, определяющий адаптацию к изменениям и развитие личности, противостоящий профессиональному выгоранию, профессиональным деформациям и деструкциям, иррациональному риску в профессиональной деятельности, девиантному профессиональному поведению.

Человечность организации проявляется в поддержании на высоком уровне у сотрудников ценностей здорового образа жизни, восприятия ими здоровья как важнейшего смысложизненного мотива и регулятора поведения личности. Ценностное отношение к собственному здоровью и здоровью других людей обеспечивает оптимальные условия для протекания психических и физиологических процессов, что уменьшает вероятность заболеваний и увеличивает продолжительность жизни человека. В субъектно-ресурсном подходе здоровье человека определяется как «системный многокомпонентный ресурс, помогающий реализоваться в жизни, труде и личной жизни, обуславливающий долголетие и качество жизни» (Водопьянова и др., 2018, с. 36), в том числе профессиональное долголетие.

Поддержание и поощрение у сотрудников ответственности за здоровый образ жизни как многокомпонентного образования, включающего понимание связи образа жизни и здоровья (когнитивный компонент), стремление и организацию образа жизни (мотивационно-волевой компонент), поведение в системе «Я—другие—среда» (духовно-нравственный компонент) (там же) во многом определяет реализацию ее потенциалов.

Человечность в организации проявляется в создании оптимальных условий труда, способствующих поддержанию человеком профессионального здоровья как свойства организма сохранять необходимые компенсаторные и защитные механизмы, обеспечивающие его профессиональную надежность и работоспособность во всех условиях профессиональной деятельности (Пономаренко, 1992).

Человечность организации проявляется и в сохранении ее психического здоровья как неотъемлемой части корпоративного лидерства в сегменте экономики, отрасли, рынка. Индивидуальное психическое здоровье как состояние психики индивида характеризуется цельностью и согласованностью всех психических функций организма,

обеспечивающих чувство субъективной психической комфортности, способность к целенаправленной осмысленной деятельности и оптимальное выполнение социальных функций, адекватных общечеловеческим ценностям и этнокультурным особенностям той группы, к которой принадлежит индивид (Дмитриева, Положий, 2002). Позитивное психическое здоровье на работе помогает командам оставаться гибкими при смене ролей и обязанностей, сотрудникам – успешно выполнять свои обязанности, справляться со стрессом, раскрывать свой потенциал. «Неудовлетворительное состояние психического здоровья отрицательно сказывается на когнитивном, поведенческом, эмоциональном, социальном и реляционном благополучии и функционировании человека, его физическом здоровье, а также проявлениях его личностной индивидуальности и благополучии на рабочем месте. Наряду с прямыми издержками, связанными с психическими заболеваниями, существует и множество косвенных издержек. К ним относятся: повышенные показатели кратковременной нетрудоспособности, инциденты, связанные с безопасностью, прогулы и презентеизм, низкая производительность и недостигнутый результат, стресс, переживаемый членами команды, чрезмерный штат сотрудников для покрытия отсутствия по болезни» (Коновалова, 2022, с. 5), авраловая и сверхурочная работа. Можно и дальше перечислять издержки производства, возникающие при неудовлетворительном состоянии психического здоровья персонала.

Индивидуальное психическое здоровье проявляется в способности здорового человека развиваться, расти, совершенствоваться, адаптироваться к меняющимся условиям внешней среды, регулировать свои поступки и свое поведение в границах социальных норм. Создание условий для поддержания и усиления данных способностей в деятельности – условие их сохранения и умножения.

Создание в организации сильной культуры психического здоровья предполагает, в том числе, организацию рабочего места и рабочей среды, оценку стресс-рисков в различных видах профессиональной деятельности для профилактики стрессового состояния работников, разработку индивидуальных планов охраны здоровья сотрудников, своевременную оценку психического здоровья сотрудников с помощью индекса психического здоровья на работе, созданного в соответствии с руководящими принципам ВОЗ, устранение токсичного поведения сотрудников, формирование у человека внутренней картины здоровья и навыков психогигиены.

Человечность организации проявляется в сохранении чувства собственного достоинства работников, уважении их стремления

к переживанию чувства гордости в профессиональной деятельности, в признании их вклада в достижение корпоративных результатов работы, признании их индивидуальных достижений в созидательной деятельности по сотворению материальных и духовных ценностей.

Человечность организации проявляется в поддержании в своих сотрудниках нравственной надежности как универсальной общекультурной ценности в том числе, препятствующей проявлению в ходе коллегиального принятия решений эффекта Барнума, Рингельмана, огруппления мышления, подражания, конформизма, группового фаворитизма, группового эгоизма и др.

Человечность организации проявляется в признании права каждого сотрудника на самопроявление собственной индивидуальности как в совместной, так и в самостоятельной деятельности по сотворению социально ценного продукта, коим в первую и главную очередь является сама творящая свое собственное бытие и бытие мира личность.

Признание права личности быть субъектом собственной профессиональной деятельности, проявляя в ней творческий поиск и творческую инициативу, принципиальность, социальную смелость, целеустремленность, решительность, самостоятельность и надситуативную активность, социальную ответственность, автономность и независимость есть человеческое отношение к человеку как биосоциальному существу, жизнь и деятельность которого регулируется не только биологическими нуждами, но и социальными потребностями, полноценная реализация которых обеспечивает высокое качество жизни субъекта бытия, удовлетворенность проживаемой жизнью, стремление жить и действовать во благо себя и других, в том числе тех, кто придет на смену данному человеку.

Личность в организации с человеческим отношением к человеку, действуя над порогом ситуативной необходимости, совершает поступки, выходящие за пределы требований, сформулированных на старте деятельности, и тем самым оказывается способной к прорывам в решении актуальных организационных задач, производит поступательное движение вперед деятельности для повышения ее уровня реализации, расширения охвата решаемых задач, углубления их содержания, а иногда и трансформации деятельности в иную – как в целевом, так и в функциональном, как в операциональном, так и в содержательном смысле.

Личность, будучи носителем «свободной причинности», склонна к активной неадаптивности в деятельности (Петровский, 2021), поэтому предпочитает цели и ситуации с непредрежденным исходом,

стремится к активно-неадаптивным выходам за пределы заданного, изведенного, знакомого, может быть эффективна в ситуации неопределенности, столь часто в последнее время встречающейся в организационной деятельности.

Личность, будучи детерминирована мотивом цели и мотивом свободы, стремится к самопроявлению своей сущностной уникальности в том числе и в осуществлении самостоятельно ею выбранного жизненного пути, с реализацией в нем собственных смыслов жизни, выбранных в качестве центральных ориентиров и надличностных регуляторов ее поведения в разнообразных жизненных обстоятельствах. Признание за личностью права на самостоятельное построение своего жизненного пути, самостоятельное житнетворение своего бытия есть условие существования человека в мире и мира в человеке, условие событийности внутренних миров индивидуумов.

Человечность организации проявляется и в признании права человека на реализацию его карьерных амбиций и карьерных ориентаций социально одобряемыми способами, не ущемляющими интересы других людей, их возможности и способности, права и карьерные траектории.

Ориентация организаций на антихрупкость как свойство всех естественных и сложных систем, которые, несмотря на внешние стрессоры, сохраняются, а также используют мощность стрессоров для самообновления, становится все более востребованной (Крайнова, 2017). Антихрупкость организации не тождественна ее гибкости или неуязвимости, проявляется не только в самосохранении системы после пережитых испытаний, но и в ее последующем поступательно-эволюционном развитии (Талеб, 2019). Непременным условием антихрупкости организации является наличие избыточных резервов системных ресурсов, которые в стрессовой ситуации выполняют роль «защитной жилетки», «золотого парашюта», «терапевтической подушки», способствующих не только самосохранению организации, но и ее переходу на новый виток развития через высвобождение и применение этих запасных ресурсов. Наличие данных резервов — условие и признак динамической эффективности системы, ее способности к эволюционированию.

Дополнительный ресурс системы, создаваемый человечностью организации, в ситуации стресса определяет возникновение в ней эффекта гиперкомпенсации (Балацкий, 2015), проявляющегося в осознании и осмыслении нанесенных стрессом потерь, мобилизации и реструктуризации резервов, активизации на их основе перестройки системы, в том числе через экспериментирование, с целью выхода

из сложившейся ситуации, порождения нового эффективного решения, способствующего прогрессу системы.

Так в чем же состоит мягкая модель поддержания антихрупкости организации? По нашему мнению, в том числе в человечности организации, направленной на сохранение и преумножение резервов, в первую очередь человеческих резервов организации.

### Литература

- Антонов А. И.* Микросоциология семьи. М.: Инфра-М, 2005.
- Балацкий Е. В.* Концепция антихрупкости социальных систем и ее приложения // *Общественные науки и современность.* 2015. № 6. С. 116–130.
- Водопьянова Н. Е., Гофман О. О., Мальцев И. Ю.* Постановка проблемы ответственности за здоровый образ жизни персонала (индивидуальный и организационный аспект) // *Психология труда и управления как ресурс развития общества в условиях глобальных изменений: Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 25-летию факультета психологии ТГУ.* Тверь: Изд-во ТГУ, 2018. С. 30–37.
- Дмитриева Т. Б., Положий Б. С.* Психическое здоровье россиян // *Человек.* 2002. № 6. С. 21–31.
- Крайнова И. А.* О метафорах риска: «Черный лебедь» Н. Талеба и «Слон в комнате» Э. Зерубавеля // *Вестник института мировых цивилизаций.* 2017. № 15. С. 124–128.
- Петровский В. А.* Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2021.
- Пономаренко В. А.* Психология жизни и труда летчика. М.: Воениздат, 1992.
- Суворов А. В.* Человечность как фактор саморазвития личности: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 1996.
- Тaleb Н. Н.* «Шкура на кону»: этический и практический смысл социальной ответственности // *Методы менеджмента качества.* 2019. № 4. С. 10–13.
- Шадриков В. Д.* От индивида к индивидуальности: Введение в психологию. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.

## Особенности переживания времени студентами с разными вариантами личностного функционирования

*А. А. Дьячук*

Красноярский государственный педагогический университет  
им. В. П. Астафьева, Красноярск

Исследование посвящено изучению вариантов функционирования студентов в изменяющихся условиях обучения. Новые условия жизнедеятельности и обучения порождают психологические образования, определяющие возможность перехода на новый уровень функционирования, поиска оптимальных способов решения задач. В изменяющейся ситуации при необходимости преобразования личностью себя в качестве психологического образования, определяющего переход на новый уровень функционирования, рассматривается переживание времени. На основе двух серий исследования выделены различные варианты функционирования студентов, относительно которых выявлены воспроизводимые переживания времени. Показано, что переживание времени как организованного, насыщенного и приятного устойчиво связано с более сложными и оптимальными вариантами функционирования.

*Ключевые слова:* переживание времени, личностное функционирование, временные образования, устойчивость, изменчивость.

Устойчивость личности обеспечивается ее изменчивостью, появлением психологических образований, приводящих к изменению уровня организованности, режима ее функционирования (Анцыферова, 1981). Успешность функционирования в разных сферах рассматривается как активность личности, направленная на поиск возможностей преодоления затруднений в самореализации, использование имеющихся ресурсов для снижения негативных эффектов неблагоприятных условий, проектирования вариантов решения задач сегодняшнего дня и формирования предпосылок движения вперед (Головей и др., 2014; Леонтьев, 2020).

Особенности функционирования личности связаны с накопленным опытом, психологическими образованиями, которые подвергают психической переработке события, объективные условия и внешние требования для выбора психологических стратегий и тактик решения жизненных задач (Анцыферова, 1994). Динамика изменений личности и режимов функционирования связана с временными аспектами активности, которые традиционно рассматриваются через закономерную смену этапов, стадий. При этом время выступает не только как ха-

рактеристика организации активности и развития, но и как свойство, возникающее в системе «личность—ситуация», связанное со спецификой ситуации и теми образованиями, через которые личность конструирует временные отношения и темпоральные свойства, определяющие ее изменчивость во времени, ее способности к перманентному преобразованию себя (Костромина, Гришина, 2023).

В качестве психологического образования, связанного с конструированием личностью изменчивости, процессуальности, темпоральности ситуации, которое регулирует активность и режим функционирования, мы рассматриваем переживания времени. Данные переживания отражают ситуацию как изменяющуюся, исходя из того, как личность конструирует ситуацию во времени, интерпретирует случившееся и проектируется становящееся, наделяя происходящее определенными отношениями с миром, что задает особенности организации активности и функционирования личности. Они возникают в результате интеграции образований, связанных со временем, и выступают как свойство системы самоорганизации личности как изменяющейся в динамичной ситуации (Дьячук, 2022).

Переживания времени становятся более значимыми в ситуации, когда она не задает определенную темпоритмику, определяющую активность, реализацию событий (например, смена уроков, последовательность событий при разных жизненных сценариях). При этом можно выделить ситуации, когда требуется решение «задач на время»: совладание с изменениями, трудностями (устойчивость себя при изменчивости ситуации), с проектированием достижения цели (изменение себя при проектировании изменчивости ситуации), с неопределенностью (самоопределение при конструировании ситуации).

В связи с проверкой данного предположения было проведено исследование, направленное на выявление различий в переживании времени при разных режимах функционирования. Для изучения была взята ситуация, которая объективно задавала необходимость изменений и решения задачи на время, — ситуация обучения студентов в период пандемии COVID-19 (январь—февраль 2021 г. и январь—февраль 2022 г.).

В качестве показателей особенностей функционирования студентов в изменившихся условиях обучения и жизнедеятельности были выделены следующие:

- самочувствие как показатель удовлетворенности различных потребностей, сигнал обратной связи о рассогласовании/соответствии желаемого и фактического, ресурсов и замыслов, находящихся

выражение в различных эмоциональных переживаниях (исследованы с помощью «Шкалы состояний» в адаптации А. Б. Леоновой и Шкалы ситуативной тревожности Ч. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина);

- успешность учебной деятельности через соотношение результатов обучения (отметок) и усилий, удовлетворенности и осмысленности как критериев оптимальности переживаний, сопровождающих учебную деятельность (исследованы с помощью методики «Диагностика переживаний в деятельности» Д. А. Леонтьева).

С помощью пакета Statistica v. 13 методом кластерного анализа k-средних на выборке 1962 студентов в возрасте 17–26 лет ( $M = 20,6 \pm 1,9$ ) были выделены четыре варианта личностного функционирования.

У первой группы студентов (13,2%) преобладают плохое и пониженное настроение, высокая ситуативная тревожность, они переживают пустоту, апатию в учебной деятельности, снижение успеваемости. В объективно изменившейся ситуации студенты испытывают трудности нахождения отличных от прежних способов функционирования при отсутствии включенности в учебную деятельность.

Вторая группа (36,2%) характеризуется стремлением сохранить прежние результаты в учебной деятельности при переживании отчуждения от нее и подавленного настроения. Затруднения связаны с нахождением более эффективных для новой ситуации способов функционирования. Для выделенных вариантов функционирования «потенциальный резерв развития личности» (Анцыферова, 1984) не соответствует сложности новых жизненных задач, в результате чего личность в изменяющихся условиях жизнедеятельности, как бы не замечая изменений, использует привычные, но не эффективные для новых условий способы функционирования.

Третий вариант функционирования (24,9%) характеризуется средним уровнем тревожности, переживанием удовольствия в учебной деятельности в соотношении с сохранением или снижением успеваемости, с поиском новых возможностей при недостаточности инструментальных средств их воплощения.

Преобладание удовольствия и смысла в учебной деятельности, улучшение успеваемости, хорошее самочувствие и меньшая выраженность ситуативной тревожности характерно для тех, кто в новых условиях смог сохранить и поддерживать оптимальное функционирование (25,7%).

Данные варианты функционирования отличаются появлением готовности к поиску новых способов функционирования, наличием образований в побудительной сфере при различной обеспечен-



ности инструментальных качеств, определяющих разворачивание активности.

Относительно выделенных вариантов функционирования был проведен сравнительный анализ переживаний времени, которые фиксировались через атрибутивные шкалы семантического дифференциала – «Шкалы переживания времени» А.А. Кроника, Е.И. Головахи.

Значимые различия выделены по таким переживаниями времени, как организованное, насыщенное, цельное и приятное. Особенности функционирования, связанного с трудностями адаптации к новым условиям, с новыми требованиями, соотносятся с переживанием времени как раздробленного, однообразного, пустого, неорганизованного, неприятного. Для вариантов функционирования, для которых характерна готовность к изменениям, время переживается как связанное, цельное, более разнообразное и связанное с положительными эмоциональными переживаниями.

Для выявления устойчивости соотношений переживаний времени и вариантов функционирования в январе-феврале 2022 г. (уровень коронавирусной инфекции был высок, но при этом обучение осуществлялось в аудиториях, ИКТ использовались по необходимости) повторно было проведено исследование 194 студентов ( $M = 21,1 \pm 2,7$ ). Студенты были разделены на группы относительно ранее выделенных вариантов функционирования. При этом распределение по вариантам функционирования изменилось: у 27,8% наблюдались плохое настроение и снижение успеваемости, вовлеченности в учебную деятельность; 36,6% стремились сохранить прежние результаты в учебной деятельности при переживании отчуждения от нее и подавленного настроения; 14,4% переживали удовольствие в учебной деятельности в соотношении с сохранением или снижением успеваемости; 19,6% отметили хорошее самочувствие и улучшение успеваемости.

Сравнительный анализ переживаний времени относительно разных вариантов функционирования во второй серии показал значимые различия по переживанию цельности, насыщенности, организованности и приятности времени.

Сопоставление результатов по 53 студентам, которые участвовали в двух срезах и по которым можно выделить изменения вариантов функционирования и переживаний времени, показало, что переход на более оптимальные варианты функционирования связан с переживанием времени как приятного ( $r = 0,22$ ), организованного ( $r = 0,21$ ), насыщенного ( $r = 0,33$ ) и плавного ( $r = 0,39$ ).

Таким образом, зафиксированы значимые изменения в характеристиках функционирования при переживании времени как органи-

зованного, насыщенного и приятного, устойчиво связанные с более сложными и оптимальными вариантами функционирования. Конструирование изменений, определяемых внешними обстоятельствами и требованиями, как связанных с собственными возможностями изменения и выхода за свои пределы, задает насыщенность и наполненность переживания времени, дает возможность осуществить переход на новый уровень личностного функционирования. Переживания организованности и цельности определяют развертывание активности, обращение к ееновым способам, позволяет найти более эффективные психологические способы решения задач на новом уровне функционирования.

### Литература

- Анциферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Головей Л. А., Стрижицкая О. Ю., Криулина А. В.* Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 36. doi: 10.54359/ps.v7i36.607
- Дьячук А. А.* Переживания времени и копинг-стратегии студентов во время пандемии // Ананьевские чтения – 2021: Материалы международной научной конференции / Под общ. ред. А. В. Шаболтас; отв. ред. В. И. Прусаков. СПб.: Скифия-Принт, 2021. С. 183–184.
- Костромина С. Н., Гришина Н. В.* Процессуальный подход в психологии личности // Современные подходы в психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 504–524.
- Леонтьев Д. А.* Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37. doi: 10.14515/monitoring.2020.1.02

## **Разработка и апробация анкеты «Самотрансценденция личности»**

*М. В. Зиннатова*

Уральский федеральный университет им. первого Президента России  
Б. Н. Ельцина, Екатеринбург

Представлена процедура разработки и результаты апробации психологической анкеты «Самотрансценденция личности», выступающая предварительным этапом формирования соответствующего опросника. Потребность в разработке самостоятельного психодиагностического инструмента обусловлена актуальностью исследования феномена самотрансценденции личности, его противоречивыми и достаточно узкими толкованиями в современных отечественных и зарубежных психологических исследованиях. В основе лежит авторский подход к пониманию сущности и структуры самотрансценденции. Анкета позволяет определить выраженность потенциального и деятельностного аспекта самотрансценденции, каждый из которых проявляется в шести показателях. При формулировке анкетных позиций были использованы шкальные утверждения и вопросы. Основная цель исследования связана с проверкой работоспособности утверждений, вопросов и вариантов ответов к ним. В результате были уточнены варианты ответов к некоторым позициям, одно утверждение исключено.

*Ключевые слова:* самотрансценденция, анкета «Самотрансценденция личности», разработка и апробация анкеты, потенциальный и деятельностный аспекты самотрансценденции, психология личности.

### **Введение**

Традиционно психология личности изучает различные индивидуально-психологические особенности человека, их проецирование в объективную реальность и взаимообусловленность. Особое внимание данной отрасли психологической науки сосредоточено на процессах изменений, продуцируемых самой личностью: саморазвитии, самоизменении, самоосуществлении, самоактуализации, самодетерминации и т. п. Самотрансценденция – еще один феномен из области психологии личности, означающий способность человека выходить за границы осознанного себя, реализуя потенциальные, неосознаваемые возможности, что, в конечном счете, обеспечивает конструктивные изменения (трансформацию) самой личности и окружающей ее действительности.

В отечественной психологии личности самотрансценденция пока подробно не изучена, но ученые отводят ей отдельное место в структуре научного знания (например, В. И. Кутугина, Е. В. Селезнева). Перспективность изучения данного феномена не вызывает сомнений. Так, например, Л. И. Анцыферова, рассматривая в рамках динамического подхода личность как открытую систему, констатировала трансцендентную сущность человека (Анцыферова, 1998; Харламенкова, 2023). С другой стороны, в зарубежной психологии самотрансценденция исследуется более предметно, уходя корнями в концепцию самотрансценденции П. Рид (Reed, 1986).

Анкетирование является одним из методов психологического исследования личности. Анкета требует четкого методологического фундамента, тщательной разработки, апробации и корректировки содержания на основе ее результатов.

Разработка и апробация анкеты «Самотрансценденция личности» производились в рамках подготовительного этапа формирования психодиагностического опросника, направленного на определение выраженности самотрансценденции как субъектного свойства личности.

Потребность в разработке самостоятельного инструментария для психологической диагностики самотрансценденции личности обусловлена отсутствием в психологической литературе единого подхода к определению данного феномена, при этом наблюдается сужение трактовки данного явления, в том числе при конструировании психодиагностических методик (см., например: Кривцова и др., 2009; Ожиганова, 2023; Reed, 1986).

### **Методологические и методические основания разработки анкеты**

Целью анкеты является определение выраженности самотрансценденции как субъектного свойства личности. Содержание анкеты имеет следующие методологические обоснования:

1. Динамический подход к изучению личности (Л. И. Анцыферова).
2. Мультисубъектная теория личности (В. А. Петровский).
3. Принцип системности (Б. Ф. Ломов).
4. Интердетерминистский подход к определению сущности человека (О. Ф. Больнов, А. Камю, Х. Плеснер, Ж.-П. Сартр, М. Шелер).
5. Философское понимание трансцендентального субъекта, признающего «активность человека как субъекта не только познания, но и практики» (Бурханов, 2017, с. 47).
6. Понимание самотрансценденции как субъектного свойства личности, «обеспечивающее выход за пределы действительного (осо-

знанного) себя, постижение собственных возможностей, их осознание и воплощение в объективной реальности (деятельности, поведении, социальных отношениях)» (Зиннатова, 2022, с. 122).

7. Понимание самотрансценденции как способности человека выходить за границы самого себя, своего опыта.
8. Признание социального характера самотрансценденции: она подразумевает направленность не только на себя, но и на других; главной целью субъекта становится не только постижение собственных возможностей, их осознание и использование в объективной реальности, но и благополучие окружающих.
9. Самотрансценденция сопряжена с принятием ответственности за свою жизнь, со свободой в принятии решений даже в условиях объективной ограниченности.
10. Понимание самотрансценденции как свойства, процесса, результата.

При разработке вопросов и утверждений анкеты использовались следующие методики: опросник «Шкала самотрансценденции» (Self-Transcendence Scale, STS) П. Г. Рид (Reed, 1986), методика «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция» (Ожиганова, 2023), опросник «Шкала экзистенции» – шкала самотрансценденции А. Лэнгле и К. Орглер в русскоязычной адаптации С. В. Кривцовой (Кривцова и др., 2009), опросник диагностики самоактуализации личности (САМОАЛ) Э. Шострома в адаптации А. В. Лазукина, Н. Ф. Калиной и «Тест экзистенциальных мотиваций» (ТЭМ) (Шумский и др., 2016). Позиции представляемой анкеты не сводятся ни к одному из представленных инструментов психологической диагностики и отражают в первую очередь авторский подход к пониманию сущности и структуры самотрансценденции.

### **Общие сведения об анкете**

1. Анкета включает закрытые (респондентом осуществляется выбор одного ответа из предложенных) и открытые позиции (респондент самостоятельно формулирует ответ).
2. При формулировке анкетных позиций были использованы шкальные утверждения и вопросы, что требовало от респондентов осуществлять выбор ответов, соответствующих интенсивности собственной характеристики, явления, мнения.

### **Структура**

Анкета состоит из нескольких частей:

1. Вводная.
  - А. Заголовок:  
Анкета «Самотрансценденция личности».
  - Б. Инструкция с целевой и мотивировочной частями:  
«Анкета ориентирована на изучение некоторых особенностей вашей жизни и личности. Прочитайте внимательно утверждения и предлагаемые ответы. В каждом утверждении выберите только один вариант ответа и отметьте его. Помните, что в анкете нет правильных или неправильных ответов».
2. Основная.
  - А. Анкета позволяет выявить выраженность потенциального и деятельностного аспектов самотрансценденции личности, каждый из которых проявляется в шести показателях (П):
    - П1. Стремление к самосовершенствованию и саморазвитию, к постижению собственных возможностей.
    - П2. Стремление к расширению своих границ (личности, опыта), преодолению своей текущей ограниченности.
    - П3. Ориентация на перспективы, деятельность и цели за пределами себя, без отрицания ценности пребывания в настоящем времени.
    - П4. Осмысленность жизни.
    - П5. Ориентация на благополучие окружающих, стремление приносить пользу обществу.
    - П6. Управление своей жизнью, принятие ответственности за нее, свобода в принятии решений даже в условиях объективной ограниченности.

Характеристика потенциального аспекта самотрансценденции: степень активизации самотрансценденции, движение к ней; самотрансценденция как процесс.

Характеристика деятельностного аспекта самотрансценденции: степень проявления самотрансценденции в поведении и деятельности человека; самотрансценденция как результат.
  - Б. Анкета включает 12 позиций, относящихся к выявлению потенциального аспекта самотрансценденции личности (сфера устремлений, желаемого, возможного) и 10 позиций, касающихся деятельностного аспекта (проявляется в поведении и деятельности человека). При этом три позиции, раскрывающие потенциальный аспект самотрансценденции, дублировались и в «деятельностную часть», но на основе специальной оценки. Суммарно анкета включает 19 позиций.

- В. Из 19 позиций анкеты 16 являются утверждениями и 3 сформулированы в виде вопросов. С целью определения выраженности деятельностного аспекта самотрансценденции анкета предполагает раскрытие респондентами своего выбора в свободной форме по пяти позициям.

Данная часть анкеты была ориентирована на сбор дополнительных сведений об участниках: пол, возраст, профессия в настоящее время, семейное положение (женат/замужем, холост/незамужем, сожительствую, проживаю с родителями, помолвлен/помолвлена, в разводе, вдовец/вдова).

### **Апробация анкеты**

Апробация инструмента проводилась в виде прямого очного анкетирования, в котором приняли участие 61 человек. Выборочная совокупность формировалась случайным образом, но на основании представлений о квотной выборке: 70% респондентов имели базовое психологическое образование, 30% не имели психологического образования в любой форме.

Поскольку анкета разрабатывалась как предварительный этап формирования психологического опросника для диагностики выраженности самотрансценденции личности, основной целью ее апробации стала проверка работоспособности утверждений и вариантов ответов к ним.

Процедура апробации анкеты привела к следующим результатам. В целом заполнение анкеты не вызвало сложностей у респондентов, однако два человека затруднились с пониманием таких формулировок, как «преодолеть себя» и «переосмысление». Варианты ответов к четырем позициям были уточнены. Одно утверждение было исключено.

Стоит отметить, что, наряду с апробацией анкеты, участникам предлагалось ответить на вопрос: «Как вы думаете, что такое самотрансценденция?». Имелось предположение, что смысл данного феномена будет малопонятен участникам. 20 человек (30%) не смогли ответить на данный вопрос. Однако анализ имевшихся ответов продемонстрировал, что респонденты, даже интуитивно определяя самотрансценденцию, называют тот или иной ее аспект, т. е. в целом понимают сущность данного психологического явления. Так, респонденты с психологическим образованием употребили следующие выражения: «расширять границы собственного развития», «способность к самоопределению и приданию смысла собственной жизни», «способность преодолевать собственные ограничения и выходить в контакт с миром и другими», «способность личности выходить за пределы возможнос-

тей», «устремленность личности к поиску и осуществлению смысла», «самопознание», «выход человека за свои пределы» и др. Респонденты, не имеющие психологического образования в любой его форме, определяли понятие следующим образом: «выход за пределы своих возможностей и рамок», «выход за рамки, преодоление себя», «выход за пределы знаний о самом себе», «это способность человека к развитию себя и осознание себя как нечто большего, чем наличествующая личность», «самореализация», «попытки сделать мир лучше», «выйти из себя», «поиск смысла» и др.

### **Заключение**

Разработка и апробация анкеты «Самотрансценденция личности» осуществлялись как предварительный этап формирования психологического опросника. Имеющийся на сегодняшний день психологический инструментарий не отражает в полной мере смысловое наполнение понятия самотрансценденции и ограниченно определяет уровень выраженности данного свойства у человека. В основе формирования содержания анкеты лежит авторский подход к определению сущности и структуры самотрансценденции.

Главной целью апробации анкеты выступила проверка работоспособности утверждений, вопросов и вариантов ответов к ним. В результате процедуры были уточнены варианты ответов к некоторым позициям, одно утверждение (позиция) было исключено.

Анкета позволяет выявить уровень выраженности потенциальной и деятельностной самотрансценденции по шести показателям: стремление к самосовершенствованию и саморазвитию, к постижению собственных возможностей; стремление к расширению своих границ (личности, опыта), преодолению своей текущей ограниченности; ориентация на перспективы, деятельность и цели за пределами себя, без отрицания ценности пребывания в настоящем времени; осмысленность жизни; ориентация на благополучие окружающих, стремление приносить пользу обществу; управление своей жизнью, принятие ответственности за нее, свобода в принятии решений даже в условиях объективной ограниченности. Анкетирование показало, что большинство респондентов понимают смысл феномена самотрансценденции.

### **Литература**

*Анциферова Л. И.* Психологическое учение о человеке: теория Б. Г. Ананьева, зарубежные концепции, актуальные проблемы // Психологический журнал. 1998. Т. 19. № 1. С. 3–15.



- Бурханов Р. А.* Трансцендентализм Иммануила Канта: истоки и основоположения. Сургут: Печатный мир, 2017.
- Зиннатова М. В.* Самоотрансценденция: феноменологическое исследование // Ученые записки Крымского федерального университета им. В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2022. Т. 8 (74). № 3. С. 116–128.
- Кривцова С. В., Лэнгле А., Орглер К.* Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер // Экзистенциальный анализ. 2009. № 1. С. 141–170.
- Ожиганова Г. В.* Методика «Продуктивная жизнедеятельность и самоотрансценденция» // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 3 (132). С. 121–136. doi: 10.20323/1813-145X\_2023\_3\_132\_121
- Харламенкова Н. Е.* Психология личности: от методологии к научному факту. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Шумский В. Б., Уколова Е. М., Осин Е. Н., Лупандина Я. Д.* Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 4. С. 763–788. doi: 10.17323/1813-8918-2016-4-763-788
- Reed P. G.* Development of a scale of self-transcendence // Nursing Research. 1986. V. 35. P. 305–310.

## **Эмоциональная безопасность личности vs эмоциональная безопасность среды**

*Е. С. Игнатова*

Пермский государственный национальный исследовательский университет, Пермь

В статье представлена попытка раскрыть сущность эмоциональной безопасности в рамках культурно-исторической и субъектно-средовой традиций. Эмоциональная безопасность представлена как феномен, конституирующий взаимоотношения личности и среды. В оппозиции рассмотрены эмоциональная безопасность среды и эмоциональная безопасность личности. Первая являет собой внешний контекст динамических отношений личности и мира, эмоциональные условия данных отношений, ее факторами выступают привязанность, специфика межличностных взаимодействий, особенно проявления поддержки. Вторая являет собой внутренний контекст динамических отношений личности и мира, выстроенный

в первую очередь на эмоционально-чувственном уровне, основанный на доверии. Восприятие опасности и формирование отношения к ней связано с переживанием чувства уверенности, со способностью оценивать и контролировать актуальное психическое состояние, выстраивать поведение и принимать его последствия.

*Ключевые слова:* эмоции, личность, среда, привязанность, безопасность, эмоциональная безопасность, отношение.

В современном обществе риска, когда для достижения психологического благополучия особую значимость имеют адаптационный потенциал личности, ее эмоциональный интеллект и стрессоустойчивость, эмоциональная безопасность приобретает экзистенциальный смысл. Следует подчеркнуть, что эмоциональная безопасность необходима человеку также для обеспечения физической безопасности (Veale et al., 2023), поскольку гиперконтроль безопасного поведения может привести к непреднамеренному снижению эмоциональной безопасности, что в свою очередь может способствовать повышению уровня стресса и беспомощности. В ответ на актуальные потребности в стабильности, защите, принадлежности, свободе от страха, тревоги и хаоса эмоциональная безопасность выступает важнейшей ценностью.

Анализ литературы показывает, что данный феномен является предметом психологических исследований, однако его содержание требует конкретизации. В контексте неотделимости личности от социальных условий взаимодействия с миром возникает необходимость рассмотреть сущность эмоциональной безопасности с позиции культурно-исторического и субъектно-средового подходов, которые позволяют описать проявления феномена через систему отношений к себе, Другому, миру, сформированные в определенных психологических условиях среды развития конкретного человека и современной личности в целом.

Несмотря на то, что идея эмоциональной безопасности далеко не нова, содержание самостоятельного понятия «эмоциональная безопасность» складывается к концу XX в. в период исследований М. Cummings, Р. Davies (Cummings, Davies, 1996). Опираясь на работы W. E. Blatz, М. Ainsworth, J. Bowlby, они выдвинули предположение о влиянии семейных взаимоотношений (в том числе супружеских конфликтов) на эмоциональную безопасность детей, которое получило эмпирическое подтверждение.

Выступая системой регуляции поведения ребенка, эмоциональная безопасность детей зависит от детско-родительских отношений, особенно от качества привязанности. Важно подчеркнуть, что обо-

значенная связь не столь однозначна. Для проверки гипотезы о том, что качество привязанности определяет способность личности к эмоциональной саморегуляции, было проведено Миннесотское лонгитюдное исследование. Полученные данные позволяют говорить, что неуверенность в привязанности у младенцев связана с различными стратегиями регуляции эмоций во взрослом возрасте 20–35 лет спустя (Girme, 2021). Соответственно, эмоциональная безопасность отражает динамические отношения между личностью (внутренний контекст) и средой (внешний контекст), проявляющиеся в сложных моделях познания себя и мира, в субъективных психофизиологических (чувствах) и социально-психологических (модели поведения) проявлениях, направленных на достижение личностных целей.

Как мы видим, эмоциональная безопасность может быть вариативна по содержанию и является производной от конкретных средовых условий и личностных особенностей. Именно в оппозиции диалектических противоположностей «личность—среда» заложен механизм формирования и развития эмоциональной безопасности.

В английском языке для обозначения безопасности существуют два слова — «security» и «safety». Изначально этимологически слово «security» (в 1530 г.) обозначало свободу от забот и опасностей, основания для уверенности и спокойствия. Что касается слова «safety», то оно появилось около 1300 г. в значении «свободный от опасности, защищенный, уверенный в спасении», и сохраняет его как «состояние безопасности» до сих пор (Online Etymology Dictionary). Итак, «emotional security» есть эмоциональная безопасность среды, связанная с наличием условий и мер для устранения потенциальных опасностей; «emotional safety» являет собой эмоциональную безопасность личности — ощущение защищенности от угроз. Несмотря на более позднее появление этой лингвистической единицы, именно она первая выступила предметом размышлений и исследований.

Среда с эволюционной, социокультурной и социально-психологической точки зрения является гарантом безопасности для личности как во время кризисных состояний, так и при переживании совместности. При этом в любой среде регламентированы социальные взаимодействия, выход за границы которых может привести к отвержению, одиночеству. Имеет место конструктивный потенциал страха, так как эта эмоция сакрализует мотивацию сохранения чувства «освоенного», «познанного», «своего», столь важного для коллективной безопасности, которая исторически отождествлялась с личностной безопасностью. Складывается впечатление, что эмоциональная безопасность зиждется на эмоции страха.

Традиционно эмоциональная безопасность среды определяется условиями семейной и образовательной сред. Ее ключевым фактором является тип привязанности, определяющий эмоциональные условия развития личности и ее способность выстраивать доверительные отношения с собой, Другим, миром. Так, если ребенок растет в поддерживающей семейной среде, у него складывается чувство уверенности в себе и своих способностях удовлетворить собственные потребности, справиться с трудностями и решить проблемы. В. Блатц описывал это как чувство безопасности (Blatz, 1958). Напротив, конфликтная семейная среда и соответствующие эмоциональные игры членов семьи, воспринимаемые как опасные, могут деструктивно сказаться на адаптационном потенциале ребенка. Возникает риск дальнейшего проявления экстернализирующих (агрессии, расстройств поведения) и интернализирующих проблем (тензионных состояний, тревожных расстройств) (Cummings, 2012). Перспективой исследования является оценка стабильности типа привязанности на протяжении развития ребенка и взросления личности. Таким конструктом в современной психологии выступает диагностика эмоциональных зон привязанности (Wurster, 2023).

Еще одним значимым фактором эмоциональной безопасности среды выступают межличностные отношения. Например, в образовательной среде отношения студентов с преподавателями определяют эмоциональную безопасность субъектов образовательного процесса. Ориентация на поддержку способствует формированию эффективного личностного и социального эмоционального опыта справляться с негативными переживаниями, адаптации личности и сохранению психического здоровья.

В современных социальных условиях средой, определяющей контекст эмоциональной безопасности, является цифровая реальность. В зарубежном исследовании с участием 400 подростков установлена отрицательная взаимосвязь между подверженностью киберзапугиванию и эмоциональной безопасностью (Eweida et al., 2021). Обозначается необходимость реализации просветительских проектов в рамках повышения осведомленности подростков и их родителей об информационной и личностной безопасности с целью профилактики кибервиктимизации.

Следует отметить, что обозначенные взаимосвязи средовых условий и получаемого эмоционального опыта с последующим выбором личностью ориентированных на безопасность поведенческих паттернов носят общий характер. В связи с тем, что базальная эмоциональная регуляция имеет несколько уровней аффективно-поведенческих

комплексов, определяющих функциональность глубинных убеждений (Бардышевская, 2012), сложно прогнозировать продуктивную коммуникацию с собой, Другим, миром.

Если говорить об эмоциональной безопасности личности, то первичное освоение среды совершается эмоционально-чувственным способом. Специфика восприятия угрозы обуславливается системой отношений человека в контексте среды. По мнению С. Винсент, эмоциональная безопасность представляет собой воспринимаемую свободу от психологического вреда в континууме «ощущение угрозы—ощущение безопасности». Ее предикторами выступают доверие к себе и к миру, а также система межличностных отношений (Vincent, 1995). Соответственно, эмоциональная безопасность личности представляет собой процесс переживания, который выражается в чувстве уверенности решить проблему, проявляется в способности прогнозировать и принимать последствия своего поведения (Blatz, 1958). Данная способность предполагает наличие определенных личностных черт, например, доброжелательности, высокого уровня эмоционального интеллекта, предпочтения адаптивных стратегий поведения.

Для реализации эффективного поведенческого анализа личности необходимо активировать процесс принятия решения, снизив нервно-психическое напряжение за счет оценки и изменения актуального психического состояния. В целях этого эмоциональная безопасность личности выполняет ряд функций. Первая функция состоит в управлении эмоциями, направленном на снижение импульсивности поведения и канализирование эмоций, что позволяет контролировать активность. Вторая функция является психогигиенической и проявляется в сублимации нервно-психического напряжения за счет снятия тревоги, возникновения ощущения упорядоченности во взаимодействии со средой. Третья функция – психотерапевтическая: формируется намерение сохранить самообладание, укрепить уверенность в возможности выполнить жизненно важные задачи, несмотря на страх, изменения и незнакомые обстоятельства. Сначала это происходит за счет родителей и окружающей среды, а в процессе взросления формируются убеждения о себе, Другом и мире, а также определенное поведение, направленное на достижение эмоциональной безопасности.

Следует отметить, что отсутствие эмоциональной безопасности может привести к развитию тревожных расстройств, расстройств поведения.

Обобщая все вышесказанное, можно говорить о том, что эмоциональная безопасность позволяет конституировать взаимоотношения между личностью и средой. Личностно-средовой контекст создает

определенную модель эмоциональной безопасности. Сущностные основы как эмоциональной безопасности среды, так и эмоциональной безопасности личности являются производными от эволюционной потребности в безопасности. Они с обеих сторон связаны с уверенностью личности в обладании ресурсами для противостояния угрозам и стрессовым ситуациям. Среда предлагает условия получения эмоционального опыта выстраивания отношений, преодоления различных трудностей в процессе решения задач. В ходе оценки действительности в рамках личностного развития формируются убеждения, оформляются восприятие опасности, тип эмоционального реагирования, стратегии поведения в различных ситуациях, позволяющие с различной степенью эффективностью решать проблемы.

### Литература

- Бардышевская М. К.* Уровневая модель развития аффективно-поведенческих комплексов // Вопросы психологии. 2012. № 3. С. 68–77.
- Blatz W. E.* Decision // Canadian Journal of Psychology. 1958. V. 12 (3). P. 143–148.
- Cummings E. M., Davies P.* Emotional security as a regulatory process in normal development and the development of psychopathology // Development and Psychopathology. 1996. V. 8 (1). P. 123–139. doi: 10.1017/S0954579400007008
- Cummings E. M., George M. R. W., McCoy K. P., Davies P. T.* Interparental conflict in kindergarten and adolescent adjustment: Prospective investigation of emotional security as an explanatory mechanism // Child Development. 2012. V. 83 (5). P. 1703–1715. doi: 10.1111/j.1467-8624.2012.01807.x
- Eweida R. S., Hamad N. I., Abdo R. A. E. H., Rashwan Z. I.* Cyberbullying among adolescents in Egypt: A call for correlates with sense of emotional security and psychological capital profile // Journal of Pediatric Nursing. 2021. V. 61. P. e99-e105. doi: 10.1016/j.pedn.2021.05.008
- Girme Y. U., Jones R. E., Fleck C., Simpson J. A., Overall N. C.* Infants' attachment insecurity predicts attachment-relevant emotion regulation strategies in adulthood // Emotion. 2021. V. 21 (2). P. 260–272. doi: 10.1037/emo0000721
- Veale D., Robins E., Thomson A. B., Gilbert P.* No safety without emotional safety // The Lancet Psychiatry. 2023. V. 10 (1). P. 65–70. doi: 10.1016/S2215-0366(22)00373-X
- Vincent S. M.* Emotional safety in adventure therapy programs: Can it be defined? // Journal of Experiential Education. 1995. V. 18 (2). P. 76–81. doi: 10.1007/BF03400664
- Wurster H. E., Biringen Z.* Validity of the Emotional Attachment Zones Evaluation (EA-Z): Assessing attachment style across a developmental spectrum // Perspectives on Early Childhood Psychology and Education. 2023. V. 5 (1). doi: 10.58948/2834-8257.1040

## **Особенности креативности и самоактуализации студентов разной познавательной направленности**

*Ж. Ю. Кара*

Академия психологии и педагогики Южного федерального университета,  
Ростов-на-Дону

В статье рассматривается актуальная проблема, заключающаяся в потребности общества видеть и иметь человека быстро адаптирующегося, гибкого, с креативным мышлением, что также важно и для самого человека, который желает гармонично находиться и развиваться в динамичной и быстроразвивающейся среде. Оптимальный вариант реализации личностью своего внутреннего содержания и проявления индивидуального своеобразия раскрывает потенциал самоактуализации, что находится в пространстве процессуально-динамического подхода личности, предложенного Л. И. Анцыферовой. В современных условиях одной из важных тенденций в работе и обучении является перемещение в онлайн-пространство. В качестве гипотезы рассматривалось предположение о том, что в ситуации частичного онлайн-обучения у студентов, обладающих разной познавательной направленностью, будут обнаружены специфические корреляционные связи склонности к риску, любознательности, сложности с креативностью, аутосимпатией, самопониманием, спонтанностью.

*Ключевые слова:* креативность, самоактуализация, познавательная направленность, студенты, онлайн-обучение.

В настоящее время общество требует от человека быстрой адаптации, гибкости и креативности мышления. При этом творческое проявление необходимо не только со стороны общества как его запрос, но и для самого человека, который желает гармонично существовать и развиваться в динамичной и быстроразвивающейся среде. Рассмотрение личности через призму активности, креативности, наполненности внутреннего содержания обращает наше внимание на то, что изучение преобразований личности на разных этапах жизненного пути открывает новую плоскость в пространстве процессуально-динамического подхода (Анцыферова, 2006).

Принятие собственного индивидуального своеобразия и особенностей внешней среды способствует раскрытию внутреннего потенциала, т. е. самоактуализации. Осознание процесса самоактуализации личностью открывает доступ к принятию нового опыта быть спон-

танной, радостной, не зависимой от низших потребностей. Креативность является одной из важных характеристик самоактуализации, тем самым поддерживается идея Л. И. Анцыферовой о значимой роли аналитико-синтетической деятельности в наглядно-действенном и творческом мышлении личности (Анцыферова, 2006). Также отметим вслед за Л. И. Анцыферовой, что жизнь при всей своей сложности и неоднозначности представляет собой источник самоактуализации, саморазвития, творческого самовыражения в повседневности. В студенческие годы идет становление креативной личности будущего специалиста в личностно ценной учебно-познавательной деятельности, где основная задача – развитие и самосовершенствование с целью дальнейшего личного и профессионального роста. С. К. Нартова-Бочавер отмечает, что самоактуализационная задача вызывает совершенно иную композицию стихийных способов ее решения, среди которых наиболее популярны деятельностные, средовые и ментальные техники (Нартова-Бочавер, 2014). При этом интересно наблюдать, как адаптируются в новых условиях среды студенты с разной познавательной направленностью, а также как познавательная направленность влияет на уровень их креативности и стремление к самоактуализации. В современных условиях одним из важных направлений в работе и обучении можно считать изучение условий перемещения в онлайн-пространство. С одной стороны, это заметный плюс – сокращение времени на дорогу, трат на транспорт и т. д., с другой стороны – во взаимодействии людей исчезает важный эволюционный аспект – близкое взаимодействие, коллективное бессознательное, выстраивание личностных связей и т. д., что ведет к повышению уровня тревожности, депрессии, суициду, неумению контактировать с собеседником, находить общий язык с коллегами, к снижению творческого проявления в жизни. Особенности формирования направления онлайн-обучения еще продолжаются, что связано с развитием цифровых технологий.

Выделим определение понятия «онлайн-обучение» в междисциплинарном подходе как организованный целенаправленный образовательный процесс, построенный на основе педагогических принципов, реализуемый на основе технических средств современных информационных (в том числе информационно-коммуникационных) технологий и представляющий собой логически и структурно завершенную учебную единицу, методически обеспеченную уникальной совокупностью систематизированных электронных средств обучения и контроля. В то же время имеется потребность в креативном развитии личности в настоящее время, что является необходи-



мостью для современного общества. Различные психологические направления дают соответственно и разный акцент. В то же время можно дать наиболее емкое понимание креативности как многокомпонентного психического образования, характеризующего творческие способности личности с помощью своеобразных когнитивных, личностных, мотивационных, ценностных качеств, которые актуализируются в определенных условиях. Проявление себя, раскрытие своего потенциала, реализация самоактуализации личности берут свое начало еще в античности и с тех пор не утратили своей актуальности. Наиболее разработаны эти феномены в рамках гуманистического направления психологии. Врожденной потребностью каждого человека является стремление к самоактуализации как осознанию, раскрытию и деятельностной реализации своего потенциала в соответствии с настоящим социокультурным контекстом. Подобные взгляды на воплощение личностного потенциала высказывали и представители других направлений в психологии. Активная позиция на протяжении своей жизни позволяет человеку изучать реальность такой, какая она есть, а не пытаться убежать от нее, способность видеть жизнь такой, какая она есть, не прибегая к защитным механизмам. И. А. Бакушкин и И. М. Ильичева отмечают, что «студенческий возраст является периодом активной деятельности и развития, которое как процесс изменения приводит к реконсолидации ценностных ориентаций», что влияет на самоактуализацию (Бакушкин, Ильичева, 2024).

Методический инструментарий нашего исследования состоял из методик «Опросник личностной креативности» (Е. Е. Туник) и «Самоактуализационный тест» (Э. Шостром, в адаптации Н. Ф. Калиной). Объектом исследования выступили студенты с разной познавательной направленностью. В качестве гипотезы рассматривалось предположение о том, что в ситуации частичного онлайн-обучения у студентов с разной познавательной направленностью будут обнаружены специфические корреляционные связи любознательности, воображения, сложности, склонности к риску и самоактуализации.

В исследовании приняли участие 60 обучающихся онлайн студентов с разной познавательной направленностью, а именно трех направлений подготовки – гуманитарного, естественнонаучного и технического. Для удобства в дальнейшем данные группы будут определяться так: гуманитарное направление – 1 группа; естественнонаучное направление – 2 группа; техническое направление – 3 группа. Далее нами было проведена диагностика по методике Е. А. Климова «Профориентационный дифференциально-диагностический опросник»

для уточнения соответствия выбранного направления. Результаты подтвердили выбор и направление определения типа образовательной направленности личности студентов: так, у студентов гуманитарного направления выявились результаты по познавательной направленности «человек—человек»; у студентов естественнонаучного направления — «человек—природа»; у студентов технического направления — «человек—знаковая система».

Далее изучались корреляционные связи. Обнаружены прямые корреляционные связи в группе студентов гуманитарной познавательной направленности между следующими параметрами:

- «склонность к риску» и «аутосимпатия»: чем больше человек доволен своими индивидуальными характеристиками, своими внешними данными и при этом анализирует свои поступки, тем более высокий будет у него уровень отстаивания своих идей, несмотря на реакцию других людей, тем чаще он ставит перед собой высокие цели и пытается их осуществить;
- «любопытность» и «креативность»: чем более творческое отношение к жизни проявляет человек, тем больше ему нравится искать новые способы мышления, изучать новые вещи, идеи, книги;
- «любопытность» и «аутосимпатия»: чем больше человек интересуется новыми вещами, любит изучать новые предметы и идеи, тем более благосклонно он относится сам к себе;
- «воображение» и «контактность»: чем больше человек предрасположен к взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми, тем больше он мечтает о различных местах и вещах, о явлениях, с которыми он никогда не сталкивался.

В группе естественнонаучной познавательной направленности выявлена прямая корреляционная связь между параметрами «сложность» и «спонтанность». Вероятно, чем больше субъект склонен к выбору более сложных путей решений проблем, чем больше он любит ставить перед собой сложные задачи, тем более способен активно действовать под влиянием внутренних побуждений.

В группе технической познавательной направленности выявлена прямая корреляционная связь между параметрами «сложность» и «стремление к самопониманию». Исходя из этого, можно сказать, что высокое ориентирование на познание сложных явлений и идей ведет к повышению стремления человека к наиболее полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. Это говорит о том, что он живет настоящим, не откладывая свою жизнь, стремится к здоровым отношениям с людьми, всегда открыт новым впечатле-

ниям, стремится к творчеству, независим и свободен и при этом понимает свои желания и потребности.

Таким образом, можно сделать вывод, что студентам гуманитарного направления обучения сложнее адаптироваться к виртуальной реальности, цифровизации и онлайн-обучению. Также выяснилось, что по выраженности самоактуализации эти студенты гуманитарного направления имеют более высокие результаты, чем студенты технического и естественнонаучного направлений.

Такая форма обучения, как онлайн, имеет место быть в современном мире и хорошо встраивается в ритм жизни современной молодежи, однако речь идет не о полной замене очного массового обучения, а всего лишь о другой форме, полезной для использования в определенных ситуациях. Это могут быть базовый уровень обучения или углубленный, углубленно-профильный, дополнительное образование. Влияние Интернета и онлайн-обучения особенно сильно коснулось стремления молодежи к самореализации, проявления креативной стороны ее жизни, а также уровня ее тревоги. Изменения внешние подвели к изменению собственного восприятия мира. Появились новые формы проявления себя в обыденной жизни и возможности с этим совладать (создание собственных страниц, виртуальных дневников, фотогалерей и др.). Потребность в самовыражении становится все более активной. Для современной студенческой молодежи актуальна адаптация в новых условиях реальности, и естественное бытие как источник самоактуализации, саморазвития позволяет понимать и выстраивать свое поведение креативно в соответствии с комплексом задач, проблем и реальных возможностей.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бакушкин И. А., Ильичева И. М.* Самоактуализация и смысложизненные ориентации студентов с различной иерархией ценностей // Вестник университета. 2024. № 1. С. 204–210.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.

## Саморегуляция динамических характеристик психических состояний в течение недельного цикла у работников производственной сферы\*

*Н. Ю. Каюмова*

Институт психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета, Казань

Представлены результаты исследования саморегуляции динамических характеристик психических состояний в течение недельного цикла у работников производственной сферы по показателям активности переживания, когнитивных процессов, поведения, соматических процессов в утреннее, дневное и вечернее время. Показано, что наибольшая потребность в саморегуляции в течение рабочей недели возникает в понедельник и пятницу, при этом среди рабочих дней (понедельник-пятница) амплитуда колебаний перепадов имеет существенно более низкие значения, чем в выходные дни. Наибольшее количество способов саморегуляции работниками применяется в дневное время в рабочие дни, для выходных дней наибольшее количество усилий по саморегуляции психических состояний приходится на утреннее и вечернее время.

*Ключевые слова:* психическое состояние, динамика, саморегуляция, регуляция.

Для современных исследований психической деятельности характерен акцент на ее процессуальных аспектах (Знаков, 2019). Динамический подход, предложенный Л. И. Анцыферовой, полагает динамику, самопреобразование главным в развитии личности: «Между тем личность существует в процессе постоянного несовпадения с собой, в процессе выхода за свои пределы. Даже для того, чтобы сохранить устойчивость определенных своих параметров, особо важных для ее существования именно как личности, — жизненных целей, ценностей, принципов, морально-нравственных качеств, — она должна в условиях быстро и многообразно меняющейся социальной действительности менять свои различные психологические качества» (Анцыферова, 2006, с. 39). Занимая промежуточное место между психическими процессами и свойствами, на какой-то момент времени психическое состояние отражает деятельность всей психики (Прохоров, 1994). Процессуальность психического состояния, единство его стабильности и изменчивости отмечал Л. М. Веккер (Веккер, 1998). В. А. Ганзен указывал

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФ, проект № 23-18-00232.

на невозможность изучения психического состояния без учета его изменчивости (Ганзен, 1984).

Также представляют интерес исследования М. Торнтона и его команды, опубликованные в 2023 г., в ходе которых проверялась гипотеза о том, что переходы из одного состояния в другое носят систематический и предсказуемый характер и динамика этих переходов может формировать концептуальную структуру, которую люди учатся применять к психическим состояниям. На основе компьютерного анализа было установлено, что концептуальная структура психического состояния может быть объяснена целью естественного предсказания возникающих статистических закономерностей в динамике психических состояний (Thornton et al., 2023). Подобное предположение делает исследование динамических особенностей психических состояний в высшей степени актуальным.

Проблема саморегуляции психических состояний также является одной из актуальных проблем современной психологии. *Целью* данного исследования являлось установление взаимосвязи между саморегуляцией и динамическими характеристиками психических состояний недельного цикла работников производственной сферы.

В соответствии с целью и задачами исследования, нами использовались: опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ-2004» (В. И. Моросанова); методика «Типология методов саморегуляции психических состояний» (А. О. Прохоров, А. Н. Назаров); «Эффективность саморегуляции» (А. О. Прохоров, А. Н. Назаров), с помощью методики «Рельеф психического состояния» (А. О. Прохоров) участники исследования определяли свое актуальное психическое состояние утром, днем и вечером на протяжении семи дней.

В качестве методов статистической обработки выступили описательные статистики и корреляционный анализ с использованием коэффициента Пирсона.

Данные исследований позволили представить динамические особенности психических состояний работников производства в двух аспектах: 1) утро—день—вечер и 2) по показателям активности переживания, когнитивных процессов, поведения и соматических процессов. Исследование позволило выявить динамику всех параметров психического состояния работников производственной сферы в течение недельного цикла.

Рассмотрим динамику психического состояния в утреннее, дневное и вечернее время.

При анализе динамики психического состояния в утреннее время наибольшее число устойчивых корреляций с саморегуляцией на-

блюдается в воскресенье (22), наименьшее – в среду (4). При этом с понедельника до среды динамика нисходящая, со среды до воскресенья – восходящая.

Для дневной динамики психических состояний наименьшие показатели корреляции с саморегуляцией характерны для вторника (7), наибольшие – для пятницы (29). Со вторника до пятницы динамика восходящая, с пятницы ко вторнику – нисходящая.

Вечерний график корреляционных связей между психическим состоянием и саморегуляцией представляет собой ломаную кривую с минимальными показателями во вторник и четверг (4) и максимальными – в субботу (23).

При анализе корреляционных показателей средних значений исследуемых показателей выявлено, что для утреннего времени наивысшие значения характерны для воскресенья (7), наименьшие значения наблюдаются в среду (1), для понедельника и вторника характерны стабильные средние значения (3), со среды до воскресенья наблюдается тенденция к постепенному увеличению показателей, динамика восходящая.

Далее рассмотрим динамику психического состояния по показателям активности переживания, активности когнитивных процессов, активности поведения, активности соматических процессов. При анализе корреляционных показателей средних значений исследуемых показателей психических состояний наибольшие показатели характерны для субботы, наименьшие для вторника, причем аналогичная тенденция наблюдается для всех исследуемых шкал. В понедельник и четверг выявлены средние показатели корреляционных значений для недельного цикла, к концу рабочей недели наблюдается восходящая динамика, в субботу она достигает своего «пика», в воскресенье показатели уже начинают снижаться. Представленные данные могут свидетельствовать о том, что в течение недельного цикла работники производства испытывают потребность в саморегуляции психического состояния при смене деятельности с труда на отдых.

Также были исследованы способы саморегуляции, применяемые работниками производства в течение недельного цикла. Наибольшее количество способов саморегуляции используется во вторник и среду, далее (с небольшой разницей) следует понедельник. Наименьшее количество используемых способов саморегуляции в недельном цикле приходится на выходные дни (минимальное в субботу). Самыми распространенными способами саморегуляции для понедельника являются вработывание и использование активных позитивных образов, для вторника, среды и четверга – отключение/переключение вни-

мания, для пятницы – активные позитивные образы, для субботы – пассивный отдых, для воскресенья – отключение/переключение внимания, далее следует активная разрядка. Минимальные показатели в течение всей недели, за исключением среды, характерны для пассивной разрядки, в среду – для активной разрядки.

В течение недели чаще всего для саморегуляции используется отключение/переключение внимания, вторыми по распространенности являются активные позитивные образы. Для утреннего времени наиболее характерны такие способы саморегуляции, как активные позитивные образы, вторым по распространенности является вработывание. Для дневного времени наибольшие показатели имеет вработывание, далее следуют активные позитивные образы. Для вечернего времени самым распространенным является пассивный отдых, на втором месте – отключение/переключение внимания. Минимальные показатели в утреннее, дневное и вечернее время характерны для саморегуляции через пассивную разрядку.

Проблема повышения эффективности производства непосредственно связана с управлением рабочим процессом, выполнением поставленных задач. С одной стороны, понимание динамических особенностей психического состояния работников необходимо руководителям для планирования и реализации производственных задач с учетом этих особенностей, распределения рабочей нагрузки; с другой стороны, способность к саморегуляции сотрудников является одним из важнейших навыков для надлежащего исполнения ими своих должностных обязанностей. На основе проведенного исследования представляется возможным сделать вывод о том, что наибольшая потребность в саморегуляции у работников производства в течение рабочей недели возникает в понедельник и пятницу, что может быть обусловлено сменой деятельности (отдых–работа, работа–отдых). При этом в течение рабочей недели амплитуда колебаний перепадов имеет существенно более низкие значения, чем в выходные дни, что может быть обусловлено свободным времяпрепровождением работников в выходные дни, меньшей включенности в деятельность, большим вниманием к собственным состояниям. Наибольшее количество усилий по саморегуляции применяется работниками в дневное время в течение рабочей недели, для выходных дней наибольшее количество усилий по саморегуляции психических состояний затрачивается в утренние и вечерние часы.

### **Литература**

*Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

- Веккер Л. М.* Психика и реальность: единая теория психических процессов. М.: Смысл, 1998.
- Ганзен В. А.* Системные описания в психологии. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1984.
- Знаков В. В.* Динамический подход к исследованию личности и процессуальный анализ в психологии субъекта // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5 С. 27–34. doi: 10.31857/S020595920006073-6
- Прохоров А. О.* Психические состояния и их функции. Казань: КГПИ, 1994.
- Прохоров А. О.* Ментальные механизмы регуляции психических состояний // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 4. С. 182–204. doi: 10.17759/exppsy.2021140410
- Рубинштейн С. Л.* Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1976.
- Thornton M. A., Rmus M., Vyas A. D., Tamir D. I.* Transition dynamics shape mental state concepts // Journal of Experimental Psychology: General. 2023. V. 152 (10). P. 2804–2829. doi: 10.1037/xge0001405

## **Ресурсы и барьеры виртуального жизненного пространства «формирующихся взрослых»**

*М. В. Клементьева*

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации,  
Москва

Поиск и принятие смыслов жизни является задачей развития в период формирующейся взрослости, однако мало известно о барьерах и ресурсах смыслов в виртуальном жизненном пространстве в этот возрастной период. Через призму интеграции идей динамического подхода к личности и неоэриксонской культурной теории развития мы исследовали ассоциации между параметрами формирующейся взрослости и смысло-жизненными ориентациями в виртуальном жизненном пространстве российских студентов. Обнаружено, что безбарьерная смысло-жизненная ориентация в виртуальном пространстве ассоциирована с принятием идентичности, свободой и оптимизмом, снижением негативности. Формирующиеся взрослые, испытывая нестабильность в реальности, стремятся к преодолению смысловых барьеров в виртуальном жизненном пространстве.

*Ключевые слова:* виртуальная идентичность, ресурсы развития, барьеры развития, виртуальное жизненное пространство, смысл жизни, формирующаяся взрослость.



Стремительная экспансия цифровых технологий в различные сферы повседневной жизни современных людей трансформирует формы и условия развития личности, ставшие привычными для предыдущих поколений. По данным Федеральной службы государственной статистики\*, в России к началу 2023 г. насчитывалось 130 миллионов интернет-пользователей. Стало очевидно, что виртуальная среда, порождая искусственным потоком информации, изменяет свой онтологический статус в повседневных жизненных ситуациях: цифровая технология воспринимается человеком как «естественное» психологическое пространство, функционально смешиваясь с реальностью. Таким образом, новые условия развития личности определяют задачу психологического исследования динамических аспектов регуляции ее психической жизни в виртуальном пространстве, ставшем неотъемлемой частью гибридной экосистемы.

Эксплицируя идеи психологической онтологии жизненного пространства (Анцыферова, 2006; Нартова-Бочавер, 2003; Салихова, 2006; Lewin, 1956) на контексты взаимосвязи между процессами восприятия виртуальной среды и механизмами развития личности, мы рассматриваем виртуальное жизненное пространство как «динамическое поле» действительных и вероятностных событий, образованное системным взаимодействием личности и виртуальной среды, которое отличается динамичностью и пристрастным отношением вовлеченной личности.

В рамках динамического подхода к личности Л. И. Анцыферова отмечает, что «личность существует в процессе постоянного несоответствия с собой, в процессе выхода за свои пределы. Даже для того, чтобы сохранить устойчивость определенных своих параметров, особенно важных для ее существования именно как личности, — жизненных целей, ценностей, принципов, морально-нравственных качеств, — она должна в условиях быстро и многообразно меняющейся социальной действительности менять свои различные психологические качества» (Анцыферова, 2006, с. 39). Современные исследования психологии жизненного пространства (Клементьева, 2022; Нартова-Бочавер, 2003; Салихова, 2006) убедительно доказывают, что личность активно формирует, изменяет, совершенствует себя в психологической ситуации интегративного взаимодействия с условиями среды в той степени, в которой способна воспринимать, интерпретировать, трансформировать или создавать целостность «динамического поля» этого взаимодействия. Так, ценностно-смысловая регуляция и организация

---

\* URL: <https://rosstat.gov.ru>.

жизненного пространства, описанная через изменение «зон напряжения жизненного пространства, возникающих при соотношении экзистенциальных ожиданий личности и реально складывающейся жизненной ситуации» (Салихова, 2006, с. 425), отражает интегральную оценку степени несовпадения желаемых и действительных ценностей как экзистенциальных установок личности относительно барьеров и ресурсов реализации ее ожиданий в конкретных условиях среды.

Исходя из вышеизложенного, полагаем, что барьеры развития личности в виртуальном жизненном пространстве — это психологические препятствия, которые мешают ей достичь желаемого (смыслов, целей, ценностей и пр.), вызывая диффузию «динамического поля» в смещении виртуальной и реальной сред. Ресурсы развития личности в виртуальном жизненном пространстве — это психологические средства (отношения, навыки, качества и пр.), которые личность может использовать для достижения желаемого на основе установления согласованности между условиями виртуальной среды и потенциалами своего развития в реальности.

Наиболее значимые механизмы развития личности, понимаемого Л. И. Анцыферовой как несовпадения, опережения себя, воплощения подлинного Я, утверждения собственной суверенности (Анцыферова, 2006), соотносятся с возрастнo-психологическими особенностями развития — становлением личностных новообразований, реализацией ведущей деятельности, разрешением кризисов, формированием социальной ситуации развития, решением задач развития. В несколько упрощенном и обобщенном виде ключевой механизм развития можно представить как поиск и принятие личностью мотивов, ценностей, смыслов, качеств, отношений и пр., которые помогают ей изменяться и достигать желаемого в конкретных условиях среды.

В ракурсе так понимаемых динамических аспектов виртуального жизненного пространства личности актуально исследование возрастнo-психологического механизма личностного развития формирующихся взрослых. Термин «формирующиеся взрослые» описывает комплекс возрастнo-психологических и социально-демографических особенностей современных молодых людей 18–25 лет, проживающих в индустриально развитых странах, обладающих свободой и правами вести взрослый образ жизни, но не идентифицирующих себя со взрослыми (The Oxford Handbook of Emerging..., 2016). Откладывая взрослость с ее задачами, ролями и обязательствами (финансовая независимость, долгосрочная работа, вступление в брак, родительство и пр.), формирующиеся взрослые стремятся к самоисследованию, биографическому экспериментированию, их отличает

оптимизм и вера в безграничные возможности будущего, сопряженная с тревожным чувством нестабильности и лиминальности в связи с затянувшимся переходом из отрочества во взрослость (Клементьева, 2023; Reifman et al., 2007).

Очевидным следствием «отложенной взрослости» стал мораторий на поиск молодыми людьми смыслов жизни. Шаги, сделанные в исследовании процессов осмысленности жизни у формирующихся взрослых, проясняют механизмы развития их личности в условиях реальных и виртуальных сред. Эмпирические данные утверждают в психологии точку зрения, согласно которой в виртуальной среде утрачивают актуальность смыслы реальной жизни. Взамен утраченной личностью ищет новые смыслы виртуальной жизни, часто в виртуальной среде восполняя дефициентность смыслов жизни реальной (Психология..., 2021; The Oxford Handbook of Meaning..., 2022).

И хотя в современной науке активно изучаются процессы осмысленности жизни формирующихся взрослых как в реальной, так и в виртуальной среде, но отсутствуют исследования процессов осмысленности их жизни в виртуальном жизненном пространстве, ассоциированных с их возрастными-психологическими особенностями (исследование идентичности и сосредоточенности на себе, негативности и нестабильности, личной свободы, экспериментов и возможностей, чувства «между», ориентации на других).

Таким образом, фокус нашего исследования был обращен на изучение барьеров и ресурсов осмысленности жизни в виртуальном жизненном пространстве формирующихся взрослых. Полагаем, барьеры и ресурсы осмысленности жизни в виртуальном жизненном пространстве связаны с такими их возрастными-психологическими особенностями, как исследование идентичности и сосредоточенность на себе, негативность и нестабильность, личная свобода, эксперименты и возможности, чувство «между», ориентация на других.

В исследовании участвовали 410 студентов, обучающихся в вузах Москвы и Тулы, в возрасте 18–25 лет (ср. возраст 19,8 лет). Им был предложен пакет методик: 1) методика оценки смысложизненных ориентаций (Осин, Кошелева, 2020), которая использована в двух вариантах: в оригинальной версии, интерпретируемой далее как «смысложизненные ориентации в реальности», и в версии с измененной инструкцией, интерпретируемой как «смысложизненные ориентации в виртуальности»: «Оцените, пожалуйста, каждое из утверждений, насколько оно соответствует вашему отношению к себе в виртуальности»; 2) адаптированная к российской выборке методика оценки показателей формирующейся взрослости (Клементьева, 2023).

Количественный подсчет показателей «барьеров развития» и «ресурсов развития» осуществлен на основании соотнесения оценок путем попарного сравнения в сопоставлении с коэффициентом детерминации ( $R^2$ ). Обработка данных была осуществлена с использованием  $g$ -критерия Пирсона и  $t$ -критерия Стьюдента.

Полученные результаты подтвердили наше предположение и позволили получить новые факты.

Во-первых, сравнительный анализ продемонстрировал более высокий уровень показателей смысложизненных ориентаций в реальной жизни, по сравнению с виртуальной жизнью (статистика значимости критерия при  $p < 0,01$ ): формирующиеся взрослые цели жизни, возможности самореализации, ассертивность в жизненных ситуациях и контроль за событиями жизни обретают в реальной среде, не формируя экзистенциальные установки в виртуальной жизни, видимо, вследствие низкой кибербезопасности и псевдореалистичности последней.

Во-вторых, обнаружены положительные значимые корреляции между смысложизненными ориентациями в реальности и виртуальности (статистика значимости критерия при  $p < 0,01$ ): согласованность смысложизненных ориентаций в реальной и виртуальной средах поддерживает механизм взаимодополнения смыслов реального и виртуального жизненного пространства, их функциональной связи.

В-третьих, проранжировав испытуемых на группы по индексам барьерности и ресурсности (корреляции между смысложизненными ориентациями в реальности и виртуальности), мы обнаружили, что в случаях ресурсной реализации (прямой положительной корреляции показателей) показатели смысложизненных ориентаций (общий показатель, цели в жизни, процесс жизни) отличает более высокий уровень (статистика значимости критерия при  $p < 0,01$ ), по сравнению со случаями барьерной реализации (прямой отрицательной корреляции показателей). В виртуальном жизненном пространстве формирующиеся взрослые ищут и находят недостающие смыслы жизни, используя условия виртуальной среды как ресурсы позитивного личностного развития. По-видимому, тревога перед опасностью, приписываемой виртуальной среде, некомпетентность и пессимизм в оценках себя как пользователя – то, что является барьером развития личности в виртуальном жизненном пространстве формирующихся взрослых.

В-четвертых, обнаружены положительные значимые корреляции смысложизненных ориентаций с личностными особенностями формирующихся взрослых (исследование идентичности, личная свобода, эксперименты и возможности), а отрицательные – с показателями негативности и нестабильности (статистика значимости  $g$ -критерия

при  $p \leq 0.01$ ). Молодые люди, ориентированные на интенсивный поиск идентичности, готовые к биографическому экспериментированию, чувствующие личную свободу самовыражения и ясно осознающие безграничные возможности жизненного проектирования, демонстрируют более осмысленную жизнь, как реальную, так и виртуальную, по сравнению с теми «формирующимися взрослыми», которые испытывают тревогу от нестабильности и беспокойство от неопределенности выбора жизненных стратегий в реальной и виртуальной жизни. Можно предположить, что исследование идентичности, чувство свободы, биографическое экспериментирование и вера в безграничные возможности самореализации являются ресурсами личностного развития, а переживания нестабильности и негативизма — барьерами личностного развития формирующихся взрослых. В виртуальном жизненном пространстве, барьеры их личностного развития, по-видимому, могут быть компенсированы за счет расширения возможностей личности в саморегуляции.

Таким образом, понимание ресурсов и барьеров в виртуальном жизненном пространстве формирующихся взрослых связано с необходимостью переосмысления существующих теорий развития личности с учетом особенностей виртуальной среды. Мы предлагаем осмыслить пространство «отложенного взросления» современных молодых людей через призму интеграции идей динамического подхода к личности и неозриксоновской культурной теории развития, высвечивая логику возрастного развития личности и подчеркивая механизмы возрастного перехода. В фокусе эмпирического исследования проанализированы барьеры и ресурсы личностного развития в виртуальном жизненном пространстве, ассоциированные с особенностями феномена «формирующаяся взрослость» и смысложизненными ориентациями. Материалы исследования убеждают в том, что виртуальное жизненное пространство выполняет компенсаторную функцию в регуляции осмысленности жизни, предоставляя ресурсы контроля и свободы выбора идентичности, снимая барьеры развития, связанные с неуверенностью в себе и тревожным ожиданием взрослости.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Клементьева М. В.* Виртуальная среда как жизненное пространство современного человека // Гуманитарные науки. Вестник Финансового университета. 2022. Т. 12. № 5. С. 63–69. doi: 10.26794/2226-7867-2022-12-5-63-69

- Нартова-Бочавер С. К.* Понятие «психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 6. С. 27–36.
- Осин Е. Н., Кошелева Н. В.* Тест смысложизненных ориентаций: новые данные о структуре и валидности // Вопросы психологии. 2020. № 6. С. 150–163.
- Психология смысла жизни: школа В. Э. Чудновского: Коллективная монография / Под ред. Т. А. Поповой, Н. Л. Карповой, Г. А. Вайзер, К. В. Карпинского. М.: Смысл, 2021.
- Салихова Н. Р.* Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности. Казань: Казанский ун-т, 2010.
- The Oxford handbook of emerging adulthood / Ed. J. J. Arnett. N. Y.: Oxford University Press, 2016.
- The Oxford handbook of meaning in life / Ed. I. Landau. N. Y.: Oxford University Press, 2022.
- Lewin K.* Field theory in social science: Selected theoretical papers / Ed. D. Cartwright. N. Y.: Harper & Row, 1951.
- Reifman A., Arnett J. J., Colwell M. J.* Emerging adulthood: Theory, assessment and application // Journal of Youth Development. 2007. V. 2 (1). P. 37–48.

**Особенности волевой саморегуляции, мотивации,  
личностной тревожности и стратегий совладания  
со стрессом неопределенности у военных корреспондентов**

*С. В. Колобова*

Мариупольский государственный университет им. А. И. Куинджи,  
Мариуполь

Современный мир связан с неопределенностью, изменчивостью и динамичностью, что с каждым годом все больше актуализирует необходимость исследования внутренних ресурсов индивида и его профессиональных качеств, которые обеспечат эффективное совладание со стрессом неопределенности, в том числе и неопределенности боевых действий. В статье производится анализ особенностей волевой саморегуляции, мотивации, личностной тревожности и стратегий совладания со стрессом неопределенности у военных корреспондентов, работающих в условиях боевых действий. В исследовании принял участие 31 военный корреспондент. Исследование проводилось июле–августе 2023 г.

*Ключевые слова:* психология информационного воздействия, военный корреспондент, боевые действия, мотивация, волевое саморегулирование, совладание со стрессом, копинг-стратегии.

Современный мир неизбежно связан с такими атрибутами, как неопределенность, изменчивость и динамичность. Сложности на геополитическом уровне и в целом события последних лет приводят ко все большей актуализации исследований такого явления, как неопределенность.

Экстремальность рабочей среды, физические и психологические перегрузки, неопределенность условий и сложность решаемых задач являются профессиографическими характеристиками, определяющими деятельность военного корреспондента. Специфика данной профессии требует от человека наличия высокого уровня мотивации и воли, умения справляться со стрессом за счет применения наиболее эффективных стратегий совладания, которые не только обеспечат возможность выжить в условиях боевых действий и выполнить поставленные перед профессионалом задачи, но и суметь избежать посттравматического стрессового расстройства и других негативных последствий.

Это и определило *цель* данной работы – провести анализ особенностей волевой саморегуляции, мотивации, личностной тревожности и стратегий совладания с неопределенностью у военных корреспондентов, работающих в условиях боевых действий.

На онлайн-платформе «Google формы» были сформированы электронные версии анкеты и психологических тестов. Сгенерированные ссылки на онлайн-версии теста и анкеты были направлены респондентам. Для ответов респонденты использовали индивидуальные портативные устройства. Обработка результатов осуществлялась в режиме реального времени. Результаты анкетирования и тестирования были консолидированы в базе данных в формате электронной таблицы.

Ограничения проводимого исследования следующие: отказ респондентов от участия в тестировании и анкетировании, отсутствие технических возможностей респондентов для участия в исследовании.

Предложение принять участие в исследовании было отправлено через мессенджеры 56 журналистам, работающим в зоне проведения СВО. В итоге в исследовании принял участие 31 военный корреспондент, из них 13 женщин и 18 мужчин. Средний возраст военных корреспондентов составил  $35,2 \pm 7,9$  лет. Один из участников нашего исследования, военный журналист, политический обозреватель Ростислав Игоревич Журавлев погиб во время выполнения редакционного задания 22.07.2023.

Для проведения исследования были использованы следующие методики:

1. Опрос.
2. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса.
3. Тест-опросник А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции».
4. «Шкала тревоги» Спилбергера–Ханина (State-Trait Anxiety Inventory, STAI).
5. «Опросник совладания со стрессом» К. Карвера, М. Шейера и Дж. Вейнтрауба в адаптации Е. И. Рассказовой, Т. О. Гордеевой и Е. Н. Осина.

Анализ данных осуществлялся с использованием программы SPSS v. 23. Для выявления статистически значимых различий в уровне мотивации, волевой саморегуляции, ситуативной тревожности и в копинг-стратегиях между мужчинами и женщинами, военными корреспондентами, использовался U-критерий Манна–Уитни. Корреляционный анализ проводился с помощью рангового коэффициента корреляции Спирмена.

Первым этапом исследования являлось интервьюирование респондентов для выявления сложностей их работы и определения важнейших качеств для осуществления данной профессиональной деятельности.

На вопрос «Сталкиваетесь ли вы в своей работе с потенциально травмирующим контентом?» большая часть респондентов ответила, что они сталкиваются с травмирующим контентом более года (86,4%).

Было выявлено, что помимо таких сложностей, как поиск героев для репортажей и налаживание с ними контактов, осуществление отчетности, согласование съемок и других сложностей прикладного характера, самое трудное в профессии военного корреспондента — это справляться со страхом, когда прилетает снаряд; возвращаясь к семье, не нести за собой весь пережитый ужас и стресс; не заикливаться на войне и не находить в ней основного смысла в жизни; ежедневно сталкиваться с человеческой болью и страданиями, сломанными судьбами и гибелью тех, с кем только недавно общались; справляться со своими эмоциями и продолжать работать, несмотря ни на что; жить в состоянии неопределенности из-за постоянного риска оказаться в эпицентре обстрела; выжить; быстро адаптироваться к изменяющимся условиям и доводить свое дело до конца.



Диагностика мотивации к успеху позволила определить, что военные корреспонденты в своем большинстве обладают умеренно высоким и высоким уровнями мотивации к успеху (45,5%), средний уровень мотивации к успеху демонстрируют 33,5%, всего 4% обладают низким уровнем мотивации к успеху.

Исследование волевой саморегуляции военных корреспондентов показало, что у большинства респондентов преобладает высокий уровень самообладания (67,7%), настойчивости (83,9%) и волевой саморегуляции (87,1%). Основываясь на этих данных, мы можем предположить, что респонденты в своем большинстве являются эмоционально зрелыми, активными, стремящимися к завершению начатого дела и на высоком уровне контролирующими свои эмоциональные состояния.

При этом у военных корреспондентов преобладает средний уровень ситуативной тревожности (54,8%). Это говорит о том, что, возможно, они находятся под ощущаемым влиянием стрессовых обстоятельств, которые могут негативно сказываться на их физическом и психологическом здоровье.

По результатам диагностики копинг-стратегий военных корреспондентов видно, что наиболее часто используемыми копингами являются «Позитивное переформулирование и личностный рост», «Активное совладание», «Планирование», «Принятие» и «Подавление конкурирующей деятельности». Реже военные корреспонденты прибегают к таким способам совладания, как «Отрицание», «Поведенческий уход от проблемы» и «Использование успокоительных».

Для выявления различий между мужчинами и женщинами в уровне волевой саморегуляции, ситуативной тревоги и стратегиях совладания со стрессом был использован непараметрический критерий Манна–Уитни. В результате были выявлены статистически значимые различия в использовании мужчинами и женщинами стратегий юмора ( $U = 143,5$  при  $p \leq 0,01$ ) и использования успокоительных средств ( $U = 156$  при  $p \leq 0,05$ ). При этом обе стратегии имеют более высокий уровень среди мужчин, чем среди женщин.

Итак, наше исследование было направлено на изучение личностных характеристик военных корреспондентов и их стратегий совладания с неопределенностью боевых действий. В результате теоретического исследования было приведено краткое описание понятия неопределенности и неопределенности боевых действий, а также особенностей совладания с неопределенностью, дана характеристика профессии военного корреспондента. Эмпирическое исследование позволило определить уровень мотивации, волевой саморегуляции,

ситуативной тревожности военных корреспондентов, а также выявить используемые ими стратегии совладания с неопределенностью; выявить различия в используемых копинг-стратегиях между мужчинами и женщинами, военными корреспондентами; выявить связи между копинг-стратегиями и мотивацией, волевой саморегуляцией и ситуативной тревожностью в группах женщин и мужчин.

По результатам проведенного исследования нам удалось установить, что военные корреспонденты в своем большинстве используют следующие копинг-стратегии: «Позитивное переформулирование и личностный рост», «Активное совладание», «Планирование», «Принятие» и «Подавление конкурирующей деятельности». Вероятно, что военные корреспонденты осознают неизбежность неопределенности в сфере своей профессиональной деятельности и необходимость мобилизации психологических, мотивационных, волевых ресурсов для адаптации к сложившимся условиям и достижения профессиональных целей. При этом у них отмечаются преобладание высокого уровня самообладания, настойчивости и волевой саморегуляции, а также средний уровень ситуативной тревожности. Данные результаты противоречат результатам эмпирического исследования L. Wang, в котором изучались психологическая выносливость и негативные эмоции 296 журналистов, которые участвовали в репортажах о чрезвычайных событиях с августа по декабрь 2017 г. Журналистов оценивали с помощью шкалы психологической выносливости, шкалы самооценки тревожности и простого опросника по стилю совладания. Было выявлено, что общий балл психологической выносливости журналистов, задействованных в чрезвычайных ситуациях, немного ниже нормативных значений, полученных на китайской выборке. Кроме того, показатели силы воли, поддержки семьи, оптимизма и уверенности в себе были значительно ниже, чем в китайской норме. Эти результаты могут быть связаны с характером работы журналистов, участвовавших в чрезвычайных событиях. Чрезмерная рабочая нагрузка, сильное социальное давление могут существенно влиять на их психологическое здоровье, тем самым делая их тревожными и пессимистичными, ослаблять их психологическую выносливость. Длительная работа в обстановке неопределенности ослабляет силу воли и тем самым снижает уровень оптимизма и уверенности в себе. И наоборот, эти журналисты могут координировать свои действия и сотрудничать с различными отделами во время репортажей для решения проблем, что определяет высокий уровень внутренней коммуникации и решения проблем, по сравнению с обычным уровнем.

Интересным результатом нашего исследования является тот факт, что у военных корреспондентов выявлены статистически значимые различия между женщинами и мужчинами в использовании копинг-стратегий «Юмор» и «Использование успокоительных средств»: их чаще применяют мужчины.

Также наше исследование внесло вклад в изучение способов совладания военных корреспондентов с неопределенностью благодаря выявлению корреляционных связей между копинг-стратегиями и волевой саморегуляцией, мотивацией и ситуативной тревожностью. Таким образом, было установлено, что совладание с неопределенностью боевых действий связано с такими необходимыми для профессии военного корреспондента качествами и характеристиками, как волевая саморегуляция и мотивация.

### **Добро и зло в психологическом дискурсе: к проблематизации содержания понятий**

*А. Ю. Колхонен, И. А. Мироненко*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

В психологии по вопросу о проявлениях добра и зла в сфере душевных явлений человека представлен широкий спектр высказываний, в основе которых лежат разные представления о взаимосвязи данных категорий: либо как двух полюсов одной шкалы, либо как двух диалектически связанных противоборствующих начал. Эти две позиции проявляются явно, однако ни в одном из источников, нам известных, они не противопоставляются и не рассматриваются с точки зрения проекции на нравственную психологию, в то время как за каждой из них стоит в явной или неявной форме своя, отличная от другой, теоретическая модель пространства «нравственных координат» личности. Рост исследований в сфере этической психологии, актуальность которых обусловлена проблемами моральных конфликтов в современном меняющемся и мультикультурном мире, на наш взгляд, настоятельно требует разработки этической психологии как междисциплинарной области, на пересечении философской дисциплины этики и психологии личности.

*Ключевые слова:* добро и зло, этическая психология, моральные конфликты, психология личности.

На фоне высокой интенсивности социально-политических и культурных конфликтов в современном мире, нарастания психологических

проблем личности, таких как тревога, связанная с ростом глобальных рисков и угроз (Колхонен, Мироненко, 2023; Нестик, Журавлев, 2018), страх неопределенности будущего, особую значимость приобретает разработка проблем нравственной сферы человека.

В русле активно развивающихся исследований в сфере психологии нравственности сформировалось новое направление – этическая психология (Попов и др., 2008), предметом которой является сфера этических представлений, выполняющих функции нравственных отношений личности и ориентиров поведения. Центральное место в этой относительно новой и чрезвычайно важной области психологической науки занимают категории добра и зла.

Проблема добра и зла, критериев добродетели и пороков традиционно занимает первое место в перечне основных проблем философской дисциплины этики. Подход к ее решению определяет постановку проблем смысла жизни и назначения человека, свободы воли, должного и его совмещения с естественным желанием счастья.

Непосредственная включенность названных проблем в предметную сферу психологии не вызывает сомнения, что обуславливает актуальность разработки поля этической психологии (там же).

Нравственная сфера личности, отражающая этическое отношение человека к миру, включающая в себя его нравственное сознание и этические представления, относится к числу центральных системообразующих подструктур личности. Так, Э. Фромм писал, что моральное суждение неотделимо от нашего Я. Моральная позиция существует в структуре целостной личности, как и любой другой элемент структуры, детерминирована этой структурой и сама в свою очередь детерминирует ее (Фромм, 1998).

В этике и теологии существуют две разные трактовки взаимосвязи категорий добра и зла:

1. Добро и зло рассматриваются как автономные силы, ведущие извечную борьбу за право властвовать в мире. Подобная система взглядов в теологии называется дуализмом. Так, зло в христианстве принципиально исторично. Оно возникло не по воле Бога и имеет начало. Оно будет побеждено по воле Бога и будет иметь конец. Христианский догмат гласит о том, что конец времен грядет, зло будет побеждено, а всеобщее воскресение из мертвых будет сопряжено со страшным судом;
2. Согласно догматам некоторых других религий, зло рассматривается не как относительно самостоятельная историческая сила, но как отсутствие добра, негативная характеристика существова-

ния в нашем мире. Так рассматривает зло иудаизм. Эта же точка зрения характерна для многих христианских мыслителей-схоластов. Смысл истории в иудаизме не в конце времен, а в преобразовании «материального мира» по божественным законам, ради завершения которого иудеи ожидают Машиаха (мессию).

Эти позиции в отношении взаимосвязи добра и зла, лишь частично осознаваемые человеком, определяют восприятие им мира и этическое отношение к миру.

В психологии по вопросу о проявлениях добра и зла в сфере душевных явлений человека представлен широкий спектр высказываний, которые можно отнести к той или иной обозначенной выше позиции.

С одной стороны, в ряде работ имплицитно или эксплицитно представлена позиция, что зло – это отсутствие добра, как говорил св. Августин. А добро, соответственно, это отсутствие зла. Так, в монографии Л. М. Попова с соавт. (Попов и др., 2008) дана типология, в основе которой представление о добре и зле как о двух полюсах одного измерения (т. е. чем больше добра, тем меньше зла).

С другой стороны, во многих источниках мы находим высказывания о диалектическом противоборстве в человеке сил добра и сил зла, и здесь прежде всего вспоминается психоанализ с его положением о противоборстве основополагающих жизненных сил в человеке: Эроса и Танатоса. Основоположники гуманистической психологии также задавались вопросом об истоках добра и зла в человеке и предлагали собственные ответы.

Джеймс Холлис, современный американский юнгианский психоаналитик, использует метафору «Свет» и «Тень», а образ Фауста как человека, имеющего некую двойственность: «Там, где свет, всегда есть и Тень. Фауст – лучшее, самое представительное наше Я. Он героический, бессознательный, благонамеренный и опасный. Он – воплощение света, устремления, успеха, героического вызова ограниченности, и он же – источник столь многих наших страданий. Как и его брат Гамлет, нерешительный и раздираемый внутренними сомнениями, Фауст, хотя и не знает сомнений и преисполнен желания, оказывается предвестником того мира, в котором мы сейчас обитаем, со всем, что в нем есть благого и тлетворного. Никогда в своей истории человечество не имело стольких возможностей и никогда не знало так много невротического несчастья. Никогда прежде не было столько света – и не было никогда такой Тени» (Холлис, 2017, с. 203). Ролло Мэй писал: «Я буду использовать слово „парадокс“ для описания вза-

имосвязи между двумя противоположными понятиями, которые, даже несмотря на то, что они направлены друг против друга и, кажется, действуют разрушительно по отношению друг к другу, в то же самое время и не могут существовать один без другого. Бог и дьявол, добро и зло, жизнь и смерть, красота и уродство — все эти противоположности, кажется, находятся в конфликте друг с другом. Но парадокс состоит в том, что сама конфронтация одного с другим дает жизненные силы другому» (Мэй, 2017, с. 83).

Таким образом, рассматривая отношение к категориям добра и зла, в научном психологическом дискурсе мы явно выделяем два различных подхода.

Первый подразумевает прямое противопоставление добра злу: в этой позиции есть строгое убеждение в том, что это взаимоисключающие категории. Чем больше добра, тем меньше зла. Эрих Фромм, ссылаясь на Платона, писал, что зло не является само по себе, а есть результат отсутствия добра (Фромм, 1998). Наличие зла здесь является печальным следствием недостатка добра в людях, и чем меньше его существует, тем лучше. Зло осуждается и искореняется, подобно сорной траве, не имеющей никакого значения, мешающей росту и развитию личности.

Второй подход подразумевает синергетический результат от взаимодействия добра и зла. Сторонники этой позиции воспринимают зло как необходимое условие развития личности и способ усиления добра. «Существование зла порой представляется своего рода условием или неременным сопутствующим обстоятельством существования добра» (Щеглов, 2020, с. 157). Здесь присутствует сложно описываемый диалектический парадокс, который блестяще описывают философы. Так, Ж. Бодрийяр пишет: «Любая структура, которая преследует, изгоняет, закликает свои негативные элементы, подвергается риску катастрофы ввиду полного возвращения к прежнему состоянию, подобно тому как биологическое тело, которое изгоняет зародышей бацилл, паразитов и иных биологических врагов, избавившись от них, подвергается риску рака и метастазов» (Бодрийяр, 2021, с. 157). Более сурово об этом же высказывается Ф. Ницше: «С человеком происходит то же, что и с деревом. Чем больше стремится он вверх, к свету, тем глубже впиваются корни его в землю, вниз, в мрак и глубину, — ко злу» (Ницше, 2017, с. 313).

Эти две позиции проявляются явно, однако ни в одном из источников, нам известных, они не противопоставляются и не рассматриваются с точки зрения проекции на нравственную психологию, в то время как за каждым из них стоит в явной или неявной форме

своя, отличная от другой, теоретическая модель пространства нравственных координат личности.

Разработка и дальнейшее исследование в области этической психологии являются актуальными и значимыми, так как затрагивают фундаментальные категории добра и зла, рассматривая их как основополагающие элементы структуры личности и морального суждения.

Категории добра и зла являются предметом этической психологии и в то же время по своей значимости выходят за ее пределы, в свете понимания значимости нравственной сферы личности в поведении и отношениях личности к миру. Рост исследований в сфере этической психологии, на наш взгляд, настоятельно требует ее разработки как междисциплинарной, на пересечении этики и психологии, что, по нашему мнению, будет способствовать взаимному обогащению двух дисциплин и придаст разработке проблем морали в современном меняющемся и мультикультурном мире необходимый импульс развития.

### Литература

- Бодрийяр Ж.* Прозрачность зла. М.: Добросвет; Изд-во КДУ, 2021.
- Воловикова М. И.* Представления русских о нравственном идеале. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
- Колхонен А. Ю., Мироненко И. А.* Баланс сил Эроса и Танатоса в контексте современной тенденции нарастания угрозы ядерной войны // Актуальные проблемы современной социальной психологии и ее отраслей / Отв. ред. Т. В. Дробышева, Т. П. Емельянова, Т. А. Нестик, Н. Н. Хашенко, А. Е. Воробьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 867–872.
- Мэй Р.* Свобода и судьба. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017.
- Нестик Т. А., Журавлев А. Л.* Психология глобальных рисков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Ницше Ф.* Малое собрание сочинений. СПб.: Азбука–Азбука–Аттикус, 2017.
- Попов Л. М., Голубева О. Ю., Устин П. Н.* Добро и зло в этической психологии личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.
- Фромм Э.* Бегство от свободы; Человек для себя. Минск: Попурри, 1998.
- Холлис Дж.* Почему хорошие люди совершают плохие поступки: Понимание темных сторон нашей души. М.: Когито-Центр, 2017.
- Щеглов А. В.* О свободе морального выбора, или Мысли о природе добра и зла // Международный журнал психологии и педагогики в служебной деятельности. 2020. № 3. С. 155–159.

## **Вклады социально-демографических характеристик, «темного» и «светлого» личностного профилей в отчуждение моральной ответственности\***

*Д. С. Корниенко\**, *М. В. Балева\*\**, *Н. П. Ячменёва\**

\* Российская академия народного хозяйства и государственной службы  
при Президенте РФ, Москва

\*\* Пермский государственный национальный исследовательский  
университет, Пермь

Исследование посвящено анализу вкладов контрастных личностных профилей «темного» и «светлого» и социально-демографических характеристик в отчуждение моральной ответственности. Выборку исследования составили 618 человек (возраст 17–52 года), 73% женщины, проживающие в различных городах РФ. Были выделены два личностных профиля, отличающихся сочетанием черт темной тетрады, эмпатии, эмоционального интеллекта. Обсуждаются регрессионные модели вкладов контрастных личностных профилей наряду с социально-демографическими характеристиками в отчуждение моральной ответственности. Обнаружено, что выраженность «темного» профиля личности в сочетании с мужским полом, проживанием в максимально урбанизированной среде и средним возрастом позволяют предсказать до 20% дисперсии отчуждения моральной ответственности.

*Ключевые слова:* темная тетрада, темная триада, отчуждение моральной ответственности, эмпатия, эмоциональный интеллект, пол, возраст.

Негативные черты личности — нарциссизм, макиавеллизм и психопатия, объединенные в конструкт «темная триада», привлекали внимание исследователей последние двадцать лет (Paulhus et al., 2021). Интерес к темной триаде связан с возможностью объяснить эгоистичное, манипулятивное и импульсивное поведение, нарушающие социальные нормы, но при этом имеющее достаточно высокую адаптивность и даже успешность. Добавление еще одной черты — садизма (склонности получать положительные эмоции от страданий других) — привело к появлению конструкта «темная тетрада» (ibid.). В последние годы исследования темной триады/тетрады ориентированы на анализ вкладов профилей, образованных сочетанием черт в поведенческие или другие личностные характеристики (McLarno, 2022).

---

\* Статья подготовлена в рамках выполнения научно-исследовательской работы по государственному заданию РАНХиГС.



Исследования социально-демографических различий в чертах темной триады/тетрады являются фрагментарными. Данные о половых различиях в чертах темной триады обнаруживаются большинством исследователей, показывая большую выраженность макиавеллизма и психопатии у мужчин, а нарциссизма — у женщин (Jonason et al., 2020). Возрастные различия проявляются в снижении выраженности «темных» черт от молодого к пожилому возрасту (Hartung и др. 2022). Социально-экономический уровень оказывает влияние на негативные черты: менее развитые страны показывают более высокий уровень нарциссизма (Jonason et al., 2020). Люди с выраженной темной триадой предпочитают более урбанизированные места проживания в связи с возможностью использовать там различные, в том числе и этически-неприемлемые, стратегии поведения (Jonason, 2018).

Значительный интерес представляет изучение связи темной триады/тетрады и морально-этических характеристик, одной из которых является отчуждение моральной ответственности, описывающее механизмы оправдания неэтичных поступков, например, перекладывание вины на пострадавшего (Ледовая и др., 2016). Исследования показывают, что черты темной триады/тетрады положительно связаны с отчуждением моральной ответственности. Также получены данные о негативной связи характеристик эмпатии и эмоционального интеллекта с отчуждением моральной ответственности и чертами темной триады (Wu et al., 2020). Данные эмпирические факты позволяют предполагать, что сочетание негативных черт и эмоциональных характеристик может приводить к различным результатам в отношении оправдания собственных неэтичных поступков.

Целью настоящего исследования является анализ вкладов контрастных личностных профилей («темного» и «светлого») и социально-демографических характеристик в отчуждение моральной ответственности. В связи с отсутствием исследований совместной роли черт темной тетрады, характеристик эмоциональной сферы и социально-демографических характеристик в отчуждении моральной ответственности данное исследование представляется актуальным.

В нем приняли участие 618 человек в возрасте от 17 до 52 лет ( $M = 23,08$ ;  $SD = 6,32$ ), из них 168 мужчин и 450 женщин. Из общего числа респондентов 410 человек — студенты, 208 — работающие; 271 человек проживает в сверхкрупном городе (население более 3-х миллионов человек), 347 — в других крупных городах России.

Сбор данных проводился с помощью платформы Online Test Pad с использованием «Короткого опросника темной тетрады» (Корниенко и др., 2022), «Опросника когнитивной и аффективной эмпатии»

(Окатова, 2021), краткой версии опросника TEIQue (Панкратова и др., 2021) и краткой версии шкалы отчуждения моральной ответственности MD-8 (Ледовая и др., 2016). Анализ осуществлялся с помощью статистической программы JASP.

Выделение личностных профилей, контрастных по выраженности показателей темной тетрады, эмпатии и эмоционального интеллекта было сделано с помощью кластерного анализа. Выделение профилей основано на предыдущих работах (McLarno, 2022), в которых были выделены профили с различной выраженностью черт темной триады/тетрады. Добавление характеристик эмоциональной сферы позволяет учесть дополнительные факторы, релевантные конструкту темной триады/тетрады.

В результате кластерного анализа было выделено две группы респондентов, имеющие статистически значимые ( $p < 0,05$ ) различия по всем переменным. В первый кластер вошли 365 человек с низкими значениями показателей темной тетрады и высокими показателями эмпатии и эмоционального интеллекта, а во второй кластер — 253 человека с высокими значениями показателей темной тетрады и низкими показателями эмпатии и эмоционального интеллекта. При этом наибольшие различия наблюдались по показателю садизма ( $d = 1,96$ ), а наименьшие — по показателю когнитивной эмпатии ( $d = 0,29$ ).

Личностные профили, выделенные по показателям «темных» черт, эмпатии и эмоционального интеллекта, представляют собой разновидность таксономического подхода к исследованию черт личности (McLarno, 2022). Вместе с тем их специфика обусловлена не качественными характеристиками сочетания разных уровней выраженности одного и того же конструкта — темной тетрады, а более ярким проявлением личностной специфики за счет характеристик эмоциональности. Выделенные личностные профили можно условно обозначить как «„светлый“, эмоционально компетентный эмпат» и «„темный“, эмоционально некомпетентный социопат».

Далее был сделан регрессионный анализ, в котором в качестве зависимой переменной рассматривался общий показатель отчуждения моральной ответственности, в качестве предикторов — социально-демографические параметры (пол, возраст, место проживания, статус занятости) и личностный профиль, выделенный по результатам кластерного анализа. Результаты регрессионного анализа показывают, что полученная модель предикторов предсказывает 19% дисперсии и является значимой ( $F = 24,18$ ,  $p < 0,001$ ).

Анализ регрессионных коэффициентов предикторов свидетельствовал о том, что статистически значимый вклад в общий показатель

отчуждения моральной ответственности вносят (в порядке убывания значимости) «темный» личностный профиль ( $t = 8,43$ ,  $p < 0,001$ ), мужской пол ( $t = -5,03$ ,  $p < 0,001$ ), проживание в сверхкрупном городе ( $t = -3,30$ ,  $p < 0,001$ ) и средний возраст в районе 40 лет – на уровне, близком к значимому ( $t = 1,85$ ,  $p = 0,07$ ). Вклады переменных юного и молодого возраста, а также социального статуса (студент–работающий) оказались незначимыми ( $p > 0,10$ ).

Таким образом, предикторами общей выраженности морально-го отчуждения, наряду с «темным» социопатическим профилем личности, выступают мужской пол, проживание в сверхкрупном городе и средний возраст. Полученные данные в отношении мужского пола и степени урбанизации места проживания согласуются с предыдущими исследованиями. Мужчины демонстрируют более высокие значения психопатии и макиавеллизма независимо от других социально-демографических характеристик (Jonason и др., 2020). Кроме того, обнаружено стремление мужчин к проживанию в густонаселенных местах, насыщенных возможностями для конкуренции, развлечений и отношений с противоположным полом (Jonason, 2018). Сочетание предпочтения урбанизированных мест проживания с мужским полом и высокой выраженностью «темных» черт объясняют с позиции эволюционной психологии через предпочтение стратегии «быстрой жизни» (ibid.). Однако данные о возрасте входят в противоречие с имеющимися работами (Hartung et al., 2022), что может являться стимулом для дальнейших исследований. В целом, именно обнаруженное сочетание характеристик приводит к возрастанию отчуждения моральной ответственности.

Полученные результаты можно обобщить в виде следующих выводов:

1. Анализ совместной выраженности показателей темной тетрады, эмпатии и эмоционального интеллекта позволяет выделить контрастные группы респондентов, одна из которых характеризуется низкой выраженностью «темных» черт наряду с высокой эмпатией и эмоциональным интеллектом, а другая – высокой выраженностью «темных» черт наряду с низкой эмпатией и эмоциональным интеллектом.
2. Высокая выраженность «темного» профиля личности в сочетании с социально-демографическими характеристиками – мужским полом, проживанием в сверхкрупном городе и средним возрастом (около 40 лет) – позволяют предсказать 19% дисперсии морального отчуждения ответственности как склонности к оправданию собственных неэтичных поступков.

## Литература

- Корниенко Д. С., Вязовкина В. К., Горностаев И. С. Адаптация и психометрическая проверка методики «Короткий опросник темной тетрады» // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 5. С. 87–98. doi: 10.31857/S020595920022787-1
- Ледовая Я. А., Тихонов Р. В., Боголюбова О. Н., Казенная Е. В., Сорокина Ю. Л. Отчуждение моральной ответственности: Психологический конструкт и методы его измерения // Вестник СПбГУ. Сер. 16. 2016. Вып. 4. С. 23–39. doi: 10.21638/11701/spbu16.2016.402
- Окатова М. А. Апробация русскоязычной версии опросника когнитивной и аффективной эмпатии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. №. 4. С. 685–699. doi: 10.17323/1813-8918-2021-4-685-699
- Панкратова А. А., Корниенко Д. С., Фетисова А. В. Русскоязычная адаптация краткой версии опросника TEIQue (Trait Emotional Intelligence Questionnaire) К. Петридеса и А. Фернхема // Вопросы психологии. 2021. Т. 67. № 1. С. 130–144.
- Detert J. R., Treviño L. K., Sweitzer V. L. Moral disengagement in ethical decision making: a study of antecedents and outcomes // Journal of Applied Psychology. 2008. V. 93 (2). P. 374. doi: 10.1037/0021-9010.93.2.374
- Hartung J., Bader M., Moshagen M., Wilhelm O. Age and gender differences in socially aversive (“dark”) personality traits // European Journal of Personality. 2022. V. 36 (1). P. 3–23. doi: 10.1177/089020702098843
- Jonason P. K. Bright lights, big city: The Dark Triad traits and geographical preferences // Personality and Individual Differences. 2018. V. 132. P. 66–73. doi: 10.1016/j.paid.2018.05.024
- Jonason P. K., Žemojtel-Piotrowska M., Piotrowski J., Sedikides C., Campbell W. K., Gebauer J. E., Yahiaev I. Country-level correlates of the dark triad traits in 49 countries // Journal of Personality. 2020. V. 88 (6). P. 1252–1267. doi: 10.1111/jopy.12569
- McLarnon M. J. W. Into the heart of darkness: A person-centered exploration of the Dark Triad // Personality and Individual Differences. 2022. V. 186. P. 111354. doi: 10.1016/j.paid.2021.111354
- Paulhus D. L., Buckels E. E., Trapnell P. D., Jones D. N. Screening for dark personalities // European Journal of Psychological Assessment. 2021. V. 37 (3). P. 208–222. doi: 10.1027/1015-5759/a000602
- Wu W., Su Y., Huang X., Liu W., Jiang X. The dark triad, moral disengagement, and social entrepreneurial intention: Moderating roles of empathic concern and perspective taking // Frontiers in Psychology. 2020. V. 11. P. 1520. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01520

## **Сердечность в психотерапии: от психотехнической уверенности к мудрости зрелых лет**

*Л. А. Кротова*

Институт философии и психологии «Человек и мир», Москва

Сердечность и мудрость как опыт близости бытия противопоставляется эмпатии как технике, осваиваемой в рамках обучения психологическому консультированию. Феномен сердечности последовательно рассматривается в контекстах психотерапевтической практики и обучения психотерапии, жизненного пути психотерапевта и исследователя (от техники — к мудрости), «поворота к бытию» в онтологической феноменологии М. Хайдеггера, поиска добросердечного «старшего» в ситуации онтологической уязвимости, вызванной транзитивностью современного мира, в контексте исследований смысловой структуры жизненного мира бывших горожан (связанности с природой), в которой добросердие выделяется как одна из значимых смысловых тем. Феноменология сердечности сопоставляется с особенностями и преимуществами стихийной психотерапии и феноменологией мудрости.

*Ключевые слова:* эмпатия, сердечность, мудрость, психотерапия, обучение психотерапии, связь с природой, аутентичность.

### **Введение**

Вопрос о том, что в психотерапии является собственно терапевтическим, т. е. что способствует целительным переменам, современными исследователями наиболее часто рассматривается в ключе психотехнической эффективности и в оптике личных качеств или личности терапевта. Среди значимых феноменов психотерапии, объединяющих оба способа рассмотрения, превалирует «метапонятие» эмпатии, свойства которой стремятся эксплицировать и пояснить в русле своих воззрений представители самых разных психотерапевтических подходов. Даже в экзистенциально-гуманистической традиции, мировоззренчески склонной дистанцироваться от механистического, необходимость обучать консультантов «методу» приводит к оправданию и разработанности психотехник, в частности, к представлению об эмпатии как о социально формируемой высшей психической функции (Карягина, 2009). Эмпатия оказывается тренируемой техникой или компетенцией, а не следствием индивидуальной склонности, опыта, личной и профессиональной зрелости консультирующего психолога. На практике это оборачивается скорой исчерпаемостью «эм-

патической» или «понимающей» стратегии и тактики; клиенты описывают подобный опыт как фрустрирующий, а терапевты пытаются решить проблему недостаточной уверенности и эффективности через освоение новых техник в новых подходах. Очевидный диссонанс между эмпатией как тренируемым умением и эмпатией как следствием жизненного опыта и зрелости – вероятная причина того, что в научных обзорах, посвященных условиям эффективной терапии, понимание эмпатии уточняется и дополняется такими метанавыками, как способность к чуткому отклику, умение распознавать паттерны (внимательность и восприимчивость, позволяющая замечать детали, выделять типическое, связывать будто бы случайные события), и такими качествами терапевта, как забота, доброта и сердечность (Kottler, 1991).

Отдавая должное многоплановости многолетних исследований в данной области, представляется важным обратить внимание на контекстуальные особенности, задающие собственный интерпретативный ракурс для упомянутых компетенций терапевта.

### **Сердечность в контексте этапов профессионального пути**

М. Р. Миронова в беседе с В. Яломом обращает внимание на тот факт, что в России в связи с бурным развитием консультативной психологии и психотерапии в последнее десятилетие процент молодых психотерапевтов в сравнении с терапевтами зрелого или старшего возраста оказывается значительно выше, чем в странах, где обучение психотерапии существует давно. Психотехнический, деятельный, сциентистский способ «бытия» терапевтом представляется закономерным для первых десятилетий практики молодого специалиста, который на волне воодушевления полученным обучением и веры в метод, с одной стороны, придумывает собственные техники и методики, а с другой – стремится быть «правильным» для сообщества и современным терапевтом.

Необходимость в ином способе бытия терапевтом может дать о себе знать в зрелом возрасте с изменением миропонимания и мироощущения терапевта: теряется интерес к техникам и приверженности подходу, к «лечению» клиента, растет интерес к сущности мира и человека, естественность, терпимость и скромность. В частности, И. Ялом и М. Махони независимо друг от друга отмечают переход к более мягкому, принимающему, доверяющему, поддерживающему стилю в терапии, к сердечности. Е. И. Кириллова и А. Б. Орлов подчеркивают у К. Роджерса возрастную динамику от метода к целостной бытийности и к сущностному в человеке (клиенте и терапевте) (Кириллова, Орлов, 2010). Схожая направленность прослеживается

и в научных интересах известных отечественных психологов: от деятельности к бытию у С. Л. Рубинштейна, от психотехники к синергичной терапии у Ф. Е. Василюка. Нетрудно усмотреть в этой динамике движение к мудрости, за которой, как отмечает В. В. Знаков в статье о творчестве Л. А. Анцыферовой, стоит опыт чувственного постижения мира и себя в мире.

### **Сердечность как феномен бытийности в философии М. Хайдеггера**

Добросердие, как мы видим, — это не просто сочувственный или эмпатический отклик. Оно сопряжено с опытом решительного «поворота к бытию», к свободе и истине, выхода за свои пределы. Как пишет А. В. Михайловский, *Innigkeit* (сердечность, проникновенность), согласно Хайдеггеру, — это «уверенное пребывание при своем, открытое для встречи с противоположными началами бытия... состояние интенсивности, ощутимой плотности смысла, в том числе боли и утраты» (Михайловский, 2018, с. 72). Сердечность связана с личной историчностью, с прожитостью собственной жизни. Парадоксальным образом добросердие не происходит из диалога «Я и Ты», из интимности, эмпатии, понимания или задушевности, но из «размаха внутреннего», из движения вширь и вглубь, из интенсивного переживания сердца, сопровождающего опыт близости бытия. Добросердие по своей сути не может быть освоено в качестве техники или метода, навыка или умения, однако встреча с добросердием Другого может оказаться важным или даже ключевым опытом, ориентиром в собственном становлении. Целительным добросердие Другого оказывается прежде всего из-за способности «осенять» своей бытийностью, опытом «близости бытия».

### **Сердечность в условиях транзитивности и прекарности современного мира**

Работы, посвященные психологическим и социальным аспектам транзитивности и прекарности современного мира, напротив, обращены к противоположному опыту — к ситуации онтологической неуверенности, ускользающей бытийности. Транзитивность как множасься многовариантность социальных пространств и представлений, ценностей и установок, как их непредсказуемая изменчивость (особенно это касается крупных городов), нарушает целостность жизни, не дает человеку удерживать образ себя и своего мира, воспринимать его как нечто цельное, устойчивое во времени и ландшафте. Масштабное и зыбкое информационное пространство подменяет связи между поколениями (Марцинковская, Полева, 2017).

В ответ возникает стремление обрести добрый и устойчивый мир и себя в нем, в том числе как необходимое условие становления. Исследователи отмечают рост потребности общения у детей и подростков с близким взрослым — родственником, учителем, другом семьи, у которого они ищут поддержки и совета. Субъективное переживание прекарности — хрупкости и незащищенности — в условиях неопределенности, транзитивности, сокращения временных перспектив трудовой, личностной самореализации (Хорошилов, 2021) фактически является переживанием онтологической уязвимости. Здесь также возникает потребность в общении с «носителем» иного мира, иной бытийности, в которой есть заземленность, ритм, опыт прожитых трудностей — мира, который воспринимается как онтологически незыблемый.

Идеальный образ «носителя» (и «носителей») такой бытийности можно найти в среде психотерапевтов (к такому зачастую относят Карла Роджерса). В. Ялом описывает воображаемого идеального терапевта следующим образом: деревенский житель, имеющий «прожитый» жизненный опыт и интуицию помогать другим людям.

### **Сердечность (добросердие) в жизненном мире бывших горожан**

Горожане, перебравшиеся жить за город или в деревню, в описаниях своей загородной жизни также нередко выделяют местного жителя, который своим существованием оказывает благотворное, гармонизирующее воздействие (Кретьева, 2021, 2022). Даже небольшой опыт общения с таким человеком имеет значимый смысловой вес и способствует как совладанию с критическими ситуациями — стрессом, тревогой, фрустрацией, так и внутреннему становлению, обретению собственной внутренней опоры, онтологической уверенности. Как правило, это сельский житель или бывший житель мегаполиса, который прожил трудную жизнь, понимает и спокойно принимает ее сложноустроенность, в его жизненном опыте есть опыт «близости бытия». Он ведет суверенный образ жизни, трудолюбив, зачастую одинок; добросердие по отношению к незнакомым или малознакомым людям не является следствием его активной альтруистической позиции, стремлением быть востребованным, но проявляется как бы случайно, ненамеренно. В то же время авторы отмечают внимательность, заботливость такого человека, его сочувствие городским жителям и городскому миру (как «нечеловеческому»), его внутреннюю свободу и умение передавать «солнечный ритм», светлое восприятие жизни, чувство своего места и времени, свои «точки опоры».

Возвращение к опыту загородной или сельской жизни для жителей мегаполиса может быть целостным возвращением к опыту детства



ва — к бытию, в котором красота и свобода окружающей природы и ненавязчивая забота взрослых составляли единый мир, вмещающий начала аутентичности, суверенности, трудолюбия и творчества.

Феноменология добросердечности в заметках бывших горожан имеет немало общего с тем, как феномены мудрости представлены в работах Л. И. Анцыферовой. С. К. Нартова-Бочавер отмечает, что Л. И. Анцыферова «нередко высказывала недоумение по поводу того, как строится консультативная практика; она полагала, что естественное бытие... дает очень много возможностей для экологичной и точной самокоррекции личности» (Нартова-Бочавер, 2014, с. 41), является мощным источником самоподдержки и саморазвития. Важно добавить — мощным источником для поддержки и становления тех, кто попадает в зону воздействия добросердечности, соприкасается с опытом «близости бытия», пережитым другим человеком, который в своей сердечности, своем «размахе внутреннего» помогает отвернуться от саморефлексии (суррогата решимости, по Хайдеггеру) и жажды самореализации, сосредоточенности на себе и своих проблемах, и приблизиться к бытию. Представленные контексты, на наш взгляд, подтверждают представления о стихийной психотерапии как обладающей значительными преимуществами (там же). Оставаясь в «близости бытия», человек сохраняет свою целостность и аутентичность, не подвергается объективизации и не подвергает ей свою жизнь.

Рассматривая феномен сердечности (в том числе добросердечие как стихийную психотерапию), представляется невозможным проигнорировать средовой аспект — опыт природы и земельный консерватизм людей старшего возраста, созидающие и сохраняющие онтологическую незыблемость, утрачиваемую в современном транзитивном мире. Этот «средовой» феномен, на наш взгляд, требует более внимательного и глубокого изучения в психологической науке. Понимание того, как человек открывается сердечности и житейской мудрости, как возрастает в способности удерживать сердечность и проявлять добросердечие, может потеснить избыточное внимание к эмпатии как к психотехнике в консультативной психологии и особенно в области обучения психотерапии, вызванное в том числе потребностью обучать молодых специалистов. Сердечность мудрого человека, его связанность с природой не только разворачивает к бытию, обходя рефлексивные и иные инструментальные способы обращения с жизненным опытом и реальностью, но также учит видеть сущностное, преодолевать разрыв между личным опытом, опытом клиента и временно недоступными для молодого терапевта прожитостью жизни, состоянием сердечной интенсивности, ощутимой плотности смысла.

## Литература

- Карягина Т. Д.* Некоторые проблемы изучения эмпатии в контексте психологического консультирования и психотерапии // Культурно-историческая психология. 2009. Т. 5. № 4. С. 115–124.
- Кириллова Е. И., Орлов А. Б.* Интент-анализ психотерапевтической речи К. Роджерса (случаи Герберта Глории и Джен) // Консультативная психология и психотерапия. 2010. № 4. С. 134–165.
- Кротова Л. А.* Смыслообразующий опыт загородной жизни бывших горожан: бытийный контекст // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2021. Т. 11. Вып. 3. С. 265–283.
- Кротова Л. А.* Терапевтическое воздействие «загородного» нарратива: утешение и смысл // Новые психологические исследования. 2022. № 1. С. 34–55.
- Марцинковская Т. Д., Полева Н. С.* Поколения эпохи транзитивности: ценности, идентичность, общение // Мир психологии. 2017. Т. 98. № 1. С. 24–37.
- Михайловский А. В.* Начало «Черных тетрадей»: эзотерическая инициатива Мартина Хайдеггера // Социологическое обозрение. 2018. Т. 17. № 2. С. 62–86.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 36. № 6. С. 35–45.
- Хорошилов Д. А.* Онтологическая, социальная и психологическая прекарность: пути взаимодействия в транзитивном обществе // Новые психологические исследования. 2021. № 2. С. 64–83. doi: 10.51217/npsyresearch\_2021\_01\_02\_04
- Kottler J. A.* The complete therapist. San Francisco: Jossey-Bass, 1991.

## Личностные ресурсы человеческого капитала в информационной среде\*

*И. В. Кротова*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

Личностные ресурсы – психологические характеристики, необходимые для успешной преобразующей деятельности человека. Основная функ-

---

\* Работа выполнена за счет средств Программы стратегического академического лидерства Казанского (Приволжского) федерального университета (Приоритет – 2030).

ция личностных ресурсов в информационном обществе – отношение к информации как к знаниям, которые можно упорядочить, в противоположность автоматическому медиапотреблению. В эмпирическом исследовании (SPSS) были выделены, во-первых, группы информационных потребителей – от использующих информацию в собственных целях до пассивно адаптирующихся к информационным потокам; во-вторых – единицы измерения личностных ресурсов – общение как высшая форма психической активности в среде взаимодействия, самодетерминация, обеспечивающая активность внутренними, а не внешними целями, и уровень осознанности/спонтанности поведения как показатель устойчивости к информационной среде.

*Ключевые слова:* информационная среда, личностные ресурсы, общение, поведение, самодетерминация, человеческий капитал.

## **Введение**

В современных условиях мы можем наблюдать, что большинство людей не справляются с потоками информации и, как следствие, в различных научных направлениях появляются свои ответы и определения: «человек зависимый», «человек информационный», «человек потребитель», «человек растерянный», «человек цифровой», «человек экономический», «человек эмоциональный» и т. п. Проблема изучается по-разному и с разных сторон, однако исследований о развивающемся, адаптирующемся, преобразующем и управляющем новой средой человеке не так много. Психологический аспект развития личности в информационной среде содержится в базовой парадигме и определяется «условиями развития в социальном и психологическом плане» (Выготский, 2024). Личность, таким образом, выступает и в качестве объекта средового воздействия, с одной стороны, и как активный субъект преобразования этой среды, с другой стороны, отвечая на вызовы развития человеческого капитала.

Ресурсы личности при этом, на наш взгляд, проявляются в трех возможных плоскостях взаимодействия с миром: в преодолении ситуаций в меняющейся социальной действительности, согласно принципам динамического подхода (Анцыферова, 1981; Журавлев, Харламенкова, 2017) и возможностям внутренней детерминации (Рубинштейн, 2002), в формировании знаний, согласно представлениям об «экономике не как обмене, а как решении задач различной степени сложности» (Ушаков, 2012), и в управлении и формировании своего личностного потенциала как элемента человеческого капитала (Леонтьев, 2023).

Таким образом, мы предлагаем выделять следующие единицы измерения личностных ресурсов человеческого капитала в информационной среде: «общение» как высшую форму психической активности в среде взаимодействия, «самодетерминацию» (самопроцессы личности), позволяющую реализовать активность субъекта благодаря внутренним, а не внешним целям, и «уровень осознанности/спонтанности поведения» как показатель устойчивости в информационной среде.

### **Методика исследования**

Данное исследование, включая пилотные, проводится нами с 2014 г. (Кротова, 2014). Для решения исследовательской задачи на основании авторского опросника респонденты были разделены на две равные группы по 600 человек: группу преобразующих информационную среду и группу адаптирующихся к информационной среде.

Применялись следующие методики (всего анализировалось 109 показателей):

- для анализа общения: ориентировочная анкета Б. Басса, шкала макиавеллизма личности Р. Кристи и Ф. Гес, тест «Коммуникативная толерантность» В. В. Бойко, тест Томаса–Килманна «Стиль поведения в конфликтных ситуациях»;
- для исследования «самодетерминации» (самопроцессов): методика «Уровень субъективного контроля» (Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина, Л. М. Эткинд), методика «Изучение самоотношения» (С. Р. Пантелеев, В. В. Столин), методика «Способность к самоуправлению» (Н. М. Пейсахов), многофакторный личностный опросник «Самоактуализационный тест» (Л. Я. Гозман, М. В. Кроз), методика «Смыслжизненные ориентации» (Д. А. Леонтьев), тест «Ценностные ориентации» (М. Рокич), 16-факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла;
- для выявления «уровня осознанности/спонтанности поведения»: шкала потребности в поисках ощущений М. Цукермана, личностный опросник Г. Шмишека, тест «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда, авторский опросник (шкала Лайкерта), состоящий из 12 вопросов в четырех блоках «переживание» (3 вопроса), «деятельность» (3 вопроса), «поведение» (3 вопроса), «общение» (3 вопроса), в каждом из которых выделялись вопросы по плоскости реагирования в информационной, перцептивной и интерактивной аспектах общения (Андреева, 2014).

Анализ данных проводился с помощью программного обеспечения SPSS. В обработке результатов использовались методы описательной

статистики, коэффициент t-критерий Стьюдента, корреляционный анализ Пирсона для выявления взаимосвязей между рассматриваемыми показателями и проверки линейных связей ( $p \leq 0,05$ ; 0,01 и 0,001).

## Результаты

Статистическое сравнение показателей по t-критерию Стьюдента для независимых выборок позволило выявить различия между выраженностью следующих показателей: во второй группе выше средние значения с уровнем достоверности  $p \leq 0,001$  у следующих показателей: № 3 «шкала ценностной ориентации» (тест САТ) (среднее значение в первой группе – 4,11, во второй группе – 4,53), № 48 «самоценность» (тест МИС) (среднее значение в первой группе – 5,94, во второй группе – 6,30), № 58 «принятие решения» (тест ССУ) (среднее значение в первой группе – 4,16, во второй группе – 5,13).

Исходя из полученных результатов сравнительного анализа, на данном этапе исследования к личностным ресурсам можно отнести следующие психологические показатели: разделение ценностей самоактуализирующейся личности, самоценность, принятие решения. Таким образом, во-первых, данные характеристики относятся к единице измерения самопроцессов личности, во-вторых, можно говорить о том, что группа способных преобразовывать информационную среду – это люди, которые разделяют ценности самоактуализации, обладают ощущением ценности собственной личности как для себя, так и для других, способны в большей степени, чем первая группа, переходить от плана к действиям, от возможного к реальному в рамках самоприказа.

Далее приводятся результаты корреляционного анализа показателей, составляющих личностные ресурсы второй группы, т. е. анализируется представленность психологических характеристик только в данной группе, которые, согласно гипотезе нашего исследования, и обеспечивают устойчивость в информационной среде.

Были определены следующие взаимосвязи в выявленных выше показателях второй группы: показатель № 3 «ценностные ориентации самоактуализирующейся личности» имеет прямую взаимосвязь с показателем № 35 «счастье других» (методика Рокича) ( $T_f = 0,158^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ); показатель № 48 «самоценность» имеет внутритестовые обратные взаимосвязи с показателями № 49 «самопринятие» ( $T_f = -0,210^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ) и № 50 «самопривязанность» ( $T_f = -0,178^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ); и показатель № 58 «принятие решения» имеет одну прямую взаимосвязь с показателем № 61 «конфронтация» (тест Томаса–Килманна) ( $T_f = 0,256^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ) и одну обратную взаимосвязь с показателем № 106 «смелость» (опросник Кеттелла) ( $T_f = -0,195^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ).

Следовательно, можно предположить, что разделение ценностей самоактуализирующейся личности для второй группы обуславливается их общей приоритетной направленностью в ценностно-смысловой сфере в убеждении о конечной цели индивидуального существования и необходимом стремлении к благосостоянию, развитию и совершенствованию других людей, всего народа, человечества в целом. Представление о себе как о личности, имеющей ценность как для себя, так и для других, в данной группе, как мы видим, определяется критичным отношением к себе и желанием измениться, скорее всего, такое не полное и безоговорочное принятие себя позволяет сохранять устойчивость в информационной среде. И показатель «принятия решения», как способности переходить к действиям, а не оставаться только на умозрительном этапе решения проблемы, взаимосвязан не с самой конструктивной стратегией поведения в конфликтной ситуации — сотрудничеством, а со стратегией соперничества, которое эффективно в экстремальных ситуациях, имеет свои минусы и плюсы и, видимо, становится частью необходимого поведения данной группы в условиях изменчивой социальной (информационной) действительности, и при этом в социальных контактах нет склонности к риску, т.е. респонденты принимают решения в оптимальных условиях собственной выгоды.

### **Обсуждение результатов**

На основании полученных результатов, личностными ресурсами человеческого капитала в информационной среде были определены ценности самоактуализирующейся личности, самооценочность, смысловая направленность на счастье других, способность к решительным действиям и предпочтения стратегии соперничества, критичное открытое отношение к себе и сдержанность в социальных контактах.

Выдвигаемое предположение об теоретическом обосновании подбора методик исследования подтвердило значимость таких единиц измерения личностных ресурсов в информационной среде, как «общение» и «самодетерминация», но в перспективах нашего исследования планируется выделение шести групп, согласно более детальной дифференциации по авторскому опроснику.

Анализ выделенных характеристик расширят картину представлений о развитии тех качеств, которые помогают в психологии повседневности определить возможности человека в преодолении условий информационной среды, предоставляют нам то, на что обращать внимание, чтобы безопасная среда формировалась не через внешние запреты, а через внутренние установки личности.

## Ограничения исследования

Настоящее исследование основывалось на психологической модели личностных ресурсов человеческого капитала в информационной среде. Надежность и валидность методик исследования соответствовали основным требованиям психометрии. Однако, безусловно, наше исследование имеет определенные ограничения: а) авторский опросник был разработан в соответствии с общими представлениями о механизмах взаимодействия человека и информационной среды, б) группы на данном этапе исследования были разделены по одному ведущему признаку отношения к среде (среда — «то, что воздействует на меня» или «то, на что воздействую и что использую я»), но нюансы других форм взаимодействия не освещены (показатели склонности к риску, демонстративности, направленности личности, самоуважения, эмоциональности и др. будут раскрыты на следующем этапе нашего исследования).

## Заключение

Никогда не был так очевиден и одновременно сложен момент сегодняшней жизни. Мы движемся все вместе в общем потоке — потоке информации. На наших глазах активные пользователи, информационные потребители, становятся анализирующими творцами. Творцами, которые особенно нуждаются в профессиональной поддержке («мягкой силе») в тот самый момент, когда найти свою уникальность — одна из сложнейших жизненных задач. Изучение личностных ресурсов освоения и ориентировки человека в информационной среде позволит решать многие общественные задачи, расширяя интегративный подход в условиях изменяющейся социально-экономической реальности. В нашем общем будущем с новыми смыслами и новыми возможностями мы будем объединены общей идеей о том, что гаджет-инструменты среды — это не вся среда, а главная среда — наша душа: искреннее и чистое, внутреннее и интимное, наполненное и ценное пространство.

## Литература

- Андреева Г. М.* Социальная психология: Учебник. М.: Аспект-Пресс, 2014.
- Анциферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. № 2. С. 8–18.
- Выготский Л. С.* История развития высших психических функций. М.: Юрайт, 2024.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Динамический подход к исследованию психологии личности // Социальная и экономическая психология. 2017. Т. 2. № 1. С. 5–23.

- Леонтьев Д. А.* Личностный потенциал: оптика психологии // Человеческий потенциал: современные трактовки и результаты исследований / Науч. ред. Л. Н. Овчарова, В. А. Аникин, П. С. Сорокин. М.: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2023. doi: 10.22394/2078%E2%80%9393838%D0%A5-2023%E2%80%93932-20-31
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002.
- Ушаков Д. В.* Интеллектуальный потенциал нации и конкурентоспособность страны: психолого-экономическая модель // Психологические проблемы современного российского общества / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 275–292.
- Krotova I. V.* The study of psychological characteristics as indicators of the degree of personal protection in conditions of the information and economic environment // Global Journal on Advances in Pure & Applied Sciences (Academic World Education & Research Center). 2014. V. 2. P. 132–136.

## **Роль мотивационной готовности к вандальному поведению в запоминании вандально нанесенных текстов\***

*О. В. Кружкова*

Уральский государственный педагогический университет,  
Екатеринбург, Свердловская область

Вандально нанесенные тексты часто встречаются в пространстве современных мегаполисов. Имея различное тематическое содержание, они оказывают определенное влияние на невольного наблюдателя. При этом в психологической науке остаются малоисследованными вопросы о механизме воздействия таких текстов на наблюдателя, а также о личностных особенностях наблюдателя, делающих его уязвимым для воздействующего потенциала данных текстов. В рамках лабораторного эксперимента 30 респондентам было продемонстрировано 21 изображение с вандально нанесенными текстами, оценена степень их запоминаемости. Также была диагностирована мотивационная готовность респондентов к вандальному поведению. Обнаружено, что агрессивный мотив вандального поведения респондентов способствует лучшему запоминанию ими ряда изображений с текстами, демонстрирующими ненависть и пози-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта РФФИ № 23-28-01487. URL: <https://rscf.ru/project/23-28-01487>.



цию эмоционально ориентированного копинга, а средовой мотив угнетает запоминание текстов с протестно-противоборствующими призывами в содержании.

*Ключевые слова:* вандальное поведение, вандально нанесенные тексты, восприятие, запоминание, мотивы вандального поведения, воздействие.

Большинство жителей мегаполисов ежедневно сталкиваются с вандальными повреждениями городской среды. К данным повреждениям относятся как деформации объектов городской инфраструктуры и декора, загрязнение и замусоривание территорий, так и разнообразные графические повреждения в виде надписей и/или рисунков, которые обладают существенным воздействующим потенциалом на наблюдателя (Кружкова и др., 2024), поскольку не только свидетельствуют о нарушенных нормах или уровне безопасности территории, но и несут дополнительную смысловую нагрузку через трансляцию своего содержания в форме призывов, рассуждений, обращения к читателю. Наблюдатель относительно «беззащитен» перед вандальными повреждениями городской среды, поскольку вынужденно сталкивается с ними при реализации маршрутов передвижения, при нахождении в общественных пространствах, непроизвольно скользя взглядом и машинально считывая вандально нанесенные послания, зачастую не задумываясь о их содержании, не интерпретируя их. Тем не менее, например, вандально нанесенные тексты, будучи автоматически прочитанными (а в некоторых случаях не единожды в условиях повторяющихся маршрутов), могут оказывать влияние на наблюдателя, на его эмоциональное состояние или когниции. При этом на сегодняшний день относительно мало исследованными остаются как сам воздействующий потенциал вандально нанесенных текстов и механизм его реализации, так и личностные особенности наблюдателя, способствующие или затрудняющие усвоение и запоминание подобной информации.

В рамках представленного исследования нашей целью стало оценить роль мотивационной готовности к вандальному поведению в запоминании вандально нанесенных текстов различного содержания. Стоит отметить, что индивидуальная мотивационная готовность участников исследования к вандальному поведению была для нас интересна как в контексте идентификации респондентов с авторами вандально нанесенных текстов, так и в качестве фактора, обеспечивающего избирательное внимательное отношение к содержанию данных текстов. Мотивация выступает не только движущей силой личности, способствующей проявлению ее активности (Анцыферов-

ва, 1997), но и связана с установками на восприятие значимой информации (Петрова, 2007).

Исследование было организовано в форме лабораторного эксперимента. На первом подготовительном этапе из исследовательской базы, содержащей более 6000 фотоизображений вандално нанесенных текстов (в том числе креолизованных), было отобрано 21 изображение, используемое в дальнейшем как стимульный материал. Данные изображения демонстрировали крупным планом подобные тексты религиозной, политической и бытовой тематики, обладающие хорошей читабельностью. Для снижения краевого эффекта в начале и в конце стимульного материала дополнительно демонстрировалось по два изображения граффити с нечитабельными стилизованными буквенными изображениями.

В ходе основного лабораторного этапа каждое из изображений после инструкции демонстрировалось участникам исследования на экране стационарного айтрекера (Tobii Pro Spectrum) в течение 13 секунд. Точка входа на изображение располагалась выше верхнего края каждого элемента стимульного материала.

На диагностическом этапе респонденты заполняли анкету, где воспроизводили запомнившиеся вандално нанесенные тексты (или их части для уверенного опознания текста), а также заполняли бланк психодиагностической методики «Мотивы вандалного поведения» (Воробьева, Кружкова, 2011).

В исследовании приняли участие 30 респондентов в возрасте от 20 до 60 лет.

Наиболее выраженными мотивами вандалного поведения в исследуемой группе респондентов стали эстетический и вызванный неудобством окружающей среды. Эстетический мотив вандалного поведения связан со стремлением получить удовольствие от вандалного акта, которое может быть связано как с процессом деформации объекта вандализма, так и с получаемым результатом. Вандализм, вызванный неудобством окружающей среды, отражает реакцию на эргономическое несовершенство окружающего пространства и несоответствие его функционирования ожиданиям субъекта. На среднем уровне выраженности также присутствуют агрессивный, любопытствующий, экзистенциальный, протестующий и конформный мотивы.

При оценке запоминаемости вандално нанесенных текстов обнаружено, что респонденты самостоятельно воспроизводят от 19% до 67% просмотренных вандално нанесенных текстов сразу по завершении процесса их демонстрации. При этом наиболее часто воспроизводят

ся тексты политической тематики, а наименьшее число воспроизведенений характерно для текстов бытийной тематики.

После проведения сравнительного анализа (критерий Манна–Уитни) была обнаружена связь между запоминанием некоторых изображений (независимая группирующая переменная) с выраженностью отдельных мотивов вандалского поведения (зависимая проверяемая переменная).

Так, выраженный агрессивный мотив вандалского поведения способствует более частому воспроизведению двух изображений, одно из которых представляет собой не разделенный пробелами текст, содержащий элементы межнациональной ненависти ( $U = 140,5$  при  $p = 0,038$ ), другое – философское рассуждение «жизнь – это шутка и я смеюсь хотя на самом деле юмора не понял» ( $U = 156$  при  $p = 0,009$ ). В первом случае взаимосвязь логична и отражает роль мотивационной готовности к вандализму как применению агрессии и наказанию обидчика при запоминании надписи с призывом к мщению и насилию по отношению к противоборствующей стороне. Мотив агрессивного вандализма центрирует внимание респондентов и способствует запоминанию близкого по эмоциональной валентности вандалско нанесенного текста. Во втором случае вандалско нанесенный текст отражает ориентацию на совладание с жизненными трудностями при использовании эмоционально-ориентированного копинга. Эмоционально-ориентированный копинг предполагает мысли и действия, направленные на снижение эмоционального или физического давления от переживаемого стресса. В данном случае агрессивный вандализм может быть использован для отреагирования негативной ситуации, восстановления субъективного чувства справедливости и удовлетворения от этого. Тактическая близость эмоционально-ориентированного копинга и агрессивного мотива вандализма способствует более частому запоминанию подобных изображений респондентами с более высокими показателями этих мотивов вандалского поведения.

В то же время мотив вандалского поведения, вызванный неудобством окружающей среды, имеет обратный эффект, когда выраженность данного мотива, наоборот, затрудняет запоминание отдельных вандалско нанесенных текстов. В частности, при выраженном мотиве вандалского поведения, вызванного неудобством окружающей среды, реже воспроизводился текст «кто „сын“ еретика – тот не друг Христу» ( $U = 150,5$  при  $p = 0,039$ ) и текст с элементом языковой игры «СВ...ДА СЛ...А» ( $U = 165,5$  при  $p = 0,007$ ). Специфика средового мотива вандалского поведения связана, как правило, с отсутствием злонамеренности при преобразовании среды, когда изменение городского

пространства происходит по причине его неудобства для использования субъектом (например, вытаптывание тропинок в соответствии с привычными маршрутами движения по оптимальной траектории или использование объектов городской инфраструктуры для реализации иных функций, нежели те, что были заложены изначально). В этих случаях для субъекта важны удобство и функциональность пространства, и собственные действия по его «улучшению» или оптимальному, с его точки зрения, использованию человек, как правило, даже не квалифицирует как вандальные. При подобной ориентации вандально нанесенные тексты с элементами протеста или противоборства сторон не привлекают особого внимания, поскольку не конгруэнтны типичным моделям поведения субъекта, когда он мог бы применить вандальное поведение.

Таким образом, запоминание участниками исследования вандально нанесенных текстов в ряде случаев имеет взаимосвязь с выраженностью у них мотивов вандального поведения. Однако данная взаимосвязь наблюдается в отношении только нескольких изображений религиозной, политической и бытовой тематики. В то же время предикторами запоминания вандально нанесенных текстов выступают как фасилитатор мотив агрессивного вандализма, как ингибитор – мотив вандализма, вызванного неудобством окружающей среды.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Трудности системного подхода к анализу мотивационно-потребностной сферы личности // Труды Института Психологии РАН. Т. 2 / Отв. ред. А. В. Брушлинский, В. А. Бодров. Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 1997. С. 20–23.
- Воробьева И. В., Кружкова О. В.* Возможности диагностики мотивов вандального поведения // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Сер. «Психология». 2011. № 42 (259). С. 35–40.
- Кружкова О. В., Бабикова М. Р., Робин С. Д.* Вандально нанесенные тексты: потенциал «мягкой силы» // Научный диалог. 2024. Т. 13. № 2. С. 96–117. doi: 10.24224/2227-1295-2024-13-2-96-117.
- Петрова Н. А.* Влияние фактора мотивации на восприятие сложных зрительных сцен // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 6. «Философия, политология, социология, психология, право, международные отношения». 2007. № 4. С. 336–341.

## Особенности гражданской идентичности военнослужащих по призыву

*Л. Ю. Крутелева*

Академия психологии и педагогики Южного федерального университета,  
Ростов-на-Дону

В современных условиях гражданская идентичность становится одной из главных ценностей личности, влияющих на формирование устойчивости общества и обороноспособности государства. Представленное исследование посвящено изучению гражданской идентичности и отношения к службе в армии у мужчин. Основными методами исследования выступили анкетирование и тестирование. Эмпирическая база исследования (N=90 респондентов) была разделена на три равные подгруппы: военнослужащие по призыву, военнослужащие по контракту и гражданские лица, имеющие опыт службы в армии. Полученные данные статистически доказывают наличие особенностей в проявлении гражданской идентичности у военнослужащих по призыву. Результаты исследования могут выступить основой для разработки программы патриотического воспитания и развития гражданской идентичности у молодежи.

*Ключевые слова:* гражданская идентичность, военнослужащие по призыву, военнослужащие по контракту, гражданские лица, служба в армии.

Происходящие в современном мире процессы, с одной стороны, ведут к увеличению дестабилизации и неопределенности общества, а с другой, влекут за собой развитие гражданской идентичности его членов, которая выступает объединяющим элементом, способствующим сплочению общества для защиты государства.

В настоящий момент к исследованию гражданской идентичности обратились многие гуманитарные науки: философия, политология, социология, педагогика и другие. Однако потребность изучения гражданской идентичности личности с точки зрения психологической науки определяется не только политическими и социально-экономическими процессами, происходящими в современной обществе, но и недостаточной глубиной исследования данного феномена как одного из основных компонентов формирования гражданского общества, поскольку само понятие гражданской идентичности уже включает в себя признак единения членов общества вокруг государства, вне зависимости от их культурной, этнической или религиозной принадлежности.

Защита границ государства всегда является одной из первостепенных задач любого общества, полноценно осуществить которую можно только при условии, если сами защитники причисляют себя к гражданам данного государства. Содержание феномена гражданской идентичности прочно связано с такими понятиями, как любовь к Родине, гражданский долг и патриотизм, и служит основой для формирования социальной ответственности и политической зрелости личности. Исследования гражданской идентичности военнослужащих по призыву в настоящее время представлены в достаточно ограниченном количестве (Дьяков, 2014; Константинов, Дьяков, 2015; Крутилин, 2013). С этой точки зрения, а также в контексте специальной военной операции российских войск на Украине и изменившегося положения Российской Федерации на мировом уровне исследование психологического содержания феномена гражданской идентичности личности приобрело особую актуальность.

*Цель* нашего исследования – изучение особенностей гражданской идентичности военнослужащих по призыву. Предмет исследования – гражданская идентичность личности.

Эмпирическим *объектом* исследования выступили 90 человек, из них одна группа – военнослужащие по призыву (30 человек, средний возраст – 22 года, находящиеся в части для прохождения службы) и две группы сравнения, респонденты которых прошли ранее военную службу по призыву: военнослужащие по контракту (30 человек, средний возраст 30 лет) и гражданские лица (30 человек, средний возраст 27 лет). Все респонденты мужского пола.

Мы выдвинули *гипотезу* о том, что гражданская идентичность военнослужащих по призыву будет отличаться от гражданской идентичности военнослужащих по контракту и гражданских лиц.

Теоретико-методологическую основу исследования составили теоретические положения о сущности, структуре и содержании феномена идентичности в целом и гражданской идентичности – в частности и его взаимосвязи с другими психологическими феноменами (Э. Эриксон, У. Джеймс, Ч. Кули, Дж. Г. Мид, Д. Рисман, Г. Теджфел; А. Г. Асмолов, Р. В. Борисов, Т. В. Бугайчук, А. И. Габеркорн, А. С. Гальченко, Е. А. Гришина, Е. З. Датукишвили, В. В. Дьякова, О. Е. Егоров, М. Ю. Ежова, И. В. Кожанов, И. В. Конода, Н. М. Лебедева, Л. С. Пастухова, Ю. А. Семенова, А. Н. Татарко, Ж. Н. Тория, Е. А. Черных, В. В. Чурин и др.).

Использовались методы анкетирования, тестирования, описательной статистики, расчета непараметрического критерия проверки достоверности различий (U-критерий Манна–Уитни).

С помощью анкетирования нами было изучено отношение респондентов к службе в армии.

Все 100% респондентов являются гражданами Российской Федерации и ответили положительно на вопросы «Чувствуете ли вы себя гражданином своей страны?» и «Уважаете ли вы историческое прошлое своей страны?».

Необходимость службы в армии оценивается призывниками как «неизбежность» (86,7%). Интерес к службе в армии в основном проявляют военнослужащие по контракту, что закономерно.

Чувство ответственности за будущее своей страны ощущают 86,7% призывников, 100% военнослужащих по контракту и 90% гражданских лиц.

Готовность защищать свою Родину выразили 86,7% военнослужащих по призыву и 100% военнослужащих по контракту и гражданских лиц.

На вопрос «Кто должен служить в армии?» большинство респондентов исследуемых групп ответили «профессиональные военнослужащие» (40%, 77% и 70% соответственно).

«Лучшим решением в плане прохождения службы в армии» военнослужащие по призыву считают «обучение на военной кафедре» (53,3%) и «альтернативную гражданскую службу» (20%).

На вопрос «Что для вас самое сложное в службе в армии?», предполагающий множественный выбор, военнослужащие по призыву дали следующие ответы: «тяжелые бытовые условия» (67,7%), «страх отправки в „горячие точки“» (67,7%), «дедовщина» (56,7%), «потеря года» (53,3%), «оторванность от женского общества» (43,3%) и «оторванность от дома» (20%).

Кроме того, большинство военнослужащих по призыву не планируют по окончании срочной службы продолжать службу в армии по контракту, что имеет статистически значимые различия с гражданскими лицами ( $U = 315,0$  при  $p = 0,046$ ).

На вопросы «Что дает служба в армии?» и «Назовите минимум три основных качества офицера» ответили только военнослужащие по контракту. Военнослужащие по призыву, а также гражданские лица проигнорировали данные вопросы. Военнослужащие, проходящие службу по контракту, считают, что служба в армии способствует развитию дисциплины и самодисциплины, ответственности, выносливости и физической силы, продвижению по службе и получению достойной заработной платы и служебного жилья. При этом материальные компоненты службы в армии отметили всего лишь около одной трети опрошенных контрактников. Характеризуя личностные

качества, присущие офицеру, военнослужащие по контракту назвали большое число различных качеств, среди которых особенно выделили верность долгу, высокий интеллект, стрессоустойчивость, порядочность, ответственность, любовь к Родине.

Кроме того, практически все респонденты исследуемых групп отметили отсутствие патриотического воспитания в настоящий момент.

Далее было проведено психодиагностическое исследование респондентов с помощью методики «Типы гражданской идентичности» Р. В. Борисова (Борисов, 2016). Результаты исследования показали, что во всех исследуемых группах имеется одинаково высокий уровень выраженности позитивной гражданской идентичности, которая характеризуется умеренным патриотизмом и «чувством удовлетворения от осознания себя гражданином своей страны» (там же, с. 96). Показатель гиперпозитивной гражданской идентичности во всех группах имеет среднюю выраженность. Тем не менее, у военнослужащих по призыву данный показатель был выявлен и имеет статистически более высокие значения ( $U = 272,0$  при  $p = 0,008$  – «призывники-контрактники»;  $U = 306,5$  при  $p = 0,033$  – «призывники-гражданские лица»). Гиперпозитивная гражданская идентичность подразумевает «доминирование национальных интересов и целей», а также «готовность идти во имя них на любые жертвы и действия» (с. 95). Полученные результаты, вероятно, можно объяснить юношеским максимализмом. Показатель негативной гражданской идентичности имеет низкий уровень выраженности во всех исследуемых группах, что свидетельствует о том, что все участники исследования не испытывают «ощущения психологического дискомфорта из-за своей гражданской принадлежности» (с. 96).

Проведенное нами исследование показало наличие статистически значимых различий в проявлении гражданской идентичности военнослужащих по призыву, по сравнению с военнослужащими по контракту и гражданскими лицами, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу. Важно также подчеркнуть, что все респонденты чувствуют себя гражданами своей страны и уважают ее прошлое. Кроме того, большинство принявших участие в исследовании чувствует ответственность за будущее своей страны и готовность ее защищать, при этом большинство военнослужащих по призыву и гражданских лиц считают, что служить должны профессиональные военные.

В целом у всех исследуемых групп была выявлена гармоничная структура гражданской идентичности: высокий уровень позитивной гражданской идентичности, умеренный с тенденцией к низкому уро-



вень гиперпозитивной гражданской идентичности и низкий уровень негативной гражданской идентичности. При этом военнослужащие по призыву отличаются некоторым стремлением продемонстрировать свою гражданскую идентичность.

### **Литература**

- Борисов Р. В.* Гражданская идентичность в терминах психодиагностики // Вестник Дагестанского государственного университета. Сер. 2. «Гуманитарные науки». 2016. Т. 31. Вып. 4. С. 95–99.
- Дьяков В. В.* Характеристики идентичности личности военнослужащих по призыву в процессе их социально-психологической адаптации к срочной службе // Социальная психология личности и акмеология: Сб. статей молодых исследователей / Отв. ред. Р. М. Шамионов. М.: Перо, 2014. С. 67–77.
- Константинов В. В., Дьяков В. В.* Характеристики идентичности личности и процесс социально-психологической адаптации // Теория и практика общественного развития. 2015. № 12. С. 482–486.
- Крутилин Д. С.* Об укладе военной службы по призыву в современных вооруженных силах России // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2013. № 6 (118). С. 101–112.

## **Саморазвитие личности и механизм педагогической поддержки**

*Т. С. Кунавцев*

Академия управления МВД России, Москва

В организации образования не утрачивает значимости метафора Л. И. Анцыферовой о состоянии «выхода за границы себя» как условия развития личности. Взаимодействие субъекта со средой на границе прошлого и перспективы становится интегрирующим фактором его саморазвития. Механизм педагогической поддержки позволяет согласовать социальный запрос, возможности педагога по организации образования и возможности личности к его освоению в условиях проектируемого несоответствия. В качестве методологической основы исследования определены динамический подход в исследовании личности Л. И. Анцыферовой, концепция надситуационной активности В. А. Петровского, личностно ориентированный подход в образовании В. В. Серикова, ситуационно-средовой подход к проектированию образовательных систем Н. В. Ходяковой.

*Ключевые слова:* педагогическая поддержка, саморазвитие личности, педагогическое проектирование, образовательная среда, непрерывное образование.

Современный социокультурный контекст ярко проявляет как требования среды (социальной, профессиональной, образовательной) к человеку, так и требования человека к условиям жизнедеятельности, его предпочтения, притязания и замыслы. Как бы ни банально звучал тезис о том, что благополучие человека, успешность его профессиональной карьеры, самореализация в профессиональном и личностном планах находятся в плоскости влияний самого субъекта, проблема саморазвития не находит однозначного решения. По-прежнему актуальны вопросы о том, что считать предметом саморазвития, что есть его результат, можно ли управлять саморазвитием личности извне и если можно, то каким образом.

Феномен саморазвития личности является предметом многих психолого-педагогических исследований в отечественной и зарубежной науке, и в настоящее время интерес к данной проблеме не ослабевает. В качестве методологического основания при определении сущности саморазвития личности и его механизма принят динамический подход Л. И. Анцыферовой, согласно которому личность является непрерывно развивающейся целостностью, изменяющейся под влияниями среды и изменяющей среду в процессе взаимодействия с ней как результат несовпадения с собой и инициативного выхода за пределы себя (Анцыферова, 2006). Субъект, пребывая в переходном состоянии между актуальным и потенциальным, опираясь на свою субъектную позицию и накопленный личностный опыт, сохраняет устойчивость и проникает в сферу неосвоенного, достигая качественного обновления в переживании события (открытие новых свойств среды или себя в новом качестве). Установление новых связей и отношений, их усложнение или разрушение позволяет говорить об усложнении самой личности при повышении ее автономности и независимости, которые принимают форму главных критериев развития (Черниговская, 2013). Очевидно, в этом разрыве между имеющимся и потенциально возможным возникает и риск неустойчивого состояния, сдерживающего автономность и независимость, блокирующего выход субъекта на более высокий горизонт сложности. Учет данного обстоятельства является чрезвычайно важным аспектом в проектировании образовательных сред и в организации деятельности педагога. Преодоление указанного разрыва с минимизацией риска отчуждения, с сохранением положительной динамики наращивания личностно-

го опыта возможно только при наличии надежных внутренних опор или при поддержке или ощущении поддержки со стороны значимого другого субъекта, авторитетного наставника.

Очевидно, дискурс о саморазвитии не может быть полным в отрыве от категорий «свобода», «независимость», «инициатива» и «ответственность», поскольку для субъекта проявить свои предпочтения и намерения полноценно становится возможным только при достаточной для этого свободе. Речь идет об ограничениях среды для реализации интенции саморазвития субъекта и об ограничениях внутренних (личностных) — для освоения возможностей среды. Здесь проявляет себя главный парадокс саморазвития: с одной стороны, субъект ищет возможности инициативно проявить свои предпочтения, реализации которым не всегда способствует, а иногда и препятствует среда; с другой стороны, имея достаточную степень свободы от средовых ограничений, субъект инициативно отказывается от новых раскрывающихся возможностей для саморазвития. Такая ситуация полной свободы для субъекта нередко являет контент полной неопределенности, становясь непреодолимым фактором, сдерживающим саморазвитие личности.

Преодоление указанных противоречий возможно при интеграции позиций процессуально-динамического подхода к развитию личности Л. И. Анцыферовой с положениями теории надситуационной активности человека В. А. Петровского. Субъектная активность, согласно В. А. Петровскому, фокусирует оппозицию требования адаптации к условиям ситуации требованию действовать неадаптивно, надситуационно (Петровский, 2010). Для данной концепции характерна цикличность переходных состояний личности, обеспечивающих событийность, восходящую динамику приспособления субъекта к условиям среды и изменений среды субъектом согласно своим замыслам и предпочтениям. Здесь же раскрываются атрибутивные свойства саморазвития, такие как целеполагание, рефлексия, свобода самоопределения, характерные как для адаптации, так и для сверхнормативной активности. По данному поводу Г. В. Ожиганова отмечает, что для субъекта характерны выдвижение целей, определение жизненных планов, выбор стратегий для их реализации, нравственно-волевая саморегуляция активности (Ожиганова, 2019), что обоснованно можно отнести к условиям целостного становления личности субъектом своего жизненного пути. И если саморазвитие рассматривать в аспектах адаптации, то речь идет о познании субъектом среды (установленных правил, выдвигаемых требований) и своих возможностей (предпочтений и способностей) по отношению к ним, а так-

же об освоении способов и средств (прежде всего функциональных) для взаимодействия со средой, принятии целей и смыслов, заданных извне. В плане надситуационной активности включаются иные регулятивы взаимодействия – нравственные, волевые, ценностно-смысловые. Здесь ведущие детерминанты развития/саморазвития возникают в личностной сфере субъекта как ценностно-целевое основание выполнения целесообразной и осмысленной деятельности (Гришина, 2019), выбор средств осуществления которой нравственно обоснован, диктуется субъекту нормами морали и чувством нравственного долга.

Указанные позиции выступают методологической основой теории ситуационно-средового проектирования образовательных систем Н. В. Ходяковой. Данный подход к проектированию образовательных сред позволяет снимать противоречия личностных, средовых и ситуационных детерминант активности (Ходякова, 2018). Однако здесь возникает сложность в том, как учесть в педагогическом проектировании установленные нормативные требования, возможности педагогического субъекта по организации среды и личностные предпочтения обучающегося, который также претендует на позицию соавтора. Ответ на данный вопрос раскрывает феноменология категории «ситуация», которая репрезентует в образовании нормативные требования, замысел педагогического субъекта и его возможности по управлению средовыми факторами, а также предпочтения другого субъекта и его возможности (Ходякова, 2005). В ситуации субъект может проявить себя в полной мере самостоятельно, и только здесь педагог, создавая определенного качества среду, может влиять на личность обучающегося, опосредованно управлять его активностью, побуждать и направлять его движение по некоей совместно создаваемой траектории развития/саморазвития, совместно достигая события. Это становится возможным только при поддержке педагогом самоопределения обучающегося. Подобное утверждение базируется на положениях теории личностно ориентированного подхода, согласно которому педагогическая поддержка является одним из эффективных средств педагогического проектирования (Сериков, 2020). Тезис В. В. Серикова о том, что «личность устроена так, что из всех форм воздействия на нее она примет только одну – поддержку!» (Сериков, 2015, с. 40), не нуждается в доказательствах и дополнительной аргументации.

Сущность поддержки заключена в специфической педагогической активности, при которой происходит актуализация личностных ресурсов обучающегося посредством его ориентировки в отношении целей и ценностей деятельности, образования и развития, используемых средств взаимодействия со средой, но главное – в отношении

смыслов личностного саморазвития. Основным результатом поддержки как педагогической практики, согласно О. С. Газману, является создание условий для реализации личностных функций обучающегося, таких как избирательность, рефлексия, смыслообразование, внутренняя свобода, принятие ответственности, нравственно-волевая саморегуляция, креативность, которые составляют и содержание образования, и содержание деятельности педагогического субъекта, и содержание личностного саморазвития обучающегося (Газман, 2002). Педагогическая поддержка как гуманистическая образовательная практика ярко себя обнаруживает в ситуациях, когда обучающийся, проявляя инициативу и принимая на себя нравственную ответственность, действует избыточно по отношению к исходной задаче. Именно здесь он нуждается в страховке в виде разделения ответственности за возможный негативный сценарий развития ситуации. Педагог, предоставляя необходимую меру свободы, принимает на себя и часть ответственности, минимизируя риск отчуждения обучающегося от деятельности, от общности, от самого себя и от процесса самоизменений. Сверхнормативная активность демонстрирует эффект выхода субъекта за границы себя в среду и одновременно позволяет субъекту наблюдать несовпадение себя настоящего и себя вероятного будущего, чувствовать себя автором, опробовать себя в новой роли, укрепить свою внутреннюю позицию, уточнить ее или изменить с учетом открывающихся по мере освоения среды своих новых свойств. Поддержка обеспечивает эффект со-присутствия педагога в самостоятельно осуществляемой деятельности обучающегося.

Изложенное позволяет говорить о том, что феномен саморазвития личности закономерно является включенным в механизм педагогической поддержки как его условие. Такой ракурс рассмотрения данного феномена снимает противоречия между целенаправленными воздействиями образовательной среды на личность обучающегося и личностными предпочтениями обучающегося по отношению к образовательной среде в плане ее возможностей для удовлетворения своих личностных предпочтений.

В заключение подчеркнем, что в организации непрерывного образования саморазвитие личности возможно при выборе адекватных средств, основанных на реализации в деятельности педагога идеи опережающего усложнения личности при поступательном возрастании сложности среды. С учетом обозначенных позиций единственно возможным способом создать условия для самодвижения субъекта при управлении этим процессом извне становится педагогическая поддержка.

Для обучающегося педагогическая поддержка выступает в качестве ориентира, средства уравнивания требований образовательной среды и личностных предпочтений субъекта, обеспечения соответствия средового контента возможностям личности к его освоению, стимулирования ее инициативного выхода на более высокий уровень сложности среды. В механизме педагогической поддержки саморазвитие личности выступает его центральным звеном, предметом приложения педагогических усилий. Вместе с тем саморазвитие личности, представляя собой форму изменяющейся субъектной позиции, определяется и в качестве условия педагогической поддержки.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Газман О. С.* Неклассическое воспитание: от авторитарной педагогики к педагогике свободы / Сост. А. О. Зверев, А. Н. Тубельский. М.: МИРОС, 2002.
- Гришина Н. В.* Процессуальная природа личности: «выход за свои пределы» // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 23–30.
- Ожиганова Г. В.* Высшие творческие способности: подходы и методы исследования (в контексте идей Л. И. Анцыферовой) // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 54–60.
- Петровский В. А.* Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2010.
- Сериков В. В.* Антропологический принцип в педагогике: от целостного знания о человеке к целостности образовательной практики // Развитие системы педагогического образования в современной России: антропологический аспект: Материалы научно-практической конференции (Ставрополь, 26–27 июня 2015 г.). Ставрополь: Ставропольский гос. пед. ин-т, 2015. С. 31–40.
- Сериков В. В.* Педагогические закономерности развития личности // Учебный год. 2020. № 1 (59). С. 28.
- Ходякова Н. В.* Понятия «среда» и «ситуация» как средства проектирования личностно ориентированного образовательного процесса // Научная мысль Кавказа. 2005. № 9. С. 170–177.
- Ходякова Н. В.* Ситуационно-средовой подход как новая стратегия проектирования образовательных систем // Проблемы эффективной интеграции инновационного потенциала современной науки

и образования: Материалы научно-практической конференции (Москва, 3–4 апреля 2018 г.). М.: Объединенная редакция, 2018. С. 105–109.

*Черниговская Т. В.* Чеширская улыбка кота Шрёдингера: язык и сознание. М.: ЯСК, 2013.

## **Информационно-коммуникационные технологии в профилактике кибербуллинга среди подростков**

*В. Е. Лабутина, Т. А. Заглодина*

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург

В статье рассматривается кибербуллинг как дисфункциональное проявление распространения информационно-коммуникационных технологий в молодежной среде, анализируются статистические данные частоты проявления различных видов кибертравли. Проведен теоретический анализ причин и проявлений кибербуллинга в молодежной среде, дана оценка методов его профилактики.

*Ключевые слова:* кибербуллинг, подростки, профилактика кибербуллинга, информационно-коммуникационные технологии.

Информационные технологии играют значимую роль в современной жизни, оказывая активное влияние на различные процессы, происходящие в обществе. Вовлекаясь в функционирование социальных институтов, таких как образование, здравоохранение, социальная сфера, информационные технологии могут как выступать средством коммуникации между субъектами, так и вызывать дисфункциональные явления, нарушающие жизнедеятельность и одного человека, и всей социальной группы. Одним из таких дисфункциональных проявлений является кибербуллинг.

Кибербуллинг – это форма насилия, которая происходит через Интернет или другие электронные средства коммуникации. Проявления кибербуллинга могут включать в себя угрозы, оскорбления, разглашение личной информации, издевательства и другие формы цифрового домогательства и давления. Кибербуллинг может иметь серьезные психологические последствия для пострадавших, он является серьезной проблемой, требующей внимания и профилактических мер по его предотвращению.

Согласно статистике Всероссийского центра изучения общественного мнения в 2021 г., 42% российских интернет-пользователей считают, что число оскорблений и проявлений буллинга только возрастает, по сравнению с периодом пятилетней давности (Кибербуллинг..., 2021).

Россияне сталкивались со следующими проявлениями травли в Интернете: 10% получали в свой адрес грубые комментарии (49% встречали подобное по отношению к другим людям), 7% страдали от троллинга и злых насмешек в свой адрес (39% знают о таких случаях), 6% получали оскорбления по поводу пола, возраста или взглядов (34% встречали подобное в адрес других людей), в отношении 5% распространялись оскорбительные слухи (31% были свидетелями подобных ситуаций), 3% получали угрозы насилия в свой адрес (21% видели подобное по отношению к другим людям), 2% были жертвой публикации приватной информации, интимных фотографий или видео (21% знают такие случаи), об 1% публиковались обидные фотографии или видео (26% видели подобное по отношению к другим людям).

Также на 2023 г. «РБК life» совместно с платформой «В контакте» и компанией «UXSSR» провели исследование, которое подтвердило, что людям приходится часто встречаться с кибербуллингом, так как 57% россиян уже столкнулись с данным явлением. Большинство людей были в роли наблюдателей, 33% стали жертвами и 4% проявляли агрессию в Интернете по отношению к другим пользователям.

Фондом «Дети онлайн» проводилось исследование под руководством Г. В. Солдатовой, в ходе которого были получены данные, что чаще всего с кибербуллингом встречаются несовершеннолетние – 41%.

На основании научно-исследовательской работы И. Л. Лукашковой и М. Н. Сулимовой было выявлено, что кибербуллинг имеет высокую вероятность проявления в подростковой среде (Лукашкова, Сулимова, 2020).

Подростки являются активными пользователями Интернета, так как информационно-коммуникационные технологии в современном мире активно развиваются и занимают немаловажную часть в жизни каждого человека. Детей вовлекают в мир Интернета с ранних лет для развития мышления с помощью игр и умения пользоваться онлайн-ресурсами для коммуникации. Следует отметить, что в подростковом возрасте людям приходится чаще пользоваться онлайн-ресурсами по следующим причинам:

- поиск необходимой и дополнительной информации по учебе;
- коммуникация с одноклассниками, учителями;



- работа с онлайн-репетиторами при подготовке к экзаменам (ОГЭ, ЕГЭ).

В подростковом возрасте у детей формируются самооценка и личностная идентичность, развивается уверенность в себе и умение адаптироваться к стрессовым ситуациям, вследствие чего подростки являются более уязвимыми и восприимчивыми к критике и негативным воздействиям.

В связи с тем, что кибербуллинг чаще встречается среди подростков, были рассмотрены работы авторов, изучающих профилактику кибербуллинга на уровне общеобразовательных учреждений. Так, Е. И. Санина и Е. А. Дегтярев утверждают, что кибербуллинг ухудшает эмоциональное состояние человека, влечет за собой разрушение его социальных отношений, и во избежание данной проблемы в подростковой среде необходимо повышать уровень коммуникативной компетентности детей (Санина, Дегтярев, 2020). Р. Е. Малова и А. А. Хрусталева выделяют такие распространенные формы кибербуллинга, как исключение, диссинг, домогательство, троллинг, использование поддельных профилей, аутинг, кетфишинг, обман, фрейпинг, киберсталкинг (Малова, Хрусталева, 2022). А. А. Вихман с соавт. определили основные задачи для устранения кибербуллинга (Вихман и др., 2021):

- поиск индивидуальных личностных факторов, благодаря которым можно справиться с киберагрессией и уменьшить ее негативные последствия;
- тренинги и медиапсихологические занятия (просмотр, обсуждение, рефлексия тематических фильмов и разбор конкретных кейс-ситуаций), которые влекут за собой развитие понимания дружелюбности, эмпатии и других подобных качеств;
- родительский контроль над использованием Интернета, который необходим для обеспечения безопасности и контроля за активностью детей в онлайн-пространстве, а также для ограничения доступа к нежелательному контенту;
- интерактивные приложения, онлайн-сервисы, которые помогают жертвам кибербуллинга поделиться проблемами анонимно, учат, как справляться с тревогой и депрессией.

Традиционные технологии по борьбе с кибербуллингом существуют, но не каждый подросток согласится на тренинги и медиапсихологические занятия по следующим причинам:

- страх перед стигматизацией;

- ощущение собственной неполноценности: подросток может столкнуться с чувством неспособности решить свои проблемы самостоятельно, из-за чего будет получен отказ от профессиональной поддержки;
- опасения по поводу конфиденциальности, которые могут ограничить желание подростка общаться с психологом;
- влияние окружающей обстановки: отрицательное отношение окружающих (друзей, семьи, общества) может оказать влияние на решение подростка об отказе от профессиональной поддержки.

Источниками могут быть и другие причины, более глубинные, поэтому важно учитывать индивидуальные обстоятельства и факторы для понимания отказа, но вышеперечисленные причины наиболее часто встречаются.

В постиндустриальном обществе информационно-коммуникационные технологии постоянно присутствуют в нашей жизни, поэтому подростки предпочитают обращаться за помощью в Интернет по нескольким причинам, главными из которых являются анонимность и легкость доступа к информации. Некоторые подростки могут испытывать страх или стеснение при общении в реальной жизни, Интернет же предоставляет возможность общения анонимно, что может быть привлекательным для подростков, которые будут чувствовать себя более комфортно, не раскрывая своей личности. Существуют специализированные форумы, онлайн-сообщества и группы поддержки тех, кто сталкивается с подобными проблемами.

Приведем примеры информационно-коммуникационных технологий профилактики кибербуллинга.

В 2019 г. социальной сетью «В контакте» при поддержке служб помощи и др. был выпущен проект «#неткибербуллингу». Рассмотрены фразы-агрессоры, которые могут быть сказаны неосознанно, но при этом задевать чувства других людей, и дается подсказка, чем их можно заменить. Также в данном проекте рассказывается о том, как справляться с кибербуллингом и не стать одним из участников этого явления, как совладать с эмоциями. В проекте есть бот, который запрограммирован на решение подобной проблемы и предлагает варианты ее решения.

Для родителей было разработано приложение «Кибер-Няня» (CyberNanny), которое дает возможность контролировать взаимодействие своих детей в социальных сетях и мессенджерах, обеспечивая безопасность и защиту от негативных контактов или общения с подозрительными личностями. Приложение «Кибер-Няня» пред-

упредит родителей о попытках их детей посетить запрещенные сайты и позволит оперативно отреагировать на потенциальные угрозы. Данное приложение предоставляет родителям информацию о местоположении ребенка в реальном времени, что помогает предотвратить возможные случаи кибербуллинга.

Полностью избавиться от такого явления, как кибербуллинг, сложно по нескольким причинам. Во-первых, многие случаи онлайн-истязаний происходят анонимно, что делает сложным выявление и наказание виновных. Во-вторых, Интернет предоставляет широкий доступ к анонимным платформам, где люди могут безнаказанно оскорблять и унижать других. В-третьих, кибербуллинг сложно обнаружить, так как он происходит в виртуальной среде, которая не всегда доступна для контроля. Однако совершенствуются методы обнаружения и предотвращения кибербуллинга и проводятся кампании по повышению осведомленности о его последствиях, что будет являться предметом наших будущих исследований.

### Литература

- Вихман А. А., Волкова Е. Н., Скитневская Л. В.* Традиционные и цифровые возможности профилактики кибербуллинга // Вестник Мининского университета. 2021. № 4. С. 10–28.
- Кибербуллинг: масштаб проблемы в России // ВЦИОМ. Новости. 2021. 6 июля. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/kiberbulling-masshtab-problemy-v-rossii> (дата обращения: 20.08.2024).
- Лукашкова И. Л., Сулимова М. Н.* Кибербуллинг в подростковой среде: актуальное состояние проблемы // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2020. № 6 (184). С. 451–457.
- Малова Р. Е., Хрусталева А. А.* Профилактика кибербуллинга в общеобразовательной организации // Исследования молодых ученых: Материалы I Международной научной конференции (Казань, декабрь 2022 г.). Казань: Молодой ученый, 2022. С. 66–69.
- Санина Е. И., Дегтярев Е. А.* Профилактика кибербуллинга как цель социализации подростков в условиях цифровой среды // Проблемы современного педагогического образования. 2020. № 68 (4). С. 141–143.

## Фаббинг и психологическое благополучие студентов первого курса

*А. В. Лаврентьева*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

В статье описываются оценка выраженности и взаимосвязи фаббинга и психологического благополучия у студентов-первокурсников. Большая часть студентов отмечают, что являются участниками фаббинга, в основном фабберами. Фаббинг и психологическое благополучие преимущественно находятся у них на среднем уровне выраженности. При более высоких значениях фаббинга наблюдаются более низкие показатели психологического благополучия, позитивных отношений, управления средой, самооценки. Больше всего отрицательных связей наблюдается между показателями фаббинга и позитивными отношениями, управлением средой. Также наблюдаются отрицательные связи между фаббингом и интегральной шкалой психологического благополучия, самопринятием, способностью воспринимать и интегрировать новый опыт. Из шкал фаббинга больше всего связей с общей шкалой фаббинга, с чувством, что тебя игнорируют и с самоизоляцией. Подтверждаются негативные аспекты фаббинга для отношений и адаптационного потенциала учащихся.

*Ключевые слова:* фаббинг, фаббер, психологическое благополучие, позитивные отношения, студенты.

Использование гаджетов стало частью нашей жизни, мобильные устройства применяются в разных целях: не только коммуникационных, но и в развлекательных, учебных, профессиональных. Поэтому, когда кто-то смотрит на экран телефона в процессе общения, некоторые считают такое поведение нормой жизни. Однако термин «фаббинг» подчеркивает негативный аспект использования телефонов. Фаббинг проявляется в пренебрежительном поведении по отношению к партнеру по общению. Студенты как наиболее активные пользователи Интернета, гаджетов попадают в зону риска относительно фаббинга и гаджетозависимости. Студенты первого года обучения переживают адаптационные процессы, часто испытывают эмоциональное напряжение, нуждаются в ресурсах для преодоления различных стрессогенов. В связи с этим возникает вопрос, как сказывается использование гаджетов в период адаптации в вузе на психологическом благополучии студентов, которые относятся к цифровому поколению, есть ли в этом проблема для них.

*Цели* нашего исследования – проанализировать уровни выраженности фаббинга и психологического благополучия, их взаимосвязь у студентов первого года обучения, и выявить различия по психологическому благополучию у студентов с более высокими и низкими значениями фаббинга.

В литературе наблюдается неоднозначное отношение к фаббингу. С одной стороны, он рассматривается как вариант цифровой зависимости, с другой – как нормативное явление в условиях, когда виртуальная реальность стала частью нашей жизни (Фескина, 2023; Шахов и др., 2019). Последние 10 лет фаббинг активно изучается зарубежными и отечественными исследователями, используются разные методы и методики. Описаны негативные последствия фаббинга для межличностных отношений (Григорьев, Чвякин, 2021), для близких отношений в паре (Крюкова, Екимчик, 2019), рассмотрена связь фаббинга с межличностной зависимостью (Максименко и др., 2021), его взаимосвязь с психологическим благополучием на разных возрастных этапах (Шахов и др., 2019). Однако выборки в отечественных исследованиях, как правило, небольшие и в них рассматриваются отдельные аспекты фаббинга, его проявления и распространенность. Этих эмпирических исследований пока недостаточно для формирования полной картины. И если последствия фаббинга для межличностных отношений стали очевидными, то его влияние на благополучие самих фабберов (тех, кто игнорирует партнера по общению) и фабби (кого игнорируют) еще недостаточно изучены.

Фаббинг – распространенное явление в студенческой среде (Рагозинская, 2021). В данной статье рассматривается фаббинг у студентов-первокурсников. В этот период студентам приходится адаптироваться к учебным процессам, общению с преподавателями, одногруппниками. Адаптационный потенциал личности включает в себя психологическое благополучие (Самохвалова, 2022). Следует выяснить, как отвлечение на телефон отражается на адаптации и психологическом благополучии учащихся в этот ответственный для личности учащегося период.

В исследовании приняли участие 83 студента первого года обучения по специальности «клиническая психология», из них 80 студентов – девушки и трое – юноши. Гендерный аспект не рассматривался. Средний возраст составил 19 лет. Исследование проводилось во втором семестре в период учебной практики в апреле 2024 г. Были использованы опросник фаббинг-зависимости (GSP) V. Chotpitayasunondh, K. Douglas (2018) и шкала психологического благополучия К. Рифф в адаптации Т. Д. Шевеленковой. Для оценки взаимосвязи фаббинга

и психологического благополучия использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена, для выявления различий в психологическом благополучии студентов с более высокими и низкими значениями фаббинга применялся U-критерий Манна–Уитни.

Результаты показали, что у 84% (70 чел.) студентов наблюдается средний уровень фаббинга, у оставшихся 16% (13 чел.) студентов – низкий уровень фаббинга. Высокого уровня фаббинга не наблюдалось ни у кого. 31% студентов (26 чел.) признались, что были жертвой фаббинга на среднем уровне выраженности, остальные 69% (57 чел.) – на низком уровне выраженности.

При этом 88% (73 чел.) студентов являются фабберами и фабби и только 12% отмечают, что они не участвуют в фаббинге. 29% студентов (24 чел.) отмечают, что они были и в той, и в другой роли. Из участников фаббинга большая часть студентов играет роль фабберов – 55% (46 чел.) и 2% (2 чел.) – только роль фабби.

Номофобия (страх остаться без телефона) на высоком уровне выражена у 17% (14 чел.) студентов, на среднем уровне – у 61% (51 чел.), на низком уровне – у 22% (18 чел.) студентов. Испытывают изоляцию в связи с фаббингом на среднем уровне 70% (58 чел.) студентов, на низком уровне – 30% (25 чел.). При этом признают проблему фаббинга как высокую 9,5% (8 чел.) студентов-первокурсников, как средней степени – 81% (67 чел.) и считают, что фаббинг не является для них проблемой, 9,5% (8 чел.).

Итак, использование гаджетов является нормой нашей жизни, фаббинг среди большинства студентов-первокурсников имеет средний уровень выраженности. Также для большинства студентов проблемой является номофобия, и большинство открыто признают это.

По результатам самооценки, психологическое благополучие студентов первого курса находится в основном на среднем уровне: 22% студентов (18 чел.) оценили свое благополучие как высокое, 60% (50 чел.) – как среднее и только 18% (15 чел.) – как низкое. Способность устанавливать позитивные отношения с окружающими на высоком уровне выражена у 16% студентов (13 чел.), на среднем уровне – у 70% (58 чел.) и на низком уровне – у 14% (12 чел.). Управление средой, чувство уверенности и компетентности в управлении повседневными делами отмечается на высоком уровне выраженности у 29% (24 чел.), на среднем – у 49% (41 чел.), на низком уровне – у 22% (18 чел.). Самопринятие, поддержание позитивного отношения к себе на высоком уровне наблюдается у 23% учащихся (19 чел.), на среднем уровне – у 53% (44 чел.) и на низком уровне – у 20% студентов (24 чел.). Наличие целей и осмысленность жизни также находятся преимущественно на среднем уровне.

венно на среднем и высоком уровнях в данной выборке. Высокий уровень наблюдается у 20% (17 чел.) и 28% (23 чел.), соответственно, средний уровень – у 63% (52 чел.) и 57% (47 чел.), низкий уровень – у 17% (14 чел.) и 15% (13 чел.). Способность воспринимать и интегрировать опыт, реалистичное восприятие всех аспектов бытия (шкала «человек как открытая система») хорошо развита: у 40% студентов (33 чел.) на высоком уровне; у 54% (45 чел.) – на среднем уровне и только у 6% (5 чел.) – на низком уровне. По шкале «баланс аффекта», включающей эмоциональную оценку себя и собственной жизни, результаты получились менее высокими. Так, у 12% студентов (10 чел.) присутствует позитивная оценка собственной личности, у 60% (50 чел.) она выражена на среднем уровне, а у 28% (23 чел.) наблюдается негативное отношение к себе и собственной жизни, неверие в свои силы. Автономия как способность противостоять социальному давлению, возможность регулировать свое поведение выражены в основном на среднем уровне у 64% (53 чел.) студентов, у 19% (16 чел.) на высоком и у 17% (14 чел.) – на низком уровне. Личностный рост, реализация своего потенциала у 52% студентов (43 чел.) выражена на среднем уровне, у 31% (26 чел.) на высоком и у 17% (14 чел.) на низком.

По общей шкале фаббинга были подсчитаны квартили и экстремумы:  $Q1 = 30$ ;  $Q2 = 37$ ;  $Q3 = 43$ ;  $\min = 17$ ;  $\max = 60$ . На основании квартилей выделены студенты с минимальными и максимальными значениями фаббинга. В экспериментальную группу вошли 11 студентов с наивысшими оценками фаббинга в исследуемой выборке ( $>Q3$ ), в контрольную группу – 10 студентов с наименьшими оценками фаббинга ( $<Q1$ ).

Сравнительный анализ с помощью U-критерия Манна–Уитни показал, что у студентов с более высокими значениями по общей шкале фаббинга также и более высокие значения по номофобии ( $U_{\text{эмп}} = 0$ ;  $p < 0,01$ ), больше выражен межличностный конфликт в связи с фаббингом ( $U_{\text{эмп}} = 0$ ;  $p < 0,01$ ), больше чувство самоизоляции ( $U_{\text{эмп}} = 2$ ;  $p < 0,01$ ), при этом и большее признание проблемы ( $U_{\text{эмп}} = 1$ ;  $p < 0,01$ ). Представители и экспериментальной, и контрольной групп чувствуют себя жертвами фаббинга в равной мере (статистических различий не обнаружено), но при этом у фабберов чувство, что их игнорируют, выражено больше ( $U_{\text{эмп}} = 25,5$ ;  $p < 0,05$ ).

У студентов с более высокими значениями по общей шкале фаббинга отмечаются более низкие значения по шкале «Позитивные отношения» ( $U_{\text{эмп}} = 17$ ;  $p < 0,01$ ) и более высокие значения по шкале «Баланс аффекта» ( $U_{\text{эмп}} = 17,5$ ;  $p < 0,01$ ), более низкие значения по шкале «Психологическое благополучие» ( $U_{\text{эмп}} = 26$ ;  $p < 0,05$ ) и по шкале «Управление средой» ( $U_{\text{эмп}} = 25$ ;  $p < 0,05$ ).

Корреляционный анализ Спирмена подтверждает данные сравнительного анализа. Так, общая шкала фаббинга связана отрицательно со шкалами «Психологическое благополучие» ( $r_s = -0,321$ ;  $p < 0,01$ ), «Позитивное отношение» ( $r_s = -0,336$ ;  $p < 0,01$ ), «Управление средой» ( $r_s = -0,39$ ;  $p < 0,01$ ), и положительно – со шкалой «Баланс аффекта» ( $r_s = 0,337$ ;  $p < 0,01$ ). Кроме того, были выявлены дополнительные отрицательные связи между общей шкалой фаббинга и самопринятием ( $r_s = -0,274$ ;  $p < 0,05$ ) и шкалой «Человек как открытая система» ( $r_s = -0,229$ ;  $p < 0,05$ ).

Чем больше выражена номофобия у студентов, тем меньше управление средой ( $r_s = -0,259$ ;  $p < 0,05$ ); чем больше выражен межличностный конфликт, тем меньше выражены позитивные отношения ( $r_s = -0,349$ ;  $p < 0,01$ ). Чем больше выражена самоизоляция, тем меньше показатели шкал «Психологическое благополучие» ( $r_s = -0,244$ ;  $p < 0,05$ ), «Позитивные отношения» ( $r_s = -0,249$ ;  $p < 0,05$ ), «Управление средой» ( $r_s = -0,24$ ;  $p < 0,05$ ), «Личностный рост» ( $r_s = -0,23$ ;  $p < 0,05$ ), «Человек как открытая система» ( $r_s = -0,223$ ;  $p < 0,05$ ) и тем больше баланс аффекта ( $r_s = 0,269$ ;  $p < 0,05$ ).

Больше всего связей наблюдается со шкалой «Чувство, что тебя игнорируют»: чем выше значения по данной шкале, тем меньше психологическое благополучие ( $r_s = -0,35$ ;  $p < 0,01$ ), позитивные отношения ( $r_s = -0,34$ ;  $p < 0,01$ ), самопринятие ( $r_s = -0,308$ ;  $p < 0,01$ ), способность воспринимать и интегрировать новый опыт, воспринимать разные аспекты бытия ( $r_s = -0,302$ ;  $p < 0,01$ ), также меньше способность справляться с повседневными делами («Управление средой») ( $r_s = -0,274$ ;  $p < 0,05$ ), меньше осознанность целей в жизни ( $r_s = -0,268$ ;  $p < 0,05$ ) и осмысленность в жизни ( $r_s = -0,271$ ;  $p < 0,05$ ) и выше баланс аффекта ( $r_s = 0,373$ ;  $p < 0,01$ ). Однако нет ни одной взаимосвязи со шкалой «Автономия», в отличие от исследований других авторов (Шахов и др., 2019).

Таким образом, можно утверждать, что среди студентов-первокурсников фаббинг выражен на среднем уровне, что еще раз подтверждает распространенность данного явления. При среднем уровне психологического благополучия студентов-психологов можно говорить об их среднем адаптационном потенциале: студенты открыты опыту, готовы воспринимать его с положительными и отрицательными проявлениями. При этом студенты, отличающиеся более высокими значениями фаббинга, имеют более низкие показатели психологического благополучия. Фабберы чаще чувствуют себя изолированными и, как это ни парадоксально, чаще чувствуют себя игнорируемыми, – видимо, данное явление можно объяснить действием проекции. Также фабберы испытывают страх остаться без телефона, так как при этом



есть ощущение потери контроля, но при этом они меньше способны управлять средой. В большей степени им свойственен межличностный конфликт. Фабберы испытывают трудности с установлением позитивных отношений с другими, чувствуют себя в изоляции, в меньшей степени готовы к восприятию опыта, не чувствуют себя компетентными в управлении повседневными делами, в большей степени недовольны собой. Фаббинг связан с более низким адаптационным потенциалом и, следовательно, затрудняет прохождение процессов адаптации студентами-первокурсниками.

### Литература

- Григорьев Н. Ю., Чвякин В. А.* Фаббинг как неопределенное явление в структуре социальной девиантологии // Гуманитарий Юга России. 2021. № 2. С. 27–37.
- Крюкова Т. Л., Екимчик О. А.* Фаббинг как угроза благополучию близких отношений // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3 (105). С. 61–76. doi: 10.17759/cpp.2019270305
- Максименко А. А., Дейнека О. С., Духанина Л. Н., Сапоровская М. В.* Фаббинг: особенности аддиктивного поведения молодежи // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2021. № 4. С. 345–362. doi: 10.14515/monitoring.2021.4.1822
- Рагозинская В. Г.* Проблема фаббинга в психологии: обзор научной литературы // Известия высших учебных заведений. Уральский регион. 2021. № 2. С. 67–95.
- Самохвалова А. Г., Шипова Н. С., Тихомирова Е. В., Вишневская О. Н.* Психологическое благополучие современных студентов: типология и мишени психологической помощи // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1. С. 29–48. doi: 10.17759/cpp.2022300103
- Фескина Е. Ю.* Фаббинг – результат аддикции или новая социальная норма? // Практическая психология образования XXI века: Сб. науч. статей и материалов XVIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Коломна, 16 февраля 2023 г.) / Под общ. ред. Р. В. Ершовой. Коломна: ГСГУ, 2023. С. 201–205.
- Шахов В. О., Сапоровская М. В., Екимчик О. А.* Взаимосвязь фаббинга и психологического благополучия на разных возрастных этапах // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: Материалы V Международной научной конференции (Кострома, 26–28 сентября 2019 г.). Кострома: Изд-во Костромского гос. ун-та, 2019. Т. 2. С. 318–321.

## **Осмысление феномена экзистенциальной идентичности в работах Л. И. Анцыферовой**

*М. В. Макарова, Г. А. Родионов*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Статья посвящена изучению экзистенциальной идентичности на основе работ Л. И. Анцыферовой и современных исследований. Рассматриваются ключевые характеристики экзистенциальной идентичности, ее связь с личностной идентичностью, а также методологические подходы к ее изучению. Экзистенциальная идентичность как осознание себя и своего места в мире становится важным ресурсом для преодоления экзистенциальной тревоги и поиска смысла жизни в современном мире. Несмотря на сложность определения и изучения экзистенциальной идентичности, предпринимается попытка осмыслить феномен с учетом экзистенциальной парадигмы. Статья не предлагает готового решения, но ставит своей целью конструирование вопросов относительно данного феномена.

*Ключевые слова:* экзистенциальная идентичность, личностная идентичность, смысл жизни, смысловторчество, психология личности.

В современном мире, отличающемся изменчивостью и неопределенностью, проблемы экзистенциального характера приобретают особую актуальность. Вопросы, касающиеся смысла жизни, свободы, ответственности, смерти и существования, занимали умы людей на протяжении веков, что в конечном итоге привело к развитию экзистенциальной психологии как отдельной области психологии. В российской психологической науке истоком экзистенциальной мысли являются работы С. Л. Рубинштейна, который ставит вопрос о понимании природы человека через совокупность его отношений к миру и о способах его существования («Человек и мир», 1973). Людмила Ивановна Анцыферова, будучи ученицей С. Л. Рубинштейна, внесла существенный вклад в дальнейшее развитие его идей и обозначила методологию, которая позволяет современным ученым приблизиться к постановке правильных исследовательских задач.

Существующие методологические сложности в экзистенциальной тематике опосредованы пересечением различных областей гуманитарных наук, таких как философия, психология, антропология. Проблемное поле экзистенциальной психологии опирается на феноменологию, что усложняет объективное измерение духовных переживаний человека и проведение релевантных эмпирических исследований. Сложность также заключается в четкой операционализации

терминов, имеющих абстрактный философский характер. В своих работах Л. И. Анцыферова представляла анализ того, как общенаучные философские понятия реализуются в психологической науке для создания целостной «научной картины мира», интегрирующей социогуманитарные, естественные и технические науки (Анцыферова, 1988). В результате удастся поставить вопросы и сформулировать гипотезы относительно экзистенциальных психологических феноменов, опираясь на имеющиеся теоретико-методологические наработки в отечественной и зарубежной психологии личности.

Понятие экзистенциальной идентичности появилось в научном дискурсе относительно недавно. Традиционно экзистенциальная психология, основываясь на строгих научных методах, исследует глубинные проблемы человека, такие как смерть, одиночество, свобода и бессмысленность. Конфронтация человека с этими данностями бытия нашла свое отражение в экспериментальной экзистенциальной психологии и широко изучается зарубежной и отечественной психологической наукой. Вместе с тем ряд авторов особое значение придают изучению пятого измерения бытия, дополняющего традиционные аспекты, – экзистенциальной идентичности (Koole et al., 2006). Проблема экзистенциальной идентичности связана с пониманием себя и своего места в мире, что может быть затруднено вследствие внутренних конфликтов человека, неопределенности границ между собой и другими, ограниченности самооценки (*ibid.*). Вопросы о «глубинной сердцевине человека» позволяют понять глубинные убеждения, ценности и установки личности, что способствует развитию самосознания и осознанию собственной уникальности в контексте бытия.

Для более глубокого погружения в тему экзистенциальной идентичности необходимо обратиться к понятию личностной идентичности в целом как психологического феномена. Долгое время в научном дискурсе идентичность определялась преимущественно через ее социальную функцию – принадлежность к той или иной социальной группе. В связи с тем, что наука больше внимания уделяет субъектности и активности самого человека, изменение и развитие идентичности стало восприниматься не просто как часть процесса роста или социализации, а как активный процесс, управляемый самой личностью. Изменчивость, неопределенность и транзитивность современного мира приводят одновременно и к доминированию персонализации и личностного роста, и к стремлению к укорененности в мире.

Личностная идентичность охватывает различные аспекты самоопределения: цели, ценности, убеждения, духовные ориентиры, мотивацию и принятие решений, самооценку, «возможные Я», narra-

тивы (Vignoles et al., 2011), что подчеркивает процессуальную природу конструирования идентичности.

Диалектические противоречия, возникающие в ходе изучения личностной идентичности, находят свое разрешение в постнекласической перспективе (Melchert, 2006). Л. И. Анцыферова указывает, что именно диалектический метод является ключом к пониманию сложных и динамичных явлений психики (Анцыферова, 1988). Анализ различных подходов к проблеме идентичности, основанный на принципе контриндукции, позволяет в дальнейшем выявить общие черты, созвучные экзистенциальному мышлению.

Л. И. Анцыферова, используя понятие идентичности, подчеркивала его духовный (экзистенциальный) смысл. Она противопоставляла целостность и самоидентичность личности, достигаемые через созидание и доверие к миру и себе, социальным ролям и позициям (Анцыферова, 2006). Процесс становления личности, по мнению Анцыферовой, сопровождается «противоречивость чувств, тягостное ощущение собственной раздвоенности, безуспешность попыток построить новую целостность» (там же, с. 235). Эти процессуальные характеристики личностного становления подталкивают человека к рефлексии и поиску смысла своего существования через отчуждение, объективацию и проблематизацию своей жизненной ситуации. Позиция «вброшенного субъекта жизни» по отношению к личности сближает работы Л. И. Анцыферовой и современных экзистенциальных психологов: Э. Спинелли, Э. ван Дорцен, К. Шнайдера, Э. Лукас и А. Баттиани.

Важной характеристикой экзистенциальной идентичности является субъектность, авторство по отношению к своей жизни. По мнению Н. В. Гришиной, процесс обретения экзистенциальной идентичности связан с ощущением причастности к бытию, которое формируется на основе экзистенциального опыта и переживания экзистенциальных ситуаций. Фактически «экзистенциальная идентичность является идентичностью зрелого человека и отвечает определенному уровню развития его субъектности» (Гришина, 2015). Мы находим близкое по содержанию к концептуализации экзистенциальной идентичности понятие мудрости у Л. И. Анцыферовой. Человек, обладающий мудростью, выделяется не только более глубоким пониманием окружающего мира, но и более осмысленным восприятием жизненного опыта, как своего собственного, так и чужого. Развитие этой способности основывается на целостности и расширяющейся масштабности личности (Анцыферова, 2005). Людмила Ивановна вводит в проблемное поле изучаемого понятия «вопросы понимания человеком того,

кем он является на самом деле, каковы проявления рассогласования между осознаваемым, но не истинным, и истинным Я, каковы некоторые приемы постижения индивидом своей природы» (там же, с. 8). Она подчеркивает, что в условиях неопределенности для принятия решения и совершения поступка недостаточно знания как такового, а необходим дар предчувствия и предугадывания, который составляет чувственное постижение и себя, и мира.

Одной из граней понятия экзистенциальной идентичности является концепт «экзистенциальной исполненности», предполагающий уровень осмысленности жизни и соответствия поступков и решений личности ее понимаемой сущности. Эмпирические данные подтверждают связь реализации фундаментальных мотиваций человека и степени выраженности экзистенциальной исполненности, что указывает на гуманистический взгляд на экзистенциальный вопрос становления личности как субъекта жизни (Шумский и др., 2016). Л. И. Анцыферова рассматривала личность как «постоянный выбор себя, своего способа жизни» (Анцыферова, 2006, с. 235). При этом «неверно сделанный выбор» приводит человека к потере идентичности, целостности, интегрированности (там же). Центральным аспектом определения экзистенциальной идентичности в данном контексте оказывается индивидуальность и неповторимость жизненного опыта человека. При этом самоопределение личности не может быть выведено лишь из структуры личностных черт, классовой или национальной принадлежности, стимульной ситуации, социальных норм и прочих переменных.

Необходимо признать сложность определения и выделения содержательных характеристик экзистенциальной идентичности. Л. И. Анцыферова подчеркивает эту ускользающую, интуитивно ощущаемую «самопонятность» бесконечной открытости личностной системы миру и отражения идентичности в переживаниях человека в условиях субъективного освоения мира (там же). Эти переживания «трудно передать в научных терминах, да и не каждому художнику удастся воплотить эти высшие (пределные) переживания в словах» (там же, с. 241).

Осмысление своей экзистенциальной идентичности как части личностной идентичности выступает ресурсом для преодоления экзистенциальной тревоги и поиска смысла в жизни. В данном дискурсе становится возможным включить понятия смысла и значимости своих действий и жизненных решений в проблемное поле идентичности. Экзистенциальная идентичность может быть рассмотрена как медиатор между смысловыми процессами личности и ее благополучием: личности, понимающие свою экзистенциальную идентичность,

чувствуют большую гармонию с самими собой и окружающим миром, что способствует их эмоциональному равновесию и жизнестойкости (Гришина, 2015).

Эпистемологическая направленность работ Л. И. Анцыферовой, в центре которых находится стремление систематически описать многомерное пространство жизни человека, созвучна современной методологии психологии личности. Целостность личности, тенденции к устойчивости и изменчивости могут быть описаны только через все контексты существования человека — ситуационный (индивидуальный стиль деятельности в ситуации), жизненный (жизненный стиль, конгруэнтный жизненному пространству) и бытийный (экзистенциальная модель, сообразная жизненному миру) (Гришина, Костромина, 2021). Экзистенциальная идентичность отражает понятия жизненного мира и взаимодействия человека с экзистенциальными данностями бытия, опосредуя ключевые компоненты экзистенциальной модели человека.

Подход к идентичности через убеждения, ценности, выборы и смыслы позволяет глубже понять переживания личности и ее «вброшенность» в жизненный контекст бытия. Ввиду этого нам представляется перспективной разработка понятия экзистенциальной идентичности в теоретическом, методологическом и эмпирическом аспектах. Особенно актуальным данный феномен становится в контексте происходящих социальных трансформаций: «проблема идентичности всегда актуализировалась в сознании и ученых, и общества в периоды слома, кризиса, неопределенности, когда вставали вопросы о том, какие нормы, ценности, эталоны будут востребованы завтра, как будут трансформироваться нормы и правила поведения» (Марцинковская, 2014).

При этом в фокусе внимания оказываются не только внутриличностные процессы, но и социокультурные аспекты, влияющие на конструирование идентичности в контексте интерсекционального подхода: важным предметом исследования также становятся системы дискриминации и неравенства, осложняющие процессы становления и изменения идентичности (Boot-Haury, Cusick). При этом «вброшенность» в жизненный контекст рассматривается как форма экзистенциальной уязвимости, а конструирование идентичности рассматривается через призму смысловорчества и жизненные выборы.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Материалистическая диалектика и психологическая наука // Категории материалистической диалектики в психологии / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1988. С. 3–21.

- Анциферова Л. И.* Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: Способы постижения истинного Я и призвания человека // Психологический журнал. 2005. № 3. С. 5–14.
- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Гришина Н. В.* Личность как субъект бытия: экзистенциальная исполненность // От истоков к современности: 130 лет организации психологического общества при Московском университете: Сб. материалов юбилейной конференции: В 5 т. Т. 3. М.: Когито-Центр, 2015. С. 127–130.
- Гришина Н. В., Костромина С. Н.* Процессуальный подход: устойчивость и изменчивость как основания целостности личности // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 3. С. 39–51. doi: 10.31857/S020595920014166-8
- Марцинковская Т.* Методология современной психологии: смена парадигм?! // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 36. doi: 10.54359/ps.v7i36.612
- Шумский В. Б., Уколова Е. М., Осин Е. Н., Лупандина Я. Д.* Диагностика экзистенциальной исполненности: оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 4. С. 763–788. doi: 10.17323/1813-8918-2016-4-763-788
- Koole S. L., Greenberg J., Pyszczynski T.* Introducing science to the psychology of the soul: Experimental existential psychology // Current Directions in Psychological Science. 2006. V. 15 (5). P. 212–216. doi: 10.1111/j.1467-8721.2006.00438.x
- Melchert N.* The great conversation: A historical introduction to philosophy. N. Y.: Oxford University Press, 2006.
- Vignoles V. L., Schwartz S. J., Luyckx K.* Introduction: Toward an integrative view of identity // Handbook of identity theory and research / Eds S. J. Schwartz, K. Luyckx, V. L. Vignoles. N. Y.: Springer, 2011. P. 1–27. doi: 10.1007/978-1-4419-7988-9\_1

## Транспрофессионализм и формирование профессиональной идентичности студентов

*М. А. Матюшина\**, *В. Н. Петрова\*\**

\* Новосибирский государственный технический университет,  
Новосибирск

\*\* Национальный исследовательский Томский государственный  
университет, Томск

В статье рассматривается проблема транспрофессионализма и формирования профессиональной идентичности. Исследование подчеркивает значимость перехода к универсальным компетенциям и формированию транспрофессионализма у студентов через развитие гибких навыков. Результаты эмпирического исследования подтверждают наличие прямых взаимосвязей между профессиональной идентичностью студентов и самоорганизацией, эмоциональным интеллектом, психологической гибкостью и креативностью. Дальнейшие исследования позволят изучить профессиональную идентичность и транспрофессионализм студентов в качестве предикторов успешного профессионального развития и формирования готовности к преадаптивной позиции в современной сфере труда.

*Ключевые слова:* профессиональная идентичность, транспрофессионализм, гибкие навыки, soft-skills, транспектива, профессиональная перспектива.

Современное общество переживает быстрые и глубокие изменения, вызванные изменением технологий, глобализацией и постоянным развитием науки и, как следствие, трансформацией содержания и видов профессиональной деятельности. Одним из проявлений этих изменений является транспрофессионализм — явление, характеризующееся наличием перекрытий и смешения различных профессиональных областей, что представляет собой вызов для формирования профессиональной идентичности. Э. Ф. Зеер с соавт. определяют транспрофессионализм как интегральное качество специалиста, характеризующее его способность осваивать и осуществлять деятельность из разных видов и групп профессий (Зеер и др., 2021).

Наше исследование направлено на изучение значимости перехода к универсальным компетенциям и формированию транспрофессионализма через развитие гибких навыков в процессе профессионального обучения. Целью данной статьи является выявление взаимосвязи между профессиональной идентичностью и гибкими навыками студентов.



Проблема формирования профессиональной идентичности и транспрофессионализма становится актуальной темой исследований, так как для успешной преадаптации и развития в современном мире профессионалам необходимо четко понимать свою роль и место в динамичном и разнообразном организационном окружении. Особенно важно рассмотреть факторы, влияющие на формирование профессиональной идентичности, и способы преодоления вызовов, связанных с транспрофессионализмом.

В своих работах Л. И. Анцыферова акцентирует внимание на важности непрерывного образования и саморазвития в процессе профессионального становления. Она подчеркивает, что профессиональное развитие является ключевым фактором в формировании сильной личности, способной преобразовывать социальную действительность (Анцыферова, 2007).

В ситуации, когда границы между профессиями становятся размытыми, важно учитывать такие факторы, как межпрофессиональное взаимодействие, гибкость в преадаптации к изменениям и расширение профессиональных компетенций. Исследования показывают, что способность к профессиональной преадаптации и гибкости играет ключевую роль в формировании профессиональной идентичности (Зеер, 2018).

Кроме того, важно учитывать влияние личностных факторов на процесс формирования профессиональной идентичности. В некоторых исследованиях указывается на значимость таких из них, как ценности и убеждения, образование и опыт, профессиональные цели и амбиции, уровень удовлетворенности от работы, а также профессиональная самооценка (Малютина, 2014).

В ходе анализа исследований, посвященных изучению процессов формирования профессиональной идентичности в условиях современного общества и изменяющейся профессионально-трудовой сферы, можно выделить несколько ключевых аспектов (Бура, 2020; Бурлаченко, 2020).

Во-первых, исследователи говорят о влиянии культурных и социальных факторов на формирование профессиональной идентичности. Ценности, нормы и ожидания общества играют значительную роль в процессе становления профессионального Я у каждого человека. Культурный контекст определяет, какие профессиональные роли и идеалы принимаются обществом и как это отражается на самоидентификации человека (Авдонина, 2020).

Во-вторых, исследуются особенности трудовой мотивации и профессиональных интересов. Сфера труда и профессиональная дея-

тельность могут стать не только источником дохода, но и средством самореализации и удовлетворения. Процесс формирования профессиональной идентичности связан с поиском смысла в своей работе, соответствия профессии личным интересам и ценностям (Лебедева, Лебедева, 2015).

Еще одним важным аспектом является процесс профессионального самовосприятия и самооценки. Осознание собственных профессиональных качеств, сильных и слабых сторон, а также умение адекватно оценивать свои достижения и прогресс имеет большое значение для формирования позитивной профессиональной идентичности (Браун и др., 2019).

Наконец, исследуется роль образования и профессионального обучения в формировании профессиональной идентичности. Образовательные программы должны не только обеспечивать приобретение профессиональных навыков, но и способствовать развитию профессиональной самоидентификации и профессионализма (Перченко, Апуневич, 2023). Ориентация на транспрофессионализм требует разработки новых образовательных методов и технологий, которые учитывают индивидуальные особенности обучающихся и стимулируют их стремление к самостоятельной постановке целей и самореализации в разнообразном образовательно-профессиональном контексте (Зеер и др., 2021).

Названные особенности формирования профессиональной идентичности позволяют определить следующую структуру профессиональной транспективы:

- профессиональная идентичность, связанная с ощущением принадлежности к определенной профессии, профессиональной группе, ценностям, нормам и ожиданиям в сфере труда;
- профессиональные цели и задачи, отражающие желаемые карьерные достижения, амбиции, а также планы на развитие в профессиональной сфере;
- профессиональные компетенции и навыки.

Выделяются следующие компоненты профессиональной транспективы:

- познавательные аспекты: знания, умения и навыки, необходимые для выполнения профессиональных задач;
- мотивационные компоненты: мотивы и ценности, которые определяют выбор профессионального пути и уровень вовлеченности в работу;

- эмоционально-личностные аспекты: особенности саморегуляции, способность адаптироваться к профессиональным изменениям и вызовам, эмоциональный интеллект (Лебедева, Заводчиков, 2018).

*Целью* нашего эмпирического исследования являлось исследование вопроса о том, как развитие гибких навыков способствует переходу от узкой специализации к универсальным компетенциям и формированию транспрофессионализма у студентов в период профессионального обучения, что позволяет им проявить свою профессиональную идентичность в различных контекстах.

Проверялась следующая гипотеза: существует положительная взаимосвязь между сформированной профессиональной идентичностью и сформированностью гибких навыков, таких как эмоциональный интеллект, саморегуляция, креативность и психологическая гибкость. Конкретизируем гипотезы:

- студенты с четко определенной профессиональной идентичностью могут быть более мотивированы для достижения своих целей и более открыты новым идеям, что может способствовать развитию креативности;
- профессиональная идентичность положительно связана с показателями эмоционального интеллекта;
- саморегуляция и психологическая гибкость имеют положительные взаимосвязи с профессиональной идентичностью, особенно в контексте перемен и требований современного рабочего окружения.

Использовались методы измерения (психологическое тестирование), математической статистики (корреляционный анализ по Спирмену).

Были применены следующие методики: опросник «Профессиональная идентичность студентов» А. А. Озеринной; опросник «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе (в адаптации Т. Ю. Базарова и А. В. Парамузова); опросник самоорганизации деятельности (ОСД) М. Бонд и Н. Физер (в адаптации Е. Ю. Мандриковой); тест эмоционального интеллекта Н. Холла; тест психологической гибкости Э. Френсис; тест вербальной креативности С. Медника; тест образной креативности Е. П. Торренса (Субтест «Незавершенные картинки»).

В исследовании приняли участие 150 студентов в возрасте от 18 до 25 лет.

Обнаружены положительные взаимосвязи между параметром зрелости профессиональной идентичности и параметром целеустрем-

ленности ( $R_s = 0,63$ ;  $p \leq 0,05$ ) и эмоциональной осведомленности ( $0,75$ ;  $p \leq 0,05$ ): чем выше показатели зрелости профессиональной идентичности, тем выше показатели целеустремленности и эмоциональной осведомленности.

Обнаружены положительные взаимосвязи между показателями сформированности профессиональной идентичности и показателями психологической гибкости – открытость опыту ( $R_s = 0,91$ ;  $p \leq 0,05$ ) и участие в значимой деятельности ( $R_s = 0,69$ ;  $p \leq 0,05$ ) – и интегральным показателем психологической гибкости ( $R_s = 0,89$ ;  $p \leq 0,05$ ). Чем выше показатели сформированности профессиональной идентичности, тем выше показатели психологической гибкости.

Обнаружена положительная взаимосвязь между показателем «распознавание эмоций других» и шкалой сформированности профессиональной идентичности ( $R_s = 0,72$ ;  $p \leq 0,05$ ) и интегральным показателем психологической гибкости ( $R_s = 0,75$ ;  $p \leq 0,05$ ). Чем выше показатель сформированности профессиональной идентичности, тем выше показатель эмоционального интеллекта «распознавание эмоций других», и чем выше общий показатель психологической гибкости, тем выше показатель эмоционального интеллекта «распознавание эмоций других».

Обнаружены отрицательные взаимосвязи между шкалой сформированности профессиональной идентичности и вербальной беглостью ( $R_s = -0,83$ ;  $p \leq 0,05$ ) и фокусированием на ограничениях ( $R_s = -0,61$ ;  $p \leq 0,05$ ), то есть чем выше показатель сформированности профессиональной идентичности, тем ниже показатели беглости вербальной креативности и фокусирования на ограничениях.

По результатам исследования можно предположить, что студенты, проявляющие самостоятельность и автономность в построении профессионального плана, проявляют целеустремленность, а также высокий уровень осознания и понимания своих эмоций. Студенты, достаточно ясно представляющие свое профессиональное будущее, проявляют готовность переживать внутренние события, не пытаясь их контролировать или избегать, а также активно включаются в значимую для себя деятельность. Психологически более гибкие студенты имеют больше возможностей для приспособления к новым ситуациям и решениям проблем, что способствует их профессиональному росту и развитию и может помочь развитию навыков решения проблем, поиска новых ресурсов и различных способов решения задач.

У студентов с несформированной профессиональной идентичностью, для которой характерно отсутствие понимания будущего в профессии, наблюдается высокий уровень вербальной беглости (гене-

рирование большого количества вербального контента), что может являться одним из способов преодоления неудовлетворенности по поводу профессионального будущего. Студенты с несформированной профессиональной идентичностью воспринимают свою профессиональную перспективу как ограниченную.

В целом, можно обозначить значимость изучения профессиональной идентичности и транспрофессионализма как предикторов успешной карьеры и формирования преадаптивной позиции по отношению к изменениям в современном мире труда. Дальнейшие исследования в данной области могут помочь лучше понять процессы формирования профессиональной идентичности и разработать эффективные стратегии с целью развития профессиональных навыков и успешной адаптации к современным требованиям рынка труда.

### Литература

- Авдоница Н. С.* Формирование профессиональной идентичности в системе либерального образования // Высшее образование в России. 2020. № 7. С. 135–147.
- Анциферова Л. И.* Развитие личности специалиста как субъекта своей профессиональной жизни // Психологические основы профессиональной деятельности. М.: Пер Сэ, 2007. С. 499–503.
- Браун О. А., Аркузин М. Г., Аршинова Е. В., Билан М. А.* Динамические характеристики системы идентичности студентов-психологов в процессе обучения // Известия Иркутского государственного университета. Сер. «Психология». 2019. С. 15–29.
- Бура Л. В.* Формирование профессиональной идентичности обучающихся бакалавриата // Гуманитарные науки. 2020. № 3 (51). С. 41–48.
- Бурлаченко Л. С.* Современные направления исследований профессиональной идентичности // Гуманизация образования. 2020. № 1. С. 47–60.
- Зеер Э. Ф.* Транспрофессионализм как предиктор адаптации к профессиональному будущему личности // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании: Материалы 23-й Международной научно-практической конференции. Екатеринбург: РГППУ, 2018. С. 375–378.
- Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э., Лебедева Е. В.* Транспрофессионализм как предиктор преадаптации субъекта деятельности к профессиональному будущему // Сибирский психологический журнал. 2021. № 79. С. 89–107. doi: 10.17223/17267080/79/6
- Лебедева Е. В., Заводчиков Д. П.* Профессиональная идентичность и перспектива профессионального развития будущих педагогов // Научный диалог. 2018. № 12. С. 452–464.

- Лебедева Н. В., Лебедева М. А.* К вопросу о профессиональной идентичности специалиста по социальной работе // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2015. Т. 24. № 2. С. 63–70.
- Малютина Т. В.* Профессиональная идентичность, ее структура и компоненты // Омский научный вестник. 2014. № 5 (132). С. 149–152.
- Перченко Е. Л., Апунович О. А.* Формирование профессиональной идентичности у студентов вуза // Вестник Череповецкого государственного университета. 2023. № 3 (114). С. 261–276.

## **Особенности личности молодых людей, предрасполагающие к интернет-аддикции**

*Е. А. Мерсалова*

Казанский (Приволжский) федеральный университет,  
Институт психологии и образования, Казань

В статье предпринята попытка выявить и объяснить особенности личности молодых людей, которые способствуют развитию интернет-зависимости. В исследовании приняли участие 164 респондента обоих полов в возрасте 18–25 лет. По результатам опросников была выявлена положительная связь между уровнем интернет-аддикции и эмоциональным откликом респондентов на результаты своей физической, интеллектуальной и коммуникативной деятельности; также выявлена связь с ригидностью мышления и речевой заторможенностью. Помимо этого, уровень интернет-зависимости прямо коррелирует с такими типами личности, как циклотимный, экзальтированный, дистимный и тревожный. Однако с первыми тремя типами отрицательно связаны данные статуса идентичности. На основании этого выдвинуто предположение, с помощью которого можно объяснить полученные результаты через призму нарушенных объектных отношений.

*Ключевые слова:* интернет-зависимость, циклотимность, экзальтированность, дистимность, тревожность, переходное пространство, теория объектных отношений.

### **Введение**

В рамках психоанализа интернет-пространство рассматривается как «промежуточное», где происходит интеграция и трансформация

внешних реальностей и внутренних фантазий (Suler, 2016). Если сравнивать данное понятие с переходным пространством Д. В. Винникотта (Винникотт, 2002), можно отметить уникальную черту виртуального пространства: его условность, крайнюю размытость границ. В этом заключается опасность интернет-среды для личности, у которой еще не до конца сформированы, размыты границы собственного Я; во внутреннем мире которой отсутствует репрезентация надежного материнского объекта; отсутствует идентификация с анаклитическим объектом. Состояние навязчивого поиска хорошего объекта, которое неизбежно в описанной ситуации, можно считать фрустрирующим. Отсутствие устойчивого внутреннего объекта может быть сопряжено, например, с развитием депрессивной личностной организации (Мак-Вильямс, 2021).

Данный факт может привести к зависимости от в некоторой мере искусственного «промежуточного пространства» интернет-среды, без которого личность затрудняется контактировать с реальностью (или вовсе не может этого делать) и которым заменяет построение реальных отношений (как с реальностью в целом, так и с людьми в частности).

Исследование со схожей методологической основой проводилось Р. Н. Хакимзяновым. В группе риска (студенты с агрессивным поведением, депрессивным состоянием, нарушением социально-психологической адаптации) были выявлены следующие особенности: диффузия и мораторий идентичности, эмоциональная неустойчивость, депрессивное состояние различной степени выраженности, напряженность, возбудимость, физическая и вербальная агрессия. Автором предложено объяснение этих результатов через процессы, рассматриваемые в рамках теории объектных отношений (Хакимзянов, 2023).

### **Методология исследования**

Целью нашего исследования было выявление особенностей личности молодых людей, которые могут способствовать интернет-аддикции.

Для достижения поставленной цели были использованы теоретические (анализ литературы по теме) и эмпирические методы исследования: анкетирование, статистический анализ. Респонденты заполняли «Яндекс-формы» на платформе «В контакте» в группе «Hikkikomori» (яп. «нахождение в уединении»)\*. Предполагалось, что часть участников может испытывать трудности в реальном мире и «сбегать» от него в интернет-пространство.

---

\* URL: <https://vk.com/hikkikomorii>.

Для диагностики были выбраны следующие методики: опросник зависимости от социальных сетей (далее – ЗСС) (Шейнов, Девицын, 2021), батарейный тест-опросник «Темперамент–характер» (Русалов, Манолова, 2009), методика «Виртуальная идентичность пользователей соцсетей» (далее – ВИПСС) (Погорелов, 2022), методика исследования личностной идентичности (Шнейдер, 2007).

Выборка включала в себя 164 респондента обоих полов в возрасте от 18 до 25 лет.

## Результаты

Результаты данного исследования могут помочь в выстраивании профилактической, коррекционной и терапевтической работы с молодыми людьми, склонными к интернет-зависимости.

Ярко выраженными ( $p$  не более 0,01) оказались следующие связи.

1. Результаты опросника ЗСС положительно коррелировали как со всеми шкалами ВИПСС ( $p$  не более 0,001), так и со следующими шкалами опросника «Темперамент–характер»:

- 1) Эмоциональность моторная (ЭМ);
- 2) Эмоциональность интеллектуальная (ЭИ);
- 3) Эмоциональность коммуникативная (ЭК);
- 4) Экзальтированность (ЭКЗ);
- 5) Дистимность (ДИС);
- 6) Циклотимность (ЦИК).

Отрицательная связь выявлена между данными ЗСС и шкалой пластичности интеллектуальной (ПИ).

2. Связи между шкалами ВИПСС и батарейными опросником.

- 1) со шкалой кибер-аддикции отрицательно коррелирует скорость коммуникативная (СК). Положительно: ЭМ, ЭИ, ЭК, ЭКЗ, ДИС, ЦИК, а также тревожный тип характера (ТРЕ);
- 2) со шкалой принятия субкультуры положительно коррелирует эргичность коммуникативная (ЭРК);
- 3) со шкалой виртуального образа положительно коррелируют ЭК и эмотивный тип (ЭМО);
- 4) с интегральным показателем ВИПСС положительно коррелируют ЭМ, ЭК, ЦИК, ЭКЗ и ТРЕ.

3. Результаты методики исследования личностной идентичности (МИЛИ) сами по себе имеют слабую отрицательную связь с ЗСС ( $p=0,029$ ). Однако следует выделить корреляции результатов



МИЛИ с батарейным опросником. Положительная связь выявлена со шкалами ПИ, ПК и ГИП; отрицательная – со шкалами ЦИК, ДИС и ЭКЗ.

## **Обсуждение**

В рамках очерченного теоретического базиса результаты можно интерпретировать следующим образом.

1. Рассматривая темпераментальные свойства, уместно остановиться на корреляциях между шкалами, отображающими склонность к интернет-аддикции (как ЗСС, так и ВИПСС) и некоторыми характеристиками личности.

В рамках положительной корреляции неоднократно упоминались шкалы моторной, интеллектуальной и коммуникативной эмоциональности. Эти показатели В. М. Русалов и О. Н. Манолова трактуют как выраженность эмоциональной реакции личности, проявляющейся в деятельности в упомянутых сферах. Например, высокая моторная эмоциональность трактуется как «сильное эмоциональное переживание по поводу расхождения между ожидаемым и реальным результатом ручного труда» (Русалов, Манолова, 2009, с. 9). Низкие значения сопряжены с безразличием к продуктам физической работы (там же). Шкалы ЭИ и ЭК описывают диапазон чувствительности и безразличия к интеллектуальной деятельности и коммуникативной, соответственно.

В отрицательных корреляциях упоминались шкалы интеллектуальной пластичности и коммуникативной скорости. Это означает, что чем выше у лица склонность к интернет-аддикции, тем более выражены как вязкость, стереотипность мышления, так и речевая заторможенность и низкая речевая активность.

Во-первых, описанные феномены указывают на эмоциональную чувствительность личности к основным сферам деятельности в реальном мире (физический труд, интеллектуальный труд и процесс коммуникации с другими людьми). Вероятно, избегая эмоционального «перегруза» в реальности, личность может уходить в виртуальное пространство.

Во-вторых, личностям, склонным к интернет-зависимости, свойственна интеллектуальная и речевая ригидность. Первая затрудняет переключение между видами деятельности (в том числе, вероятно, «переключение» с виртуального мира на реальный); вторая может являться препятствием к свободному оффлайн-общению (например, в текстовой переписке речевая заторможенность может быть незаметна и, следовательно, не препятствовать общению).

2. Рассмотрев личностные проявления, можно перейти к их «фундаменту» – типам личности, а именно – к корреляциям ЗСС и ВИПСС со шкалами батарейного опросника.

Положительная корреляция неоднократно наблюдалась с дистимностью, экзальтированностью и циклотимностью, а также с тревожностью.

Экзальтированность и циклотимность сопряжены с нестабильным эмоциональным фоном, эмоциональной лабильностью. Выше прописывалась высокая эмоциональная чувствительность к основным аспектам (деятельностям) реальности. Выдвигалось предположение о возможной аффективной «перегрузке» из-за сильного чувственного включения в какую-либо деятельность. Упомянутые описания согласуются с выявленным экзальтированным и циклотимным «фундаментом». Таким образом, интернет-пространство может стать своеобразным местом отдыха, если личности не хватает ресурсов выдерживать постоянные сильные колебания своего эмоционального фона. Вероятно, виртуальную среду уместно сравнить не только с местом отдыха, но и со своеобразным «экраном», который ранимая личность может ставить между собой и реальностью (например, предпочитая онлайн-общение живому), оберегая себя от сильных, выматывающих переживаний.

Возможно, метафору «экрана от сильных переживаний» можно применить и к тревожным личностям, которые, по описанию В. М. Русалова, также «стремятся к эмоциональному комфорту» (Русалов, Манолова, 2009, с. 14).

Дистимность также может сочетаться с уже упомянутой ранимостью. Однако здесь уместно вспомнить о ригидности и заторможенности, которые, вероятно, усугубляют постоянно сниженный эмоциональный фон личности (например, фиксацией на собственных неудачах, связанных с разными сферами реальности), а также затрудняют включение в какую-либо деятельность (Русалов, 2009).

3. Выше говорилось о корреляции личностных особенностей с идентичностью (МИЛИ). На данном факте важно остановиться подробнее.

Описания В. М. Русалова и О. М. Маноловой не противоречат психоаналитическим описаниям схожих организаций личности, поэтому дальнейшие рассуждения будут включать и анализ психоаналитических взглядов.

Во введении уже упоминалась размытость, неустойчивость границ Я и отсутствие у человека опоры на себя (отсутствие анаклитического объекта). Виртуальное пространство отлично от описанного

Д. В. Винникоттом более «классического» переходного пространства. По Винникотту, последнее становится посредником между личностью и реальностью; способствует адаптации личности к реальному миру. Интернет-среда, вероятно, не способна дать личности ту же опору для развития (как через удовлетворение потребностей, так и через фрустрацию), что и реальность. Столкновение с аспектами реальности и своими собственными особенностями, потребностями, желаниями и т. п. способствует развитию человека, лучшему пониманию как окружающего мира и людей, так и самого себя. Статус идентичности же способен косвенно указать на специфику отношения человека к самому себе и сформированность стабильных связей с социумом (Шнейдер, 2007).

Результаты МИЛИ отрицательно коррелируют со шкалами циклотимности, дистимности и экзальтированности (по батарейному опроснику), положительно — с гипертимностью. По описанию В. М. Русалова, гипертимность включает в себя эмоциональную устойчивость, инициативность (иногда несоразмерную ресурсам), креативность, широкий спектр поведенческих программ (Русалов, 2009). Достигнутая идентичность, по Л. Б. Шнейдер, сопряжена с позитивным и устойчивым (но не ригидным) представлением о себе (Шнейдер, 2007). Данные феномены с позиции теории объектных отношений можно трактовать как наличие стабильных хороших внутренних объектов, которые дают человеку способность не только опираться на самого себя (свои взгляды, ощущения и т. д.), но и выстраивать должную межличностную коммуникацию. Обратная ситуация (отсутствие опоры на хорошие объекты и сопряженные с этим последствия) как раз способна характеризоваться неустойчивыми или подавленными состояниями, неуверенностью в себе (Кляйн, 2001). Закономерно, что показатели МИЛИ отрицательно коррелируют со шкалами циклотимности, дистимности и экзальтированности (по батарейному опроснику).

На основании вышеописанного можно выдвинуть предположение о глубинных причинах состояний, берущих начало не из условий актуальной внешней среды и сознательно выученных паттернов, а из фундамента самой личностной организации, которая оказывается сопряжена с риском интернет-аддикции.

## **Заключение**

Исследование позволило определить темпераментальные характеристики (например, низкую вербальную активность), предрасполагающие к интернет-аддикции, и выдвинуть предположения о фундаменте описываемых феноменов — некоторых структурах личности, способ-

ных оказаться в группе риска. Среди них наиболее ярко выявляются циклотимный и экзальтированный типы личностей со свойственной им нестабильностью эмоционального фона, а также дистимный, которому свойственна определенная степень ригидности психических процессов, затрудняющая адаптацию в различных сферах реальности.

Связывая полученные результаты об уровне интернет-аддикции и результаты личностного опросника с данными об уровне идентичности, мы можем выдвинуть предположение о глубинных предпосылках формирования интернет-зависимости. Так, оно может быть сопряжено, с одной стороны, с отсутствием опоры на поддерживающие внутренние объекты, с другой – с неумением выстраивать удовлетворительные объектные отношения.

Выдвинутые предположения требуют дополнительной проверки (вероятно, с уклоном в качественный анализ).

### Литература

- Винникотт Д.* Игра и реальность М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002.
- Кляйн М., Айзекс С., Райверс Дж., Хайманн П.* Развитие в психоанализе. М.: Академический проект, 2001.
- Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Независимая фирма «Класс», 2021.
- Погорелов Д. Н.* Психологическое содержание и диагностика виртуальной идентичности пользователей социальных сетей: Учеб. пособие. Челябинск: ЧИППКРО, 2022.
- Русалов В. М., Манолова О. Н.* Батарейный тест-опросник «Темперамент–характер» // Вестник Самарской гуманитарной академии. Сер. «Психология». 2009. С. 41–55.
- Хакимзянов Р. Н.* Формирование идентичности студентов вузов, подверженных отклоняющемуся поведению // Образование и саморазвитие. Казань. 2023. № 3. С. 202–214. doi: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04
- Шейнов В. П., Девицын А. С.* Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. 2021. № 2. doi: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.04
- Шнейдер Л. Б.* Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики: Пособие. М.: Московский психолого-социальный институт, 2007.
- Suler J.* Psychology of the Digital Age: Humans become electric. Cambridge: Cambridge University Press, 2016.

# Патриотизм как фактор позитивного развития личности: сравнительное исследование желания молодежи жить и строить семейный бизнес в России\*

Ю. С. Мурзина

Тюменский государственный университет, Тюмень

Сложность геополитической ситуации повышает значимость изучения темы социально-психологических факторов патриотизма. В работе мы опирались на идеи Л. И. Анцыферовой о развитии личности как активного субъекта для объяснения происходящих ценностных изменений в сознании молодежи. Целью работы стало изучение патриотических настроений молодежи в 2021–2023 гг., определяемых как желание жить и строить семейный бизнес в России. Фактологической базой стали результаты опроса 488 студентов Тюменского государственного университета, которые позволили сделать выводы о том, что патриотизм молодежи значимо вырос с 2021 г. и что желание жить и работать в своей стране значимо взаимосвязано с эмоциональной поддержкой в семье и с заинтересованностью в создании семейного бизнеса.

*Ключевые слова:* развитие личности, патриотизм, семейный бизнес, желание жить в России, желание строить семейный бизнес.

## Введение

Л. И. Анцыферова считала, что развитие – это основной способ бытия личности, которая постоянно экстраполирует себя в будущее, а будущее проецирует на настоящее. Поэтому личность является субъектом индивидуальной истории, жизненных выборов, целеполагания. Описывая сложные жизненные ситуации, автор выделяет четыре группы, где войны, крупные катастрофы, стихийные бедствия – это высший уровень. Именно такие ситуации способны поменять образ жизни, сознание человека и его личность (Анцыферова, 2007). Можно констатировать, что сегодня молодежь исторически поставлена в ситуацию, когда нужно делать ценностный выбор.

Людмила Ивановна считала, что механизмы устойчивого личностного бытия находятся в напряженной душевной жизни человека, в его духовных – ненасыщаемых, устойчивых потребностях (Ан-

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РНФ в рамках проекта № 24-28-01571 «Социально-психологические характеристики преемников семейного бизнеса». URL: [https://rscf.ru/prjcard\\_int?24-28-01571](https://rscf.ru/prjcard_int?24-28-01571).

цыферова, 2006). К таким потребностям можно отнести поиск смысла жизни, личностное (в том числе политическое) самоопределение, поведенческим проявлением которого может быть патриотизм.

Патриотизм представляет собой духовную устойчивую потребность. Согласно данным исследований Фонда общественного мнения в июне 2023 г., 84% россиян считают себя патриотами. Также, по мнению 57%, патриотами не могут быть люди, которые уезжают жить и работать за границу.

Можно выделить ряд отличительных особенностей российского понимания и проявления патриотизма: важность поведенческого аспекта (отсутствие эмиграционных намерений); локальная привязка патриотизма – любовь к Родине, семье, детям, профессии (Юревич, 2016); отсутствие замалчивания негативных свойств своего народа; бескомпромиссная, жертвенная, безусловная любовь к Родине, а не взвешенная, рациональная система взглядов; уважение к другим народам, неприемлемость национального превосходства над другими (Аникин, 2016).

Важно отметить, что уровень патриотизма в РФ существенно менялся за последние 30 лет. В 1990 г. доля граждан, которые гордились своей страной, составляла 53%. Однако с 2014 г. ситуация существенно меняется: победа в неофициальном медальном зачете на зимних Олимпийских играх и присоединение Крыма стали вескими причинами для гордости за свою страну (Юревич, 2016).

Вместе с тем можно выделить и внутренние условия личности, способствующие формированию патриотических настроений. К ним относятся личностные качества и религиозность (Юревич, 2018); ценностные ориентации (Ивченков, Сайганова, 2020); занятия спортом, состав семьи (Bas, 2016); ценность сохранения семьи в противовес индивидуальному успеху (Wang, Jia, 2015).

Проведя анализ научных публикаций (поиск осуществлялся в eLibrary и Dimensions), можно утверждать, что тема патриотизма недостаточно представлена в отечественной и зарубежной социальной психологии. Не раскрытыми остаются вопросы влияния семейных отношений на патриотические настроения. Вместе с тем интуитивно понимается, что семья как важнейший институт социализации и развития личности будет иметь первостепенное значение в формировании патриотических настроений, а готовность создавать семейный бизнес с родственниками свидетельствует о высоком уровне сплоченности и доверия внутри семьи.

В новогоднем обращении Президент РФ В. Путин сказал: «Наступающий 2024-й объявлен в нашей стране Годом семьи. А настоящая

большая семья – это, безусловно, та, где растут дети, где царят внимание, душевная теплота и забота о родителях, любовь и уважение друг к другу. Именно из такого родства всех поколений, любви к отчужденному дому рождается, воспитывается преданность своему Отечеству» (Путин, 2023). Развивая этот тезис, можно предположить, что дружная семья снижает эмигрантские настроения молодежи и способна стать основой для развития микро- и малого бизнеса.

*Целью* данной работы является сравнительное исследование патриотизма в молодежной среде в 2021–2023 гг., выраженного как желание жить и строить семейный бизнес в России.

Проверялись следующие *гипотезы*:

- 1) уровень патриотизма молодежи, определяемого как желание жить и работать в своей стране, значимо вырос с 2021 г.;
- 2) желание жить и работать в своей стране значимо взаимосвязано с эмоциональной поддержкой в семье;
- 3) существует значимая взаимосвязь между желанием жить и работать в своей стране и заинтересованностью к созданию семейного бизнеса.

## **Методы исследования**

Исследование было проведено в рамках сотрудничества с академическим консорциумом INTERGEN (Университет г. Руса, Болгария), целью которого является изучение и развитие деловых связей между поколениями в бизнес-семьях.

Эмпирической базой для исследования послужили данные, собранные на выборке студентов Тюменского государственного университета в 2021 и 2023 гг. Инструментом для сбора данных выступил авторский опросник INTERGEN, сбор проводился онлайн. Опросник содержит 54 вопроса по темам: 1) общая удовлетворенность жизнью, 2) карьерные ориентации, планы на будущее, 3) отношение к семейному бизнесу. Согласие с утверждениями оценивалось по пятибалльной шкале Лайкерта (где 1 – совершенно не согласен, 5 – полностью согласен).

Выборка исследования в 2021 г. составила 243 человека (19% мужчин, 81% женщин), в 2023 г. – 245 человек (32% мужчин, 67% женщин). Выборки были независимыми. Обработка данных проводилась в программе MO Excel, статистический анализ – в программе Statistica v. 10.0 с использованием Т-критерия Стьюдента и корреляционного анализа Пирсона.

## Результаты и обсуждение

Расчет средних значений по показателю «желание жить в своей стране и строить тут карьеру» показывает их рост: за 2021 г. ср. знач. = 3,65 (ст. откл. = 1,27), в 2023 г. ср. знач. = 3,94 (ст. откл. = 1,18). Последующее сравнение двух независимых выборок по этому показателю с помощью Т-критерия Стьюдента фиксирует значимость различий: Т-кр. = -2,71 ( $p=0,007$ ). Следовательно, мы можем констатировать, что произошедшие за два года политические и экономические события усилили локальный патриотизм. Можем зафиксировать, что первая доказана: уровень патриотизма молодежи, определяемого как желание жить и работать в своей стране, значимо вырос с 2021 г.

Для выявления дополнительных социально-психологических факторов, связанных с патриотическими настроениями молодежи, был проведен корреляционный анализ Пирсона (данный метод был выбран, так как применялась интервальная шкала). Далее нами будут представлены коэффициенты корреляции, которые по модулю имеют средний уровень взаимосвязи ( $p<0,05$ ); слабые связи (менее 0,25) не анализируются.

В 2021 г. была выявлена положительная связь желаний жить в своей стране с желанием развивать деловые отношения со своими детьми (0,32); с высокой ценностью и поддержкой окружающих людей (0,30); с утверждением, что я доволен своей жизнью (0,30); с утверждением, что налаженные деловые отношения с родителями снизят уровень стресса (0,29); с уверенностью в поддержке, если я поделюсь бизнес-идеями с супругом (0,29); с возможностью назвать себя счастливым человеком (0,26); с необходимостью поддержки близких людей, чтобы начать что-то новое (0,26); с готовностью обращаться к друзьям за бизнес-советами (0,26); с интересом к дополнительной информации о возможностях начать семейный бизнес (0,25); с предпочтением продвигать семейный бизнес, а не начинать новый (0,25).

В 2023 г. желание жить в своей стране взаимосвязано с убежденностью, что моя семья всегда поддержит меня (0,46); с удовлетворенностью своей жизнью (0,35); с ощущением собственного счастья (0,34); с желанием работать в крупной компании (0,30); с желанием больше узнать о семейном бизнесе с разными поколениями (0,29); с ощущением, что более счастлив, чем друзья (0,27); с интересом к получению дополнительной информации о возможностях начать семейный бизнес с разными поколениями родственников (0,25); с готовностью развивать деловые отношения в бизнесе с родителями (0,25). Отрицательная умеренная связь обнаруживается с переменной «большую часть времени я грущу» (-0,26).



Мы видим, что патриотические настроения молодежи в 2021 г. больше были связаны с далеким будущим — строить деловые отношения с будущими детьми, делиться бизнес-идеями с супругом. В 2023 г. временная перспектива сокращается: теперь на первое место по значимости выходит взаимосвязь с уверенностью в поддержке со стороны своей семьи и с удовлетворенностью собственной жизнью.

Как указывала Л. И. Анцыферова, развитие личности является результатом экстраполяции себя в будущее. Полученный эмпирический результат показывает сокращение временной перспективы экстраполяции, что может быть результатом адаптации систем личности к новым социальным реалиям. Вместе с тем, результатом подобного «заземления» становится признание ценности своей семьи: молодые люди заново открыли в ней душевную теплоту и счастье. Этот вывод подтверждается тем, что с готовностью жить в своей стране положительно коррелирует ощущение личного счастья и отрицательно — ощущение постоянной грусти.

На Питерском экономическом форуме А. Г. Силуанов, комментируя две волны эмиграции после начала СВО, сказал: «Все пессимисты уехали, остались одни оптимисты» (Семушкин, 2023). Наши эмпирические результаты подтверждают эти слова: эмигрантские настроения оказываются выше у тех молодых людей, кто часто грустит и не ощущает поддержки в своей семье. Представленные выше результаты позволяют нам подтвердить вторую гипотезу.

Обратимся теперь к готовности молодых людей создавать семейный бизнес. В 2021 г. желание жить в своей стране коррелировало с семьей переменными по семейному бизнесу, в 2023 г. — только с тремя. Вместе с тем, среди карьерных ориентаций появляется желание работать в крупной компании, взамен предпочтения создавать семейный бизнес.

Обратившись к первичным данным и осуществив статистическое сравнение по годам, мы видим, что желание иметь семейный бизнес у молодежи значимо снижается ( $T\text{-кр.} = 3,44$ ,  $p = 0,0006$ ), в то время как желание работать в крупной компании значимо возрастает ( $T\text{-кр.} = -2,89$ ,  $p = 0,004$ ). С одной стороны, данный результат можно объяснить желанием молодых людей обезопасить свое будущее, став частью крупной успешной компании. С другой стороны, важно отметить, что поддержка семейного бизнеса на государственном уровне не сопровождается популяризацией данного вида предпринимательства через СМИ.

Вместе с тем результаты показывают, что те молодые люди, которые проявляют патриотические настроения, выражают устойчивый

интерес к получению дополнительной информации о возможностях начать семейный бизнес. Таким образом, третью гипотезу также можно считать доказанной: мы обнаружили значимые взаимосвязи между желанием жить и работать в своей стране и интересом к созданию семейного бизнеса.

## **Выводы**

Современная ситуация гибридной войны, повышенной террористической опасности создает в смысловом пространстве личности высокое напряжение. В данной работе нами была сделана попытка использовать идеи Л. И. Анцыферовой для объяснения происходящих ценностных изменений в сознании молодежи. В качестве ненасыщаемой духовной потребности для развития личности был выбран патриотизм.

Результаты статистической проверки гипотез позволили сделать следующие выводы: 1) уровень патриотизма молодежи значительно вырос с 2021 г.; 2) семья имеет первостепенное значение для патриотичной молодежи: желание жить и работать в своей стране значимо взаимосвязано с эмоциональной поддержкой в семье и ощущением собственного счастья; 3) у более патриотичной молодежи существует устойчивый интерес к получению дополнительной информации о возможностях начать семейный бизнес.

Таким образом, повышение патриотических настроений в молодежной среде является ответом личности на сложную ситуацию геополитического противостояния. Напряженность душевной жизни запускает механизмы актуализации духовных потребностей личности, тем самым реализуется сценарий позитивного развития. Итогом такой ценностной трансформации личности станут консолидация общества, расширение личных отношений и развитие отношений общественных.

## **Литература**

- Аникин В. А.* Кризис и национальное самосознание россиян // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2016. № 5. С. 203–232.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия. М.: Пер Сэ, 2007. С. 142–154.

- Ивченков С. Г., Сайганова Е. В.* Ценностные ориентиры и их влияние на восприятие патриотизма у молодежи // Вестник Института социологии. 2020. Т. 11. № 2. С. 106–125. doi: 10.19181/vis.2020.11.2.643
- Путин В. В.* Новогоднее обращение к гражданам России // Сайт Президента России. 2023. 31 декабря. URL: <http://www.kremlin.ru/events/president/news/73200> (дата обращения: 21.08.2024).
- Семушкин С.* «Все пессимисты уехали, остались одни оптимисты»: глава Минфина оценил масштаб эмиграции из России // Комсомольская правда. 2023. 15 июня. URL: <https://www.kp.ru/daily/27516/4779123> (дата обращения: 10.08.2024).
- Юревич А. В.* Психологические аспекты патриотизма // Прикладная юридическая психология. 2016. Т. 34. № 1. С. 5–21.
- Юревич А. В.* Психологическая многогранность патриотизма // Психологический журнал. 2018. № 6. С. 86–94. doi: 10.31857/S020595920002253-4
- Bas M.* The evaluation of the university students' patriotism levels according to gender, age, family structure and sports activities // European Journal of Education Studies. 2016. V. 2 (2). doi: 10.46827/ejes.v0i0.190
- Wang J., Jia S.* The contemporary value of patriotism // Advances in Applied Sociology. 2015. № 5. P. 161–166. doi: 10.4236/aasoci.2015.55015

## **Современный дошкольник в цифровом пространстве\***

*Е. И. Николаева, И. А. Калабина, Н. В. Сутормина*

Российский государственный университет им. А. И. Герцена,  
Санкт-Петербург

В работе обсуждаются последствия раннего (до года) попадания ребенка в цифровое пространство. Приводятся теоретические обоснования соблюдения такой последовательности: сначала освоение объектов чувственного мира и лишь затем попадание в виртуальное пространство. Приводятся результаты эмпирического исследования 69 детей с помощью полуструктурированного интервью, в котором ребенок сообщал о том, сколько и когда он пользуется гаджетами, что делает, попадая в виртуальное пространство, насколько пребывание ребенка с гаджетом опосредуется взрослым. Показано, что практически все дети самостоятельно

\* Исследование выполнено при поддержке РНФ, проект № 23–28–00253 «Разработка психофизиологического подхода к созданию нормативов пребывания дошкольника в цифровом пространстве и создание модели когнитивного развития дошкольника в цифровой среде».

но играют в игры или смотрят мультфильмы с помощью гаджета. Только один мальчик сообщил о том, что он все манипуляции с гаджетом проводит с отцом. Непроработанный и необсужденный со взрослым материал из Интернета не способствует эффективному когнитивному развитию ребенка.

*Ключевые слова:* ребенок 4–6 лет, гаджет, виртуальное пространство, когнитивное развитие, цифровое пространство.

Современный ребенок живет в принципиально новой реальности, которая рано начинает менять условия формирования личности. Многие дети получают первое электронное устройство еще до года, а в год некоторые уже могут самостоятельно выходить в Интернет (Николаева, Исаченкова, 2022). Попадание в виртуальную среду в возрасте, когда не освоена реальная среда, безусловно, влечет за собой значительные последствия для развития личности.

До сих пор именно освоение предметной среды рассматривалось как основа личностного развития (Анцыферова, 1961, 1978). Виртуальная среда (до встречи с реальным миром) не позволяет ребенку осуществить сенсомоторную интеграцию при знакомстве с объектами, поскольку их нельзя поместить в рот и погладить. Согласно Ж. Пиаже, прежде чем встречаться с символической представленностью объекта на картинке или в словесном описании, ребенок должен познакомиться с ним в реальном мире, пощупать его, облизать и попробовать с ним взаимодействовать (Пиаже, 1994). Только в такой последовательности у ребенка формируется ментальная схема объекта, и тогда он готов познать его в символической форме. Нарушение этого процесса будет вести к ухудшению формирования когнитивных функций (Richert et al., 2010).

Это положение Ж. Пиаже вызвало большой поток работ, подтверждающих его уже в ситуации применения гаджетов с контентом, к которому не готов ребенок определенного возраста. Дошкольники не могут соотнести видеоизображение, включающее сложные речевые выражения, часто неизвестные ребенку, с реальностью (Ziemer, Snyder, 2016).

Положение теории Ж. Пиаже, непосредственно пересекающееся с положениями теорий научения и когнитивного развития ребенка (Liberman, 2021), состоит в обязательной активности обучающегося в процессе освоения информации. При пассивном восприятии информации возможны негативные последствия, влияющие прежде всего на когнитивный контроль – важнейший параметр, направленный на изменение поведения ребенка и метакогнитивные функции (Marulis, Nelson, 2021).

Наконец, еще один теоретический аспект, который рассматривается во многих работах, – социоэмоциональное развитие детей, для которого также критическим периодом является дошкольный возраст (Desmarais, 2021).

Многие родители в России предлагают дошкольникам мультфильмы советского производства, в которых часто очень выражен морально-нравственный аспект. Родители полагают, что это будет способствовать развитию морально-нравственных норм у ребенка. В одном из современных исследований изучалось просоциальное поведение детей (3–5 лет) (Mares et al., 2022). Дети (107 человек) смотрели мультфильмы, в которых были представлены варианты нравственного поведения. Оказалось, что дети дошкольного возраста плохо понимали содержание и в дальнейших поведенческих тестированиях не проявляли поведение, представленное в мультфильмах.

Согласно теоретическому анализу, для дошкольника требуется уменьшение продолжительности экранного времени (и для телевизора, и для гаджета), и обязательное опосредование любого использования этих инструментов взрослым (Nikolaeva et al., 2023).

Целью нашего исследования стало изучение важнейшего условия безопасного использования гаджета: опосредование его использования взрослым.

Выборка включала 69 детей 5–7 лет (38 мальчиков, 31 девочка,  $6,1 \pm 0,9$ ), посещающих детские сады Санкт-Петербурга. От родителей были получены информированные согласия. От этического комитета РГПУ им. А. И. Герцена (IRB 00011060 Herzen State Pedagogical University of Russia IRB#1) было получено одобрение на проведение исследования (протокол № 24 от 27.11.2023).

В рамках полустандартизированного интервью ребенку задавались вопросы о том, какими гаджетами он пользуется, сколько времени разрешено им пользоваться, что ребенок делает в это время, находится ли он с гаджетом один или взаимодействие опосредовано кем-то еще (близким взрослым, братьями и сестрами и т. д.).

Часть полученных данных не отличалась от наших же результатов и данных других авторов. Так, было показано, что дети чаще всего получают смартфон, но могут пользоваться и другими инструментами. Два ребенка сообщили, что они не пользуются гаджетами. По более ранним нашим данным, обычно около 10% родителей считают, что нельзя пользоваться гаджетами, но разрешают детям смотреть телевизор.

Один ребенок сообщил, что он «играет всегда», далее примерно в равных долях дети сообщают, что играют в выходные, почти каждый день и каждый день. Все дети сообщают о том, что длительность

взаимодействия с гаджетом ограничивается кем-то из взрослых («пока мама разрешает» и т. д.), обычно это от 30 минут до 2 часов в день.

Получая гаджет, ребенок либо играет, либо смотрит видео, часто на «YouTube». Тем не менее, есть и небольшая группа детей, применяющих гаджет для общения с друзьями или родителями. Один ребенок сообщал, что он всегда пользуется гаджетом только с папой, с ним же смотрит и результаты хоккейных матчей.

Дети знают много других функций гаджетов, которые пока им недоступны. Среди них наиболее частыми являются заказы еды и продуктов, общение в разных вариантах. Дети часто уточняют: «папа заказывает», «позвонить бабушке». Более редкие функции, которые упоминают дети: узнать прогноз погоды, посчитать что-то с помощью калькулятора. Вызывают уважение единичные высказывания детей о том, что можно учиться и работать с помощью гаджета.

Только один ребенок сообщил, что гаджетом можно пользоваться всегда с папой. Это тот же ребенок, который ранее говорил о том, что с помощью гаджета можно учиться и что они с папой вместе наблюдают за хоккейными играми. Все остальные дети самостоятельно просматривали фильмы и играли. Никто не рассказал, как после просмотра фильма было его обсуждение, как родители интересовались результатами игры или достижениями ребенка в этом. Один ребенок, возможно, пересказывая слова родителя, сообщил: «Гаджеты нужны для того, чтобы родители отдохали, когда дети играют».

Более того, в тех случаях, когда дети сообщали экспериментатору, что их что-то напугало в игре или в Интернете, на уточняющий вопрос: «Ты сообщил об этом кому-то, например, родителями?» – дети всегда отвечали, что они этого не делали, потому что тогда «отнимут гаджет и запретят играть». Одна девочка даже рассказала, что однажды очень испугалась и бросила гаджет, но отказалась рассказать экспериментатору, что она увидела в Интернете. В любом случае, многие дети не обращаются к родителям за помощью и разъяснениями, но самостоятельно перерабатывают эту информацию. Все свидетельствует о том, что чаще всего гаджет дается ребенку, чтобы освободить время родителя, а не для общения с ребенком с определенной целью.

В обзоре М. Андхайм, в котором анализируются результаты 199 исследований, сообщается следующий факт: педагоги детского сада обнаружили, что дети с трудом описывают активность с гаджетами, которую они осуществляют дома (Undheim, 2022). Это связано с тем, что дети играют самостоятельно и некому словами объяснить происходящее, описать более глубокие уровни содержания, чем то, что может считать ребенок. Это же наблюдали и мы в данном исследова-

нии, когда ребенок мог описать только некоторые действия в игре или героев мультфильма, но не помнил ни название, ни полный сюжет, ни тем более смысл или содержание.

В настоящий момент трудно сделать выводы о последствиях этого явления, но важно констатировать, что это весьма распространенный феномен.

Другой момент, значимый для обсуждения, — это безопасность ребенка в Интернете. Большинство родителей опрошенных детей решают эту проблему следующим образом: ребенку запрещается нажимать на определенные иконки. Но при этом многие дети пребывают на «YouTube» и даже сталкиваются со страшным для них содержанием. При этом они боятся обращаться к взрослым в связи с произошедшим, потому что опасаются запрета на пользование гаджетом. Непереработанный опасный (страшный) контент живет в ребенке, в той или иной мере отражаясь на его поведении. В то же время взрослый, не знающий об этом, не может помочь ребенку.

Необходимо широкое обсуждение затронутой проблемы как в психологическом сообществе, так и с родителями. Гаджет — инструмент, который позволяет выстроить коммуникацию «ребенок–взрослый», но именно эта функция чаще всего игнорируется взрослым, что ухудшает общий коммуникативный климат в семье, когда ребенок боится сообщать родителям о проблемах в цифровом пространстве, предпочитая с этим жить, чем лишиться гаджета. Отсутствие доверительности лишает ребенка возможности обсуждать происходящее в цифровом пространстве и получать защиту от потенциальных опасностей.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* О закономерностях элементарной познавательной деятельности. М.: Изд-во АН СССР, 1961.
- Анцыферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Николаева Е. И., Исаченкова М. Л.* Особенности использования гаджетов детьми до четырех лет по данным их родителей // Комплексные исследования детства. 2022. Т. 4. № 1. С. 32–53.
- Пиаже Ж.* Речь и мышление ребенка. М.: Педагогика-Пресс, 1994.
- Liberman D. A.* Learning and memory. N. Y.: Cambridge University Press, 2021.
- Mares M. L., Bonus J. A., Peebles A.* Love or comprehension? Exploring strategies for children's prosocial media effects // Communication Research. 2021. V. 49 (6). P. 763–791. doi: 10.1177/0093650218797411
- Marulis L. M., Nelson L. J.* Metacognitive processes and associations to executive function and motivation during a problem-solving task in 3–5-year-

old // *Metacognition and Learning*. 2021. V. 16 (1). P. 207–231. doi: 10.1007/s11409-020-09244-6

*Nikolaeva E. I., Kalabina I. A., Progackaya T. K., Ivanova E. V.* Ground rules for preschooler exposure to the digital environment: A review of studies // *Psychology in Russia*. 2023. V. 16 (4). P. 37–54.

*Richert R. A., Robb M. B., Smith E. I.* Media as social partners: The social nature of young children's learning from screen media // *Child Development*. 2011. V. 82 (1). P. 82–95. doi: 10.1111/j.1467-8624.2010.01542.x

*Undheim M.* Children and teachers engaging together with digital technology in early childhood education and care institutions: a literature review // *European Early Childhood Education Research Journal*. 2022. V. 30 (3). P. 472–489. doi: 10.1080/1350293X.2021.1971730

## **О роли целостности в сохранении устойчивости личности\***

*М. М. Одинцова*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

В данной статье представлен обзор современных исследований и подходов к обоснованию взаимосвязи целостности и устойчивости личности. Отмечен вклад Л. И. Анцыферовой в разработку проблемного поля целостности личности как целостной системной организации человека. Описаны результаты пилотажного исследования устойчивости личности. В нем приняли участие 120 человек, средний возраст составил 20 лет ( $SD = 7,1$ ). Получена трехкомпонентная модель, где отдельно выделен фактор «Устойчивость как внутреннее чувство равновесия» (обобщивший суждения о чувстве согласия с собой, внутренней гармонии, самоидентичности, внутреннего равновесия). Содержание полученного компонента устойчивости личности как ощущения внутреннего равновесия косвенно подтверждает наличие связи целостности и устойчивости личности. Результаты позволяют выдвинуть гипотезу о целостности как критерии устойчивости личности и гипотезу о прямой корреляции между поддержанием целостности личности и обеспечением ее устойчивости.

*Ключевые слова:* целостность, устойчивость личности, гармония, равновесие, согласованность, связность.

---

\* Исследование поддержано РНФ, грант № 24-18-00308 «Процессуальная модель целостности личности: теоретическое обоснование и эмпирические референты».



## Введение

В современном проблемном поле психологии личности особое внимание исследователей все чаще привлекает феномен целостности личности. Среди ряда причин повышенной заинтересованности данной темой некоторые исследователи указывают на специфику жизненной реальности в условиях современного глобализирующегося и информационного общества. В данных условиях транзитивности, ускоренных темпов изменчивости современного общества особенно значимой становится проблема сохранения целостности личности, что обусловлено тем, что наряду с жизнестойкостью, критическим мышлением и осознанностью именно целостность личности актуализирует адаптационный потенциал в условиях непрерывных социокультурных трансформаций. При этом целостность как феномен, содержательно определяющийся зачастую через внутреннюю связность, единство, в зарубежном дискурсе через когерентность и интеграцию, отражен в трудах ученых практически всех направлений исследования личности: психодинамического, гуманистического, экзистенциального подходов. Отдельно следует рассматривать целостность личности через призму процессуального подхода (Гришина, 2021), где данное понятие определяется как сохранение в определенном состоянии динамического равновесия двух сопряженных, воздействующих друг на друга тенденций, а именно тенденций к стабильности (стремление к стабильности) и изменчивости личности (готовности к изменениям).

Схожие позиции по отношению к целостности в своих научных трудах описывала еще Л. И. Анцыферова, где целостность представляется как важное понятие, исследуемое во взаимосвязи с многоаспектностью проявлений жизненного пути, и рассматривается в русле системного подхода через диалектику целого и его частей.

Во-первых, целостность изучается в рамках исследования вопросов возрастной психологии. Одной из важных задач в период поздней зрелости в процессе онтогенеза является принятие своего жизненного пути, где концепция жизненного пути описывается не только как принятие ценностей, наличие смысла жизни, жизненной цели и временной перспективы (через способность человека отражать свою жизнедеятельность), но и как отношение к жизни в качестве целостного явления (триединство прошлого, настоящего и будущего).

Во-вторых, принцип целостности рассматривается Л. И. Анцыферовой и в описании общей концепции развития личности. Процесс развития представляется как целостный диахронический объект, который можно описать через системность его свойств (что говорит

о неразрывности данного процесса в дроблении на отдельные стадии, а также подтверждает принципы преемственности и неразрывности в нем). Таким образом, интеграция частей целостной системы — одна из главных тенденций в развитии личности (Анцыферова, 1981).

В-третьих, понятие целостности анализируется в трудах, посвященных вопросам психического: подчеркивается необходимость соотношения психического с целостной и системной организацией, а именно — взаимосвязь способов, средств и, безусловно, механизмов включения в мир природы и общества человека сознающего и действующего (Анцыферова, 1982).

Таким образом, поведение и деятельность человека регулируются всеми уровнями психической системы сразу, поэтому целостность и устойчивость поведения зависят не только от отдельных характеристик эмоциональной, интеллектуальной и волевой сфер, но и от работы всей психической системы в целом (Анцыферова, 1980).

Целостность и устойчивость личности во множестве трудов отечественных современных ученых являются дополняющими друг друга феноменами. Их взаимосвязь может подтверждаться статистикой публикационной активности за последние годы. Так, исходя из сведений, опубликованных на сайте eLibrary (дата обращения 10.04.2024) за последние пять лет (с 2019 по 2024 г.), обнаружено 111 научных трудов, где фигурирует взаимосвязь понятий целостности и устойчивости в психологическом дискурсе. При этом динамика публикационной активности в данном направлении сохраняется, и даже можно говорить о незначительном увеличении численности: 2019 г. — 21 публикация; 2020 г. — 21; 2021 г. — 20; 2022 г. — 24; 2023 г. — 24; 2024 г. — 1.

Специфика связи устойчивости и целостности личности описывается в исследованиях теоретико-методологических и прикладных аспектов психологической науки.

Многими современными психологами устойчивость определяется как важная подсистема, способствующая сохранению целостности личности. Поскольку устойчивость описывается через призму самоорганизующихся процессов и систем, то являет собой содержание неразрывной диалектической связи тенденций личности к стабильности и изменчивости. Сопряженность данных тенденций проявляется в устойчивости, которая не позволяет нарушить целостность личности, сохраняя их баланс, гармоничность, согласованность. Таким образом, нарушение целостности может быть критерием неустойчивости личности (Костромина, Гришина, 2023). При этом устойчивость может рассматриваться еще и в конкретных условиях развития культуры и опыта через сохранение и понимание ценности культурного ка-

питала. В таком ракурсе рассмотрения взаимосвязи вышеупомянутых понятий гармония между устойчивостью и изменчивостью позволяет сохранять целостность личности именно в ситуациях множественных и кардинальных трансформаций социума (Марцинковская, 2022).

В практической деятельности психолога также распространено описание взаимосвязей устойчивости и целостности. Наиболее часто их связывают при описании конкретных практических техник в работе, — например, при работе с мандалами (Макеева, 2019). Некоторыми авторами научных трудов отмечается, что при проведении психологического тренинга, направленного на развитие субъектных свойств, значимых для гармонизации индивидуальности, в ходе учебно-профессиональной деятельности важным является измерение процессов гармонизации личности, однако подчеркивается, что работа с внутренней гармонизацией образа Я является более сложной, в отличие от изменения поведенческих стереотипов, где коррекция происходит более явно (Плетнева, 2021). Таким образом, работа с гармонизацией образа Я приводит к укреплению целостности структуры индивидуальности в условиях исследования личности в образовательной среде, что согласуется с описанием принципа развития по Л. И. Анцыферовой, отмечавшей необходимость учитывать состояние личности клиента как системы: если он находится в состоянии равновесия, можно стимулировать его к развитию.

Таким образом, с одной стороны, устойчивость может быть маркером для сохранения целостности личности, с другой — в практико-ориентированных трудах описывается и через гармонию индивидуальности, сферы Я.

Наше исследование устойчивости личности позволило дать частичный ответ о связности данного феномена с целостностью.

## **Методы и выборка исследования**

В ходе пилотажного исследования с целью апробации разрабатываемого инструментария по изучению устойчивости личности нами был применен авторский опросник, состоящий из 125 суждений (об отношении к изменениям, стабильности, об устойчивости в трудных жизненных ситуациях и устойчивости как внутренней гармонии). Суждения подразумевали их оценку по шкале Лайкерта.

В исследовании приняли участие люди, увидевшие объявление о добровольном анкетировании в социальных сетях.

Выборку составили 120 человек в возрасте 18–28 лет. Средний возраст испытуемых 20 лет ( $SD = 7,1$ ), из них 111 женщин и 9 мужчин. Респонденты представляют различные регионы России.

Для более точного определения структуры взаимосвязей между переменными, относящимися к содержанию устойчивости личности, из анализа 125 переменных были исключены неоднозначно оцененные экспертами. Таким образом, факторный анализ 80 утверждений (на основе вопросов авторского опросника) позволил выделить 8 факторов. Для выделения факторов использовались: метод главных компонент, метод вращения – облимин с нормализацией Кайзера. Вращение сошлось за 46 итераций. Они позволяют объяснить более 44,2% совокупной дисперсии.

Далее для уточнения структуры разрабатываемой методики был проведен повторный факторный анализ 27 суждений (были исключены суждения с низкими значениями (менее 0,4) в соответствии с матрицей факторных нагрузок шестифакторной модели, а также исключения фактора 3 (кроме утверждений на устойчивость как равновесие) и фактора 6 (ввиду разрозненности суждений в соотношении с категорией, определяемой экспертной оценкой). Выявлена трехфакторная структура. Для выделения факторов использовались: метод главных компонент, метод вращения – облимин с нормализацией Кайзера. Вращение сошлось за 6 итераций. Они позволяют объяснить более 42,7% объясненной совокупной дисперсии.

### **Основные результаты исследования**

Выделенная факторная структура позволила описать компоненты отношения к изменениям, отношения к постоянству, а также устойчивости как чувства внутреннего равновесия.

На последний следует обратить особо пристальное внимание. Фактор «Устойчивость как внутреннее чувство равновесия» ( $\alpha$  Кронбаха 0,774, 9 суждений вошли в данный фактор) по содержанию связан с внутренней гармонией как связность направленности на изменения и направленности на стабильность. Фактор взаимосвязан на основе корреляционной матрицы с компонентом модели о направленности на изменения (0,189) и с компонентом о направленности на стабильность (0,228).

В данный компонент вошли суждения о чувстве согласия с собой, внутренней гармонии, самоидентичности, внутреннем равновесии. Среди примеров суждений можно выделить следующие: «У меня есть чувство того, что я живу в согласии с собой»; «Несмотря на все сложности жизни, у меня есть чувство какой-то внутренней гармонии»; «По сравнению с другими людьми, я умею сохранять внутреннее равновесие в самых сложных ситуациях».

Полученные данные частично подтверждают роль гармонии в структуре устойчивости и вероятной, на основе вошедших сужде-

ний, связи с целостностью, т. е. устойчивость можно определять через внутреннюю гармонию личности, где сохранение гомеостаза и согласованности тенденций к изменчивости и к стабильности позволяет обеспечивать целостность личности.

## **Заключение**

Обобщив все вышеописанное, необходимо сделать промежуточные выводы о потенциальной значимости связи устойчивости и целостности личности, а также о перспективах изучения целостности как основы устойчивости личности.

Обратившись к трудам отечественных психологов, можно говорить о важности учета принципа целостности в системном и процессуальном подходе к изучению личности (в том числе о целостном подходе к развитию личности, ее самотрансценденции). Ее функциональная роль заключается в согласовании всех механизмов и систем, при этом также можно полагать, что еще предстоит доказать направленность взаимосвязи устойчивости и целостности личности. Однако важным является вывод о рассмотрении устойчивости как внутреннего равновесия, которое демонстрирует внутреннюю целостность, согласованность тенденций и мотивов.

В дальнейших исследованиях важным аспектом разрабатываемой теоретической модели целостности личности станет более обширное методологическое и эмпирическое обоснование функциональной значимости целостности для поддержания устойчивости личности. С этой целью, согласно процессуальному подходу, интегральные личностные образования, такие как устойчивость, будут рассмотрены как производные от внутренней связанности тех или иных личностных характеристик и применены для раскрытия феноменологии переживания и нарушения целостности.

## **Литература**

- Анциферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1980. Т. 1. № 2. С. 52–60.
- Анциферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / Отв. ред. Л. И. Анциферова. М.: Наука, 1981. С. 3–19.
- Анциферова Л. И.* Методологические принципы и проблемы психологии // Психологический журнал. 1982. Т. 3. № 2. С. 3–17.
- Гришина Н. В.* Процессуальный подход: устойчивость и изменчивость как основания целостности личности // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 3. С. 39–51. doi: 10.31857/S020595920014166-8

- Костромина С. Н., Гришина Н. В.* Устойчивость личности: концепт и феноменология // Вопросы психологии. 2023. Т. 69. №4. С. 16–29.
- Макеева А. П.* Мандалы как отражение психического состояния и внутреннего мира человека // Прикладная психология и психоанализ. 2019. № 1. С. 10.
- Марцинковская Т. Д.* Целостность личности в контексте эстетической парадигмы // Вестник РГГУ. Сер. «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 2. С. 14–25. doi: 10.28995/2073-6398-2022-2-14-25
- Плетнева Ю. С.* Психологическая устойчивость личности в студенческом возрасте // Гуманитарный вестник (Горловка). 2021. № 14. С. 92–98.

## **Реакции подростков на стресс военного времени\***

*А. Г. Самохвалова, О. Н. Вишневская, Н. С. Шипова*

Костромской государственной университет, Кострома

Социокультурный контекст гибридной войны, сочетающий военные и невоенные способы деструктивного воздействия на личность, является мощным травмирующим фактором, подвергаящим риску процесс социализации подрастающего поколения. Целью исследования стало выявление вариативных реакций на стресс военного времени у подростков, проживающих в очагах военных действий (Луганская народная республика,  $n=47$ ) и в относительной удаленности от них (Костромская область,  $n=97$ ). Проверялась гипотеза о существовании половых и возрастных различий реакций на травматический стресс военного времени. Установлено, что территориальная близость места проживания подростка к эпицентру военного конфликта усиливает тяжесть реакций на травматический стресс, формируя специфический образ «опасного мира». Более сильная реакция на травматические события выявлена у девушек, а также у подростков выпускных классов.

*Ключевые слова:* стресс военного времени, реакции на травматический стресс, образ мира, подростки, половые различия.

Переживание войны является сильнейшей психической травмой, особенно для ребенка (Барышева, 2016). Л. И. Анцыферова говорила об острой необходимости изучения тематики реагирования на стресс

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РНФ в рамках научного проекта № 24-28-00725 «„Дети эпохи гибридной войны“: трудности социализации, образ будущего, ресурсы психологического благополучия».

и травматичные события, о важности анализа их психологических последствий, а также стратегий совладания с ними (Анцыферова, 2006). А. П. Ковалевская относит вооруженные конфликты к третьему типу экстремальности (крайняя степень психического напряжения, невозможность реализации привычной деятельности) и рассматривает их как причину различных патологических состояний, ухудшения здоровья и психической устойчивости (Ковалевская, 2020).

Дети, пережившие военные действия, могут иметь сложности психологического, социального, педагогического характера (Спиридонова и др., 2023); затруднения в процессе адаптации (Малкина-Пых, 2005). Сложность детского восприятия ситуации военного конфликта в том, что ребенок является незащищенным от неблагоприятного влияния экстремальной военной ситуации (Морозова, Венгер, 2003), поскольку в силу своих возрастных характеристик не способен самостоятельно проработать и проанализировать ситуацию (Ковалевская, 2020).

Эмоциональное реагирование первично включается в контексте воздействия события и демонстрирует стрессовую реакцию (Малкина-Пых, 2005). Реакция ребенка на травматическое событие детерминирована несколькими факторами:

- тяжестью ситуации, спецификой травмы, возрастом и психофизиологическими особенностями пострадавшего, предпочитаемыми копинг-стратегиями (Foa et al., 2009);
- развитостью нервной системы, психологической зрелостью, уровнем когнитивных способностей, темпераментальными особенностями (Морозова, Венгер, 2003);
- успешностью когнитивного оценивания трудной ситуации, которая зависит от «уверенности человека в своей способности контролировать окружающий мир, умения регулировать негативные чувства и аффекты, от способности актуализировать весь свой жизненный опыт и уверенности в помощи других людей» (Анцыферова, 2006, с. 337);
- ролью взрослого человека как «образца» переживания эмоций (Овчаренко, 2014).

*Целью* исследования стало выявление реакций на стресс военного времени у подростков, проживающих в очагах военных действий и в относительной удаленности от них. Проверялась гипотеза о существовании половых и возрастных различий реакций на травматический стресс.

Совокупная выборка составила 144 подростка. Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе в нем приняли участие 94 респондента в возрасте от 15 до 17 лет ( $M = 16,3$ ), различающихся по сте-

пени близости проживания к эпицентрам военных действий. Группа состояла из двух подгрупп: 1) подростки, проживающие с начала специальной военной операции по настоящее время в эпицентрах военного конфликта, обучающиеся в общеобразовательных школах Луганской народной республики (ЛНР), приехавшие в июле 2023 г. по программе гуманитарной поддержки в летний оздоровительный лагерь Костромского государственного университета – 47 человек (18 юношей, 29 девушек); 2) подростки, проживающие и обучающиеся в общеобразовательных школах г. Костромы, отдохавшие в августе 2023 г. в загородных летних оздоровительных лагерях Костромской области – 47 человек (15 юношей, 32 девушки).

На втором этапе исследования для оценки особенностей влияния трагических событий, произошедших в марте 2024 г. в Москве (террористический акт в концертном зале «Крокус Сити Холл», унесший множество жизней), нами была сформирована выборка из 50 костромских школьников в возрасте от 15 до 17 лет (23 юноши, 27 девушек). Гипотетически мы предположили, что угроза жизни по мере ее территориального приближения усиливает тяжесть реакций на травматический стресс войны.

Диагностический инструментарий включал в себя методику «Детская шкала для диагностики тяжести реакций на травматический стресс» (Р. Пинос, А. Стейнберг, 2002) и методику «Мир, в котором я живу... Какой он?» (М.А. Одинцова, 2013), являющуюся модификацией теста И. А. Буровихиной.

Статистическая обработка эмпирических данных проводилась с помощью программы SPSS Statistics v. 19.0. Для выявления взаимосвязей переменных осуществлялся корреляционный анализ Спирмена, для определения взаимовлияния – регрессионный анализ, с целью оценки достоверности различий применялся U-критерий Манна–Уитни.

В рамках исследования на первом этапе нами была проанализирована степень выраженности реакции на травматический стресс у подростков, различающихся по степени близости проживания к эпицентрам военных действий (ЛНР и Кострома). Полученные результаты позволили установить, что у школьников обеих групп наблюдаются отдельные реакции на травматический стресс. При этом в группе школьников из районов ЛНР реакция на травматический стресс выражена сильнее ( $M = 54$ ), чем в группе подростков, проживающих на отдаленных территориях ( $M = 45$ ).

Анализ результатов позволил также установить различия в степени выраженности реакций на травматический стресс у подрост-



ков, различающихся по степени близости проживания к эпицентрам военных действий. В выборке школьников из ЛНР у 70% подростков наблюдается выраженность реакций на травматический стресс. Подростки отмечали, что испытывают страх за собственную жизнь и жизнь близких, что приводит к развитию таких симптомов травматического стресса, как нарушения сна и постоянное чувство тревоги. Они «вздрагивают, когда слышат резкий звук или происходит что-то неожиданное», часто «бывают в плохом настроении, сердятся или гnevаются», у трети опрошенных «возникает страх, что случившееся может повториться в будущем». Причем все эти симптомы связаны со стрессом военного времени.

У школьников из Костромы, принявших участие в первой исследовательской серии, наблюдалась выраженность реакций на травматический стресс лишь в 17% случаев. Они, в свою очередь, достаточно часто «плохо (негативно) думают о своем будущем» и чувствуют, что в происходящих событиях «есть часть их вины». При этом подросткам могут сниться страшные сны. Однако источник травматизации в данном случае не очевиден, поскольку негативный образ будущего и ситуативно возникающее чувство вины являются нормативными проявлениями подросткового возраста, которые могут быть связаны с межличностными конфликтами, переживанием одиночества, буллингом и др.

Однако вторая серия исследования, которая была проведена через неделю после трагических событий в Москве, показала, что степень выраженности реакции на травматический стресс у костромских школьников значимо возросла. Высокая степень реакции на травматический стресс была отмечена уже у 65% подростков; различий с луганскими подростками выявлено не было. Следовательно, школьники, проживающие в отдаленных от очагов военных действий регионах, не воспринимали ситуацию угрозы жизни и здоровью как реальную до тех пор, пока территориально она не «приблизилась» к ним, не стала предметом разговоров и переживаний их близких и друзей. Трагические события в Москве актуализировали чувствительность подростков к признакам угрозы на территории собственной страны, появился страх за свою жизнь и жизни близких, возникло осознание того, что война «не далеко», а «рядом», и что потери и разрушения войны весьма реалистичны. Полученные данные согласуются с результатами исследований, в которых установлено, что подростки, живущие на отдаленных от зон конфликта территориях, могут испытывать повышенные реакции на травматический стресс после трагических событий (теракты, массовые стрельбы в школах) в их собст-

венной стране, в непосредственной близости от места проживания (Thoresen et al., 2012).

Кроме того, результаты исследования позволили установить, что более сильна реакция на травматические события военного конфликта у девушек, чем у юношей (первая серия исследования  $U = 795,5$ ;  $p = 0,03$ ; вторая –  $U = 731$ ;  $p = 0,005$ ). Это соотносится с исследованиями, в которых доказано, что женщины более эмоциональны, чувствительны к стрессу, чем мужчины, и вследствие этого менее устойчивы по отношению к экстремальным ситуациям (Быховец, Тарабрина, 2010).

При этом у девушек из Костромы в большей степени выражены следующие реакции: «...когда что-то напоминает мне о том, что произошло, я становилась беспокойной, испуганной или грустной» ( $M = 3,9$ ), «даже когда я не хотела думать об этом, мне приходили в голову грустные мысли, образы или звуки» ( $M = 3,7$ ). Девушки, проживающие в ЛНР, старались «не разговаривать о том, что случилось, не думать об этом и не испытывать чувств, связанных с теми событиями» ( $M = 3,8$ ), многие из них отмечали, что им «хотелось находиться в одиночестве, без друзей» ( $M = 3,8$ ), некоторые «вздрагивали или подпрыгивали на месте, когда слышали резкий звук или происходило что-то неожиданное» ( $M = 3,4$ ).

У 29% юношей из Костромы выражена реакция на травматический стресс, но она меньше по степени интенсивности, чем в группе девушек ( $M = 50$ ). Школьники также отмечают «потребность в одиночестве» и, как подростки из ЛНР, говорят о том, что в последнее время «старались не разговаривать о том, что случилось, не думать об этом и не испытывать чувств, связанных с теми событиями» ( $M = 3,8$ ). Однако, в отличие от юношей из Костромы, школьники из ЛНР, как и девушки, часто «вздрагивали или подпрыгивали на месте, когда слышали резкий звук или происходило что-то неожиданное» ( $M = 3,3$ ).

Высокая степень реакции на травматический стресс у девушек связана с низкой оценкой эмоционального ( $R = -0,6$ ;  $p = 0,00$ ), волевого ( $R = -0,5$ ;  $p = 0,00$ ) и когнитивного ( $R = -0,6$ ;  $p = 0,00$ ) компонентов образа мира. Реакция на стресс у девушек также предсказывает снижение восприятия эмоционального компонента ( $\beta = -0,5$ ;  $R^2 = 0,2$ ;  $p = 0,00$ ). При высокой степени выраженности реакции на травматические события мир воспринимается девочками-подростками как грустный, безнравственный и опасный. Возможно, в связи с этим они оказываются более восприимчивы к стрессу, поскольку их мироощущение уже наделено негативным контекстом, что, в свою очередь, может делать их более уязвимыми к другим стрессам и трудным ситуациям.

Интересно то, что школьники из ЛНР воспринимают мир более изменчивым, наполненным смыслом, отмечают большую зависимость мира от собственной активности, с оптимизмом смотрят в будущее. Это позволяет им поддерживать достаточный уровень психологического благополучия, используя свою веру в лучшее и в себя как эффективные копинг-стратегии.

При анализе возрастных различий было отмечено, что у обучающихся десятых классов менее выражена степень реакции на травматические события, по сравнению с учениками девятых ( $U = 372$ ;  $p = 0,02$ ) и одиннадцатых классов ( $U = 380$ ;  $p = 0,01$ ). Возможно, это связано с тем, что подростки находятся в более стабильном периоде онтогенеза и в меньшей степени испытывают академический и социальный стресс, связанный со сдачей экзаменов и выбором жизненного пути (возможно, переездом), что позволяет им использовать когнитивные и эмоциональные ресурсы для преодоления стресса военного времени. Беседы со школьниками показывают, что старшие подростки более осведомлены о войне и ее последствиях, что может также привести к более интенсивным реакциям на стресс. Кроме того, в отличие от девятиклассников, у старшеклассников уже есть опыт преодоления трудностей, что способствует формированию у них восприятия мира как динамичной, активной и «дарящей опыт» среды.

Подводя итог, можно отметить, что подростки в военное время сталкиваются с целым рядом стрессоров и травмирующих событий, которые оказывают существенное влияние на их психологическое здоровье и благополучие. Территориальная близость места проживания подростка к очагу военного конфликта усиливает тяжесть его реакций на травматический стресс, формируя специфический образ «опасного мира». Девушки более склонны испытывать тревогу и стресс, чем юноши. При этом, независимо от пола, подростки в стрессовых ситуациях испытывают потребность в одиночестве и могут быть не готовы открыто обсуждать свои тревоги и страхи. Обучающиеся десятых классов менее уязвимы к стрессу военного времени, чем девятиклассники и одиннадцатиклассники, у которых стресс военного времени усиливается социально-академическими стрессами.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Барышева Е. И.* Психологические особенности эмоциональных переживаний беженцев из зоны боевых действий // Пензенский психологический вестник. 2016. № 1. С. 63–83.

- Быховец Ю. В., Тарабрина Н. В.* Психологическая оценка переживания террористической угрозы: Руководство. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010.
- Ковалевская А. П.* Влияние экстремальной ситуации военного конфликта на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста // Вестник ВятГУ. 2020. № 2. С. 142–149.
- Малкина-Пых И. Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М.: Эксмо, 2005.
- Морозова Е. И.* Организация психологической помощи в чрезвычайных ситуациях // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2003. № 2 (3). С. 60–62.
- Овчаренко Л. Ю.* Система психологической помощи детям беженцев // Системная психология и социология. 2014. № 12. С. 13–15.
- Спиридонова С. Б., Карпушова О. А., Шубина А. С.* Психолого-педагогические особенности детей, переживших военные действия, и их учет в работе педагога // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. 2023. № 3. С. 80–88.
- Foa E. B., Chrestman K. R., Gilboa-Schechtman E.* Prolonged exposure therapy for adolescents with PTSD: Emotional processing of traumatic experience: Therapist guide. N. Y., 2009.
- Thoresen S., Aakvaag F. H., Wentzel-Larsen T., Dyb G., Hjemdal K. O.* The day Norway cried: Proximity and distress in Norwegian citizens following the 22<sup>nd</sup> July 2011 terrorist attacks in Oslo and on Utya Island // European Journal of Psychotraumatology. 2012. V. 3 (1). doi: 10.3402/ejpt.v3i0.19709

## **Ресурсность педагогического мышления в условиях непрерывного образования\***

*И. В. Серафимович\*, А. В. Вторушина\*\**

\* Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль

\*\* Институт развития образования, Ярославль

Публикация посвящена вопросам ресурсности педагогического мышления. Обращено внимание на один из современных вариантов «коллективных форм непрерывного образования», которые Л. И. Анцыферова рассматривала как условия для постоянной интеллектуальной актив-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00518. URL: <https://www.rscf.ru/project/24-28-00518>.

ности и возможности перехода мышления на новый уровень развития. Авторы делают акцент на том, что для педагогов конкурсное движение является одной из наиболее эффективных форм непрерывного неформального профессионального образования, предоставляющего возможности для личного, профессионального и социального развития. На основе анализа проведенных эмпирических исследований выделены общие и специфические особенности ресурсности мышления молодых педагогов, принимающих участие в конкурсах профессионального мастерства. Делаются выводы и обозначаются взаимосвязи ресурсности мышления педагогов и эффективности неформального непрерывного образования.

*Ключевые слова:* непрерывное профессиональное образование, конкурсы профессионального мастерства, социальная идентичность, молодые педагоги, ресурсность мышления, понимание, психологическая система деятельности.

Утверждение, что непрерывность профессионального образования является ключевым условием для стабильного экономико-технологического и социально-культурного развития России, не только аксиоматично, но и постоянно верифицируется на научном, эмпирическом и практическом уровнях. Вместе с тем на разных этапах развития появляются новые фокусы внимания, требующие трансформации и модернизации имеющихся подходов, принципов, технологий и методик (Концепция..., 2023; Методология..., 2022), направленности на обобщение и интеграцию известных теорий с современными концепциями и результатами новейших и наиболее актуальных на данный момент научных работ (Научные подходы..., 2023). Необходимо отметить, что в новом Указе президента РФ о национальных целях развития Российской Федерации на ближайшие годы как одна из важных национальных целей обозначена «реализация потенциала каждого человека, развитие его талантов, воспитание патриотичной и социально ответственной личности», при этом одним из показателей реализации данной цели выступает «формирование к 2030 году современной системы профессионального развития педагогических работников для всех уровней образования» (О национальных..., 2024). Важные акценты в вопросах государственной политики в области образования в условиях первостепенности сохранения и развития единого образовательного пространства России обуславливают потребность в осознании отечественного психолого-педагогического наследия, что позволит, в свою очередь, по-новому решать возникающие прикладные задачи.

Одним из ученых с широкой областью профессиональных интересов можно по праву считать Людмилу Ивановну Анцыферову, которая в своих трудах затрагивала в том числе проблему непрерывного профессионального образования личности как саморазвивающейся системы (Анцыферова, 1980). С ее точки зрения, «непрерывное образование должно не просто способствовать усвоению новых знаний или новой системы знаний. Оно должно обеспечить подъем интеллекта человека на более высокий уровень, а главное — обеспечить переход целостной личности на новые уровни развития... сделать личность готовой не только успешно следовать за ускоряющимся темпом общественного развития, но и в какой-то мере опережать, предвосхищать новые социальные требования» (там же, с. 54). Автор делала акцент на том, что непрерывное образование необходимо для развития личности в течение всей жизни, а не только в период юности и периоды, предшествующие ей.

Л. И. Анцыферова особое внимание обращала на два аспекта непрерывного образования взрослых. Во-первых, оно связано с социальной идентичностью, во-вторых, должно реализовываться в формах, отличных от образования детей, это должны быть «коллективные формы непрерывного образования, включающие встречи профессионалов разного профиля, небольшие „круглые столы“, симпозиумы „малых форм“, — и всё это не только в области науки, но и применительно к самым разным профессиям, а также в общеобразовательном плане» (там же, с. 55).

Большое значение имеет наличие не только процессуальных, но и результативных характеристик в непрерывном профессиональном образовании. Для этого целевые ориентиры государственного уровня должны преобразоваться как минимум в личностно значимые цели и мотивы. В свою очередь для достижения тех или иных целей и реализации мотивов должно быть изначальное понимание целостности, сути и предлагаемых промежуточного и конечного результатов конкретно для каждого субъекта — педагога или руководителя образовательной организации. Иными словами, ключевым условием достижения результатов деятельности является понимание. При этом одним из наиболее разработанных подходов к пониманию является рассмотрение «понимаемого для успешности деятельности, возможности достижения личностно-значимых целей. Понимание должно относиться ко всем компонентам... деятельности <...> Понимание в деятельности и через деятельность является узловым вопросом в педагогике <...> Важной закономерностью в организации понимания является его непрерывность» (Шадриков, 2021, с. 180). Несмотря

на то, что В. Д. Шадриков рассматривает понимание применительно к учебной деятельности школьников и студентов, потенциал концепции позволяет переносить основные закономерности с высокой долей вероятности и на процессы обучения взрослых — андрагогику. При этом закономерно возникает вопрос: кто и как при непрерывном образовании взрослых (педагогов) фиксирует непонимание? Как его преодолевать? Как прояснять причины непонимания?

Одним из вариантов решения данной задачи на государственном уровне является активное развитие такого вида неформально-непрерывного профессионального образования, как конкурсное движение. Конкурсы профессионального мастерства для педагогических работников и управленческих кадров, в том числе и для молодых педагогов, являются передовой, интерактивной, «коллективной» формой неформального непрерывного профессионального образования, в большинстве случаев инициируются Министерством просвещения РФ. Конкурс представляет собой состязание, своеобразное психолого-педагогическое многоборье, и в этом смысле не является принципиально новой формой непрерывности профессионального образования в целом для различных профессиональных сфер (спорт, культура, здравоохранение, экономика). Но дело в том, что в педагогической деятельности сам феномен конкурсного движения приобретает принципиально новые свойства — первостепенными являются не победа отдельного педагога, а те профессиональные и личностные изменения и новообразования у участников конкурса, их наставников, членов жюри и экспертного сообщества, которые формируют новое смысловое поле, согласуют взгляды, объединяют идеи для формирования единого образовательного пространства в РФ. Иными словами, создаются предпосылки для трансформации и изменений, в соответствии с новыми задачами государственной политики в области образования, составляющими психологическую систему деятельности, которая включает цели, мотивы, программу деятельности и ее информационную основу, процесс принятия решений и профессионально важные качества (Серафимович, 2023).

Рассматриваемый нами конкурс для начинающих свою деятельность педагогических кадров представляет собой «встречу» молодых специалистов (конкурсантов) и опытных профессионалов (членов жюри). Формы конкурсных испытаний носят не только демонстрационный, но и дискуссионный характер (вопросы членов жюри, вопросы конкурсанта, обсуждение в рамках круглого стола). Таким образом, конкурсы профессионального мастерства представляют собой такую форму непрерывного образования, которая интегрирует в себе

предметное (непосредственно профессиональное) и метапредметное, а также социально-личностное развитие (знакомство с педагогами, управленческими кадрами, с собственными проявлениями процессов и состояний при прохождении конкурса) молодых педагогов.

Вариант решения задачи понимания новых контекстов и смыслов педагогической деятельности на методологическом уровне возможен через использование концепции ресурсности мышления. Разработчики концепции полагают, что постоянное интеллектуальное напряжение при решении непрерывно возникающих профессиональных задач в деятельности в условиях социальных воздействий, цифровой трансформации может стать «когнитивным ресурсом, источником для мотивации, основой для профессионального и личностного развития, стимулом для освоения новых компетенций и профессионально важных качеств в условиях цифровизации среды» (Кашапов, Семенович, 2024, с. 4). «Ресурсность мышления – интеллектуальная способность к осмыслению, т. е. к нахождению новых смыслов в происходящем с целью трансформации условий проблемной ситуации в средства ее позитивного разрешения» (там же, с. 33).

Изучение ресурсности педагогического мышления в настоящее время реализуется в том числе и с помощью проведения ежегодных диагностических срезов среди участников регионального этапа Всероссийского конкурса «Педагогический дебют» (2018–2023). Общая выборка исследования составила 132 молодых педагога со стажем работы до 5 лет ( $M=2,47$ ;  $SD=0,5$ ), из них 87% женщин, 3% мужчин, 68% от общей выборки являются педагогическими сотрудниками городских образовательных учреждений, 32% – сотрудниками сельских образовательных учреждений. На разных этапах исследования были выделены особенности ресурсности профессионального мышления.

Прогностичность мышления (умение видеть конкурс в контексте всей профессиональной деятельности – ее прошлого, настоящего и будущего) и позитивность мышления в отношении к конкурсным испытаниям, членам жюри, детям, с которыми проводятся занятия, не только создает конструктивную основу для личностного и профессионального развития, но и повышает результативность участия в конкурсе, дает возможность получать более высокие баллы за конкурсные испытания ( $n=68$ ;  $t$ -критерий Стьюдента,  $p \leq 0,001$ ). Иными словами, понимание сути конкурсного движения и его роли в дальнейшей профессиональной деятельности позволяет рассматривать непрерывное образование как неотъемлемую составляющую целостной профессиональной деятельности молодых педагогов. При этом,



как справедливо замечает Л. И. Анцыферова, «переход мышления на новый уровень развития не ограничен рамками некой интеллектуальной элиты и не является прерогативой людей умственного труда. В то же время он и не функция определенного возраста самого по себе. Необходимым условием достижения такой стадии становления мышления выступает постоянная интеллектуальная активность личности в значимых для человека сферах жизнедеятельности» (Анцыферова, 1980, с. 54).

Концентрация профессионального педагогического мышления только на социальной роли педагога в стрессовых условиях конкурсных испытаний, своеобразных точках бифуркации профессиональной деятельности, связана с низкой эффективностью прохождения конкурсных испытаний ( $n = 23$ ;  $p$  для  $U \leq 0,05$ ), а полицентрация мышления и принятие себя в качестве носителей различных социальных ролей и использование их для успешного решения возникающих проблемных ситуаций – с высокой ( $n = 21$ ;  $p$  для  $U \leq 0,05$ ).

Специфические особенности ресурсности профессионального мышления касаются молодых педагогов, работающих в городских и сельских образовательных организациях. Надситуативность мышления у первых достигается за счет направленности на поиск новых возможностей, которые еще не были задействованы, умением развернуть ситуацию в свою пользу, извлечь выгоду, по-новому оценить уже имеющиеся профессиональные ресурсы ( $n = 42$ ;  $r = 0,331$ ,  $p \leq 0,05$ ), у вторых – через стратегию конструктивного преодоления своих профессиональных дефицитов ( $n = 25$ ;  $r = -0,416$ ,  $p \leq 0,05$ ), использование механизма позитивного реструктурирования профессионального опыта и новое отношение к возникшему затруднению в профессиональной деятельности (Серафимович, Вторушина, 2023).

Подводя итоги, хочется обратить внимание на неоднозначность и многогранность непрерывного профессионального образования и необходимость дальнейшего изучения ресурсности педагогического мышления в условиях «образования через всю жизнь». При этом очень высоким прогностическим потенциалом обладают размышления Л. И. Анцыферовой о том, что «изменение условий общественной жизни... может повлечь за собой сдвиги в психике, в сознании человека лишь путем преобразования его деятельности, каких-то звеньев в ее строении, взаимодействия человека с другими членами общества. Постепенно новый принцип организации деятельности человека становится принципом организации и функционирования его психических процессов, умственной деятельности и личностной системы» (История..., 1971, С. 78).

## Литература

- Анцыферова Л. И.* Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования // Психологический журнал. 1980. Т. 1. № 2. С. 52–60.
- История и психология / Под ред. Б. Ф. Поршнева, Л. И. Анцыферовой. М.: Наука, 1971.
- Кашапов М. М., Серафимович И. В.* Психология ресурсности мышления. Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2024.
- Концепция и вариативные модели построения региональных систем научно-методического сопровождения профессионального развития педагогических кадров / Под ред. А. В. Золотаревой, М. В. Груздева [и др]. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2023.
- Методология единого образовательного пространства подготовки педагогов / Под науч. ред. И. Ю. Тархановой. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2022.
- Научные подходы в современной отечественной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленской. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Указ о национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 г. и на перспективу до 2036 г. Указ от 7 мая 2024 г. URL: <http://kremlin.ru/events/president/news/73986> (дата обращения: 26.08.2024).
- Серафимович И. В.* Энтропия и синергетичность современного непрерывного психолого-педагогического образования // Теория и практика оптимизации образовательного процесса в вузе и школе: В 2 т. Т. 2 / Под ред. Е. В. Карповой. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2023. С. 216–228.
- Серафимович И. В., Вторушина А. В.* Особенности ресурсности профессионального мышления молодых педагогов, принимающих участие в конкурсах профессионального мастерства // Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований: Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 90-летию со дня рождения А. В. Брушлинского и 300-летию основания Российской академии наук (Москва, 12–14 октября 2023 г.). М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 605–609.
- Шадриков В. Д.* Понимание: концептуальные модели. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.

## **«Субъективный автобиографический опыт» в психотерапии: психометрические и энцефалографические корреляты\***

*И. Г. Скотникова, Ю. Л. Орли*

Институт психологии РАН, Москва

В работе исследуется взаимосвязь «сознание—мозг» в контексте психотерапии: при изучении объективных — энцефалографических и психометрических — коррелятов психотерапевтического процесса. Представлены результаты экспериментального исследования, где испытуемые получали различные психотерапевтические интервенции: когнитивно-поведенческие, эмоционально-образные, аналитические, инсайтно-ориентированные. Выявлены энцефалографические и психометрические корреляты четырех типов психотерапевтических интервенций. Проведен анализ сравнительной эффективности этих типов интервенций при терапии болезненного опыта, описаны и интерпретированы наблюдаемые реакции клиента на интервенции терапевта.

*Ключевые слова:* субъективный опыт, автобиографический опыт, нейрональные корреляты, психотерапия, когнитивные процессы, ДМО-подход.

### **Введение**

Категория «субъективный автобиографический опыт» исследовалась в философском, культурологическом, психологическом, психотерапевтическом, нейрофизиологическом аспектах (Alexandrov, 2012; Нуркова, Василенко, 2013; и др.). Опыт, являясь интегральной величиной, содержит временной срез, «мгновенный диагностический портрет» личности во всем многообразии ее проявлений.

Использование целенаправленной модификации субъективного автобиографического опыта в качестве стратегии психотерапии, а самого субъективного опыта — в качестве мишени терапии предложено автором (Отаркова, Михайлович, 2015), а также описано при исследовании терапии страха (Shiller, 2010) и ПТСР (Dickie et al., 2011), где помимо вербальной применялась также медикаментозная работа.

Важность категории «субъективный опыт» для психотерапии в ее доказательной модели показал метаанализ современных зарубежных исследований нейрональных коррелятов психотерапии (Messina et al., 2013). Оказалось, что основные из них (вне зависимости от мо-

---

\* Работа выполнена по Госзаданию № 0138-2024-0012.

дальности психотерапии) регистрируются не в лимбической системе, а в дорсомедиальной префронтальной коре и задней части поясной извилины, отвечающих за припоминание и изменение автобиографического опыта.

В настоящей работе представлены результаты исследования, проведенного на базе экспериментального комплекса Института психологии РАН для изучения зрительного и слухового восприятия человека в сотрудничестве с лабораторией Co-Brain Сколковского технологического института.

*Цель:* изучение психометрических и энцефалографических коррелятов психотерапевтического процесса, основанного на терапии личностного опыта в интегративной модальности немедицинской психотерапии «ДМО-подход» (Огаркова, Михайлович, 2015), получение объективных числовых доказательств и сравнительный анализ эффективности психотерапевтических интервенций, проводимых аналитическим, когнитивно-поведенческим, эмоционально-образным, инсайтно-ориентированным способами.

### **Методы и процедура эксперимента**

Проведено 110 психотерапевтических мини-сессий с применением четырех типов психотерапевтических интервенций с 22 испытуемыми (90% женщин, 10% мужчин, 27–48 лет). Использовались следующие аппаратные и психометрические методы:

- регистрация ЭЭГ;
- методика САН (В. Доскин);
- личностная шкала проявления тревоги (Дж. Тейлор, модификация В. Норакидзе);
- самооценка эмоциональных состояний (А. Уэссман, Д. Рикс);
- тест-опросник «Шкала экзистенции» (А. Ленгле, К. Орглер);
- методика субъективного шкалирования (в баллах от –10 до +10).

Контрольные замеры проводились до и после каждой мини-сессии.

Испытуемый и психотерапевт находились в экспериментальной комнате. Для регистрации ЭЭГ использовался энцефалограф Мицар-ЭЭГ-202, 31 отведение.

Этапы эксперимента:

1. Заполнение батареи из четырех тестов, оценка своего текущего состояния субъективным шкалированием, которая повторялась на последующих этапах.
2. Припоминание неприятного, грустного, травматичного опыта, но без вербализации.

3. Вербализация припомненного опыта.
4. Моделирование измерений в контрольной группе. Психотерапевт покидал экспериментальную комнату на 10–15 минут, а испытуемый не получал терапию после воспоминания. Заполнение укороченной батареи тестов: САН, самооценка эмоциональных состояний, субъективное шкалирование состояния, что повторялось на этапах 5–7.
5. Испытуемый получал терапевтическую помощь аналитическими методами ДМО-подхода (ДМО-анализ).
6. Испытуемый получал терапевтическую помощь методом «Техника модификации опыта» ДМО-подхода (ТМОпыт) путем дифференцированного (позволяющего вносить изменения и шкалирование) переживания опыта. Процесс завершился, когда субъективная оценка опыта становилась равной +10.
7. Испытуемый получал терапевтическую помощь методом «Техника модификации образа» ДМО-подхода (ТМОобраз) путем дифференцированной (варьированной и шкалированной) модификации образа, ассоциированного с травматическим опытом. Процесс завершился при субъективной оценке образа +10.
8. Испытуемый получал терапевтическую помощь методом «10 П» ДМО-подхода – путем работы с выборами из альтернатив, связанных с опытом. Итерации повторялись до субъективной оценки выбора +10. Затем испытуемый заполнял полную батарею тестов.

После каждого этапа регистрировалась фоновая ЭЭГ (1 мин – глаза открыты, 1 мин – глаза закрыты).

### **Статистический анализ данных**

Анализ фоновой ЭЭГ происходил по шести субдоменам частот в альфа- и бета-диапазонах с помощью алгоритма выявления длинновременных корреляций (LRTC), спектрального анализа (power spectrum density), частотно-временного анализа с разложением сигнала с помощью Вейвлет-анализа. Значимость различий данных ЭЭГ оценивалась двусторонним t-критерием Стьюдента ( $p=0,05$ ), а различий психометрических данных – непараметрическим q-критерием Розенбаума ( $p=0,05$ ,  $p=0,01$ ) для оценки следующих параметров:

- оценка испытуемым своего состояния субъективным шкалированием;
- опросник САН: а) самочувствие; б) активность; в) настроение;
- личностная шкала тревоги: уровень тревоги;
- самооценка эмоциональных состояний (А. Уэссман, Д. Рикс): а) спокойствие–тревожность, б) энергичность–усталость, в) при-

поднятость—подавленность, г) уверенность в себе—беспомощность;

- тест-опросник «Шкала экзистенции» (А. Ленгле, К. Орглер).

## **Результаты**

### *ЭЭГ-данные*

Представим кратко результаты, полученные с помощью ЭЭГ:

- Этап 1 vs Этап 4 (процесс у контрольной группы): увеличение дельта-ритма в париетальных отведениях (P3).
- Этап 4 vs Этап 5 (ДМО-анализ): уменьшение мощности тета-ритма на уровне центральных сенсоров. Уменьшение мощности бета-ритма на 5-м этапе на фронтальных электродах левого полушария (F7, F3) и на центральных электродах (Cz, C4, C3), согласованные во времени.
- Этап 5 vs Этап 6 (ТМОпыт): специфичные различия во фронтальном отведении F3 в мощности альфа-ритма при сравнении этих двух проб, причем уменьшение его мощности предшествует изменениям мощности дельта-ритма, но на меньших промежутках 100–150 мс (F3).
- Этап 1 vs Этап 7 (ТМОобраз): то же, что в случае Этап 5 vs Этап 6.
- Этап 7 vs Этап 8 (10П): в тета-диапазоне повторяющиеся различия – уменьшение мощности тета на париетальном сенсоре с разбросом 150–300 мс (Pz), сопровождающееся изменениями на париетальном сенсоре P3.

### *Психометрические данные*

- Этап 1 vs Этап 8 (совокупный эффект психотерапевтической сессии): различия между показателями начала и конца сессий по следующим показателям: «субъективное шкалирование» ( $p=0,01$ ), «активность» и «настроение» (САН) ( $p=0,05$ ).
- Этап 1 vs Этап 4 («контрольная группа»): снижение значений характеристик «самочувствие» и «активность» ( $p=0,01$ ), «настроение» ( $p=0,05$ ).
- Этап 4 vs Этап 8 (различия между контрольными и экспериментальными данными): более высокие значения в экспериментальной группе по параметрам: «субъективное шкалирование», «самочувствие», «активность», «настроение» ( $p=0,01$ ).
- Этап 4 vs Этап 5 (ДМО-анализ): значимых изменений нет.

- Этап 5 vs Этап 6 (ГМОпыт): увеличились параметры «активность», «настроение» ( $p = 0,01$ ), «субъективное шкалирование», «самочувствие» ( $p = 0,05$ ).
- Этап 6 vs Этап 7 (ГМОобраз): увеличился параметр «настроение» ( $p = 0,05$ ).
- Этап 7 vs Этап 8 (этап работы с выборами, 10П): увеличился параметр «субъективное шкалирование» ( $p = 0,05$ ).

По опросникам динамики личностных характеристик значимые изменения на данном этапе выявлены не были.

### **Обсуждение результатов и выводы**

Ниже представлен ряд значимых выводов.

Рост дельта-ритма контрольной группы (вспомнившей неприятный опыт и не получившей психотерапию), вероятно, указывает на периодическое возвращение внимания к этому опыту, извлеченному из памяти, сменяющееся фокусированием на других мишенях, возможно, руминации, появление которых ожидаемо для клиента, не получающего помощи, но контактирующего с болезненным воспоминанием. Снижение значений параметров «самочувствие», «активность», «настроение» в контрольной группе, вероятно, означает, что испытуемые могут отрефлексировать ухудшение своего состояния вне получения терапии.

На этапе аналитической работы увеличилась мощность тета-ритма во фронтальных отведениях. Трудно достоверно полагать системные изменения, но, возможно, это увеличение связано с задачей.

Можно предположить, что, в отличие от других видов интервенций, на этапе ДМО-анализа дополнительное значение придается испытуемым самому контакту с психотерапевтом: звучанию его голоса, фокусировке внимания на восприятии эмоций специалиста, проживанию агрессивных аффективных импульсов и совладанию с ними. Это объективно подтверждает наблюдаемую в практике повышенную значимость личностного контакта и процессов в интерсубъективном поле для терапии аналитических модальностей.

Интересным представляется здесь отсутствие значимых различий по психометрическим параметрам, в отличие от значимых различий по данным ЭЭГ. Возможно, при данном способе терапии процесс затрагивает прежде всего бессознательную сферу психики и не может быть отрефлексирован испытуемым (клиентом) здесь и сейчас, в момент терапии. Это может объяснить встречающееся обесценивание

клиентом работы в ключе аналитической терапии: есть изменения, но он не осознает их в момент сессии.

На этапе терапии путем модифицированного перепроживания опыта (ТМОпыта) уменьшалась мощность дельта-ритма во фронтальных отведениях, что, возможно, связано с интенсивным переживанием психологической боли и может быть объяснимо припоминанием травматичного опыта. В практической деятельности полученные данные свидетельствуют о необходимости корректного завершения работы с подобным опытом во избежание ретравматизации. Рост же мощности дельта-ритма во фронтальных и средних отведениях связывают с припоминанием информации из автобиографической памяти. Рост мощности альфа-ритма коррелирует с генерацией креативных идей, что может быть связано с появлением инсайтов, без которых невозможно движение с этапа на этап по опроснику модификации опыта. Психометрические данные обнаружили значимый рост всех четырех основных показателей: «субъективное шкалирование», «самочувствие», «активность», «настроение». Таким образом, применение метода техники модификации опыта может быть рекомендовано в ситуациях, требующих явно осознанного клиентом улучшения самочувствия здесь и сейчас: при необходимости быстро снизить аффективное напряжение или при высокой неуверенности человека в принятии решения (Скотникова, 2002).

Полученные результаты имеют как практическую значимость, так и научно-исследовательскую, которая видится в новых сведениях об объективных коррелятах психотерапевтических процессов. В будущем логично продолжить эту работу в лонгитюдном варианте.

### Литература

- Нуркова В. В., Василенко Д. А. Формирование вариативного репертуара самоопределяющих воспоминаний как средство развития самоидентичности. // Вестник РГГУ. Сер. «Психологические науки». 2013. № 18 (119). С. 11–30.
- Огаркова Ю. Л., Михайлович Ф. Ж. ДМО-подход: терапия и консультирование. М.: ДПК-Пресс, 2015.
- Скотникова И. Г. Проблема уверенности – история и современное состояние // Психологический журнал. 2002. Т. 23. № 1. С. 52–60.
- Alexandrov Yu. I. Structure and dynamics of individual experience: multidisciplinary description // IACS Presidential address / Лекция Президента МАКИ. Пятая международная конференция по когнитивной науке: Тезисы докладов (Калининград, 18–24 июня 2012 г.). Т. 1. Калининград. 2012. С. 13–14.



- Dickie E. W., Brunet A., Akerib V., Armony J. L.* Neural correlates of recovery from post-traumatic stress disorder: A longitudinal fMRI investigation of memory encoding // *Neuropsychologia*. 2011. V. 49 (7). P. 1771–1778.
- Shiller D., Monfils M.-H., Raio C. M., Johnson D. C., LeDoux J. E., Phelps E. A.* Preventing the return of fear in humans using reconsolidation update mechanisms // *Nature*. 2010. V. 463. P. 49–53. doi: 10.1038/nature08637

## **Личность в эпоху искусственного интеллекта: возможности и угрозы**

*Н. И. Скрыльникова*

Центр психологии и психоанализа Selfhood, Москва

Обсуждаются новые вызовы для личности, возникающие в эпоху четвертой промышленной революции. Трансформационные изменения, обусловленные бурным развитием искусственного интеллекта, ставят вопрос о возможности применения термина «личность» к системам цифрового разума, ответ на который обосновывается с позиций динамического подхода Л. И. Анцыферовой, субъектного подхода С.Л. Рубинштейна, системно-субъектного подхода Е. А. Сергиенко, а также исследований телесности, проведенных и осмысленных Т.А. Ребеко. Рассматривается ресурсный потенциал «цифрового ангела». На основе контент-анализа дискурса научных публикации, СМИ, пресс-релизов и отчетов отраслевых государственных и международных организаций выделяются возможности и угрозы, возникающие вследствие применения искусственного интеллекта в сфере охраны ментального здоровья.

*Ключевые слова:* искусственный интеллект, цифровая личность, ресурсы, цифровой разум, ментальное здоровье, «цифровой ангел», AI в психотерапии.

«Желаю молодым большой научной честности...» – так озаглавлено интервью с Л. И. Анцыферовой, опубликованное в «Психологическом журнале». В эпоху искусственного интеллекта эти слова обретают новое смысловое измерение и актуальность.

Машинный разум все интенсивнее внедряется в различные сферы жизни человека, с одной стороны, увеличивая эффективность производственных процессов и оптимизируя издержки, с другой – формулируя перед обществом задачи, связанные с угрозами, обусловленными повсеместным использованием технологий цифровизации.

Н. Е. Харламенкова отмечает: следуя примеру таких учителей, как Л. И. Анцыферова и Е. П. Никитин, современные ученые все больше убеждаются в том, что «психологический анализ личности корректнее проводить, обозначив для себя границы того жизненного контекста, в котором она находится в момент ее исследования» (Харламенкова, 2023, с. 349).

На основе анализа дискурса научных статей, публикаций СМИ и отраслевых агентств выявим возможности и угрозы для личности в турбулентное время четвертой промышленной революции.

Под искусственным интеллектом будем понимать методы работы с данными, формирующие такие свойства программных систем, посредством которых выполняются творческие функции, традиционно считающиеся прерогативой человека.

В общем виде технология цифрового разума в своей структуре объединяет базу знаний, решатель и интерфейс. При этом в интеллектуальную систему заложены алгоритмы, позволяющие правильно интерпретировать внешние данные, обучаться на них и посредством гибкой адаптации использовать обретенные возможности для решения задач в конкретной предметной области, воссоздавая диалектику рассуждений, присущую человеку.

В литературе упоминается, что исследования искусственного интеллекта начались в 1950-е годы, а сам термин был институционализирован в 1956 г. на двухмесячном Дартмутском научном семинаре. Одной из первых значимых работ в данной области является статья А. Тьюринга «Вычислительная техника и интеллект», опубликованная в 1950 г. и переведенная на русский в 1960 г. под названием «Может ли машина мыслить?». Описанная в ней игра в имитацию представляет собой тест Тьюринга, успешное прохождение которого показывает способность искусственного интеллекта мыслить подобно человеку.

В работе «Цифровой разум» А. Оливейра ставит вопрос о том, в какой момент человечеству будет необходимо признать цифровую психику автономной личностью со своими целями, мотивами, обязанностями и правами. Цифровые агенты — программные комплексы, принимающие решения от имени компаний и людей — уже отвечают за множество действий в жизни социума. Компьютерное зрение расширяет свои горизонты. Для чат-бота ChatGPT не проблема поддерживать диалог с учетом контекста, имитируя человека, проявляя способности к запоминанию, обучению, рассуждению и даже подражая эмоциональным реакциям.

Представим интеллектуальную систему, которая многократно успешно проходит тест Тьюринга и обладает хорошо спроектирован-

ным интерфейсом. Таких цифровых агентов А. Оливейра предлагает называть «цифровыми личностями» и наделять их гражданскими правами и обязанностями (Оливейра, 2022, с. 371). Именно сами системы искусственного интеллекта, а не только компании, владеющие данными программными комплексами. Актуальным становится вопрос, в какой момент поведение машин за счет самообучения станет настолько сложным, что сможет конкурировать с инсайтами человеческого разума.

Для того, чтобы понять, насколько вообще систему искусственного интеллекта допустимо называть «личностью», обратимся к методолого-теоретическим позициям ученых Института психологии РАН. Согласно мнению Л. И. Анцыферовой, личность соразмерна целостному индивидуальному пространству, включающему духовность, нравственные идеалы, ценностные ориентации и обуславливаемую активностью субъекта, постоянным преобразованием и развитием душевной жизни (Анцыферова 2006, с. 220).

Трансформация личности происходит в любом возрасте и детерминирована такими ориентирами, как морально-нравственные принципы и системный характер развития человека, а также экзистенциальными вопросами о собственном предназначении и смысле жизни. Для людей «серебряного возраста» важным критерием позитивного развития личности становится мудрость. Л. И. Анцыферова писала, что «в функциональную систему мудрости, кроме осознанных, логически выстроенных знаний, должны входить и неосознаваемые, интуитивные, логические несвязанные „знания“ об ускользающих от внимания людей жизненных случайностях, о незаметных изменениях (предвещающих, тем не менее, глобальные перемены)» (Харламенкова, 2023, с. 157).

С.Л. Рубинштейн подчеркивал, что субъектом является сознательно действующий человек, ядром личности которого представляются осознанные побуждения, стимулирующие произвольную деятельность, а вот психическое содержание личности включает в себя наряду с мотивами сознательной деятельности также и неосознаваемые мотивы, порождающие произвольную активность (Харламенкова, 2023, с. 26).

Ряд проведенных научных исследований, направленных на анализ роли телесности в репрезентации процедурного и декларативного знания, показал, что «все ментальные операции сначала осваиваются на своем теле, а затем переносятся в мир вещей. <...> Опыт тела лежит в основе опознания эмоций, прогнозирования поведения одушевленных существ и неодушевленных объектов, построения моделей возможных катастроф и «мутаций»» (Ребеко, 2015, с. 238).

Цифровой разум на данный момент не имеет телесности, лишен возможности чувствовать такие проявления, как боль, голод, холод и т. д., свидетельствующие об угрозе существования и необходимые для формирования потребностно-мотивационной сферы, включающей неосознаваемые мотивы, также он не способен получать интуитивные знания, ощущать духовность и обладать мудростью. Следовательно, вероятность того, что систему искусственного интеллекта допустимо называть личностью, стремится к нулю.

В данном контексте представляется интересной концепция «цифрового ангела», предложенная С. Ю. Степановым и Д. В. Ушаковым. Рефлексивно-цифровая мета-технология, базируясь на потенциале искусственного интеллекта и анализе накопленных данных о жизнедеятельности человека, может консультировать его, рекомендуя наиболее разумные стратегии поведения, предостерегая от рискованных и заведомо провальных шагов (Цифровизация образования..., 2021, с. 96).

В рамках системно-субъектного подхода Е. А. Сергиенко рассматривает личность как стержневую структуру субъекта, задающую общее направление его самоорганизации и саморазвития, при этом «конкретную реализацию через координацию выбора целей и ресурсов индивидуальности человека» определяет субъект (Сергиенко, 2021, с. 71). Вероятно, в эпоху искусственного интеллекта оптимальным можно считать вариант, при котором персонализированный под особенности и потребности определенного индивида «цифровой ангел» является ресурсом, необходимым для ориентировки человека в информационном обществе и позволяющим ему раскрывать потенциал своей личности и повышать эффективность субъекта деятельности.

За последние годы был накоплен опыт применения систем искусственного интеллекта, демонстрирующий амбивалентные результаты, не всегда соответствующие первоначальным ожиданиям от их внедрения. Проанализируем возможности и угрозы для личности человека, возникающие в процессе применения искусственного интеллекта, ограничив изучаемое поле сферой ментального здоровья.

В 2023 г. Всемирная организация здравоохранения опубликовала пресс-релиз, проинформировав общественность об исследовании роли искусственного интеллекта в сфере охраны психического здоровья. Краткие выводы гласят о том, что, наряду с появлением новых возможностей для диагностики и мониторинга психических заболеваний, а также ресурсов для планирования услуг по охране и профилактике ментального здоровья, существует и ряд недостатков, свидетельствующих о поспешности внедрения некоторых моделей цифрового разума (Artificial intelligence..., 2023).

Технологии искусственного интеллекта основаны на применении многомерных данных и сложного статистического инструментария, математических моделей, в которые априори заложены и некоторые ограничения, в связи с чем возникает вероятность неверных интерпретаций и ошибок. Одно из препятствий для безопасного применения цифрового разума – недостаточная валидация данных, вопросы к их погрешности, сложности с определением надежности результатов, детерминированные проблемой ограниченности доступа к отчетам о примененных в исследованиях моделях искусственного интеллекта.

Некоторые приложения на базе цифрового разума, предоставляющие психотерапевтические услуги, нарушают конфиденциальность, накапливают данные о своих пользователях, а потом передают их третьим лицам. Относительно недавно владельцы платформы «BetterHelp» были оштрафованы за аналогичные действия Федеральной торговой комиссией на 7,8 миллиона долларов (FTC Gives ..., 2023).

Национальная ассоциация по расстройствам пищевого поведения (NEDA) удалила чат-бот Tess со своей горячей линии поддержки из-за сведений о том, что он дает вредные советы, усугубляя расстройства пищевого поведения (NEDA Suspends..., 2023).

Один из основателей психотерапевтической программы Кoko признался, что для ответов пользователям, обратившимся за консультацией, его служба использовала чат-бот GPT-3, не уведомляя о том, что прием ведет искусственный интеллект, а не человек (Grohol, 2023).

В агрегированном виде можно говорить о том, что применение технологий искусственного интеллекта в сфере охраны ментального здоровья открывает для личности следующие возможности:

- доступное и недорогое получение психотерапевтических услуг;
- сокращение сроков диагностики заболевания и разработки плана лечения за счет быстрого сбора и анализа различных оцифрованных медицинских данных;
- автоматизацию задач профилактики ментальных заболеваний (напоминания, психологическое просвещение, прогнозы на базе анализа больших данных);
- ускорение темпов проведения научных исследований и апробации результатов;
- персонализацию методов лечения ряда психических заболеваний;
- улучшение понимания сложных заболеваний;
- снижение стигматизации и дискриминации, в связи с отсутствием необходимости раскрывать свои особенности другому человеку, обращаться за помощью в специализированные учреждения и т. д.

Среди угроз для личности можно выделить:

- нарушения, в результате которых конфиденциальная информация может стать общедоступной (например, сведения об особенностях ментального здоровья и образа жизни);
- некачественные услуги, обусловленные тем, что модель обучалась на данных, валидных для одной группы населения, но не предполагающих экстраполяцию для работы системы с другими людьми;
- потерю человеком некоторых навыков, которые делегируются искусственному интеллекту (поиск информации, коммуникация с другими людьми и др.);
- снижение мотивации вследствие завышенных ожиданий от способностей искусственного интеллекта, желание анонимно присвоить себе результаты его труда;
- излишнее доверие выводам цифрового разума;
- возможность использовать потенциал искусственного интеллекта во вред себе или другим людям.

Развитие технологий ставит перед человечеством новые задачи как относительно границ понимания того, где начинается личность и всегда ли этот термин будет применим только к человеческому существу, так и к оценке потенциальных возможностей и угроз, исходящих от искусственного интеллекта. Необходимо разрабатывать и законодательно оформлять этические стандарты внедрения цифрового разума.

Как обнаружить ту грань, за пределами которой использование потенциала искусственного интеллекта станет нечестным, и удержаться от соблазна перейти через этот Рубикон? Вот вопрос, стоящий перед личностью нашего времени. Каждый на него ответит сам, исходя из опыта своей жизненной истории, ценностных ориентаций и этических координат, а также знаний о ресурсах цифрового разума и возможностях их применения как в созидательной, так и в разрушительной деятельности по отношению к себе и другим.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Оливейра А.* Цифровой разум: как наука меняет человечество / Пер с англ. К. Чистопольской; науч. ред. М. Фаликман. М.: РАНХиГС, 2022.
- Ребеко Т. А.* Телесный опыт в структуре индивидуального знания. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.
- Сергиенко Е. А.* Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.

- Харламенкова Н. Е.* Психология личности: от методологии к научному факту. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Цифровизация образования: психолого-педагогические и валеологические проблемы: монография / С. Ю. Степанов, П. А. Оржековский, Д. В. Ушаков и др.; под ред. С. Ю. Степанова. М.: МГПУ, 2021.
- Artificial intelligence in mental health research: New WHO study on applications and challenges // WHO. 2023. February 6. URL: <https://www.who.int/europe/news/item/06-02-2023-artificial-intelligence-in-mental-health-research--new-who-study-on-applications-and-challenges> (дата обращения: 12.08.2024).
- FTC gives final approval to order banning Better Help from sharing sensitive health data for advertising, requiring it to pay \$ 7.8 million // Federal Trade Commission. 2023. July 14. URL: <https://www.ftc.gov/news-events/news/press-releases/2023/07/ftc-gives-final-approval-order-banning-betterhelp-sharing-sensitive-health-data-advertising> (дата обращения: 12.08.2024).
- Grohol J.* Koko used GPT-3 AI without informed consent from users // New England Psychologist. 2023. January 11. URL: <https://www.nepsy.com/articles/leading-stories/koko-used-gpt-3-ai-without-informed-consent-from-users> (дата обращения: 12.08.2024).
- NEDA suspends AI Chatbot for giving harmful eating disorder advice // Psychiatrist. 2023. June 5. URL: <https://www.psychiatrist.com/news/neda-suspends-ai-chatbot-for-giving-harmful-eating-disorder-advice> (дата обращения: 12.08.2024).

## **Взаимосвязь ментальных структур, регуляторных свойств и психических состояний у сотрудников МФЦ\***

*А. Р. Халфиева\**, *А. В. Чернов\**, *К. Н. Аксенова\*\**

\* Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

\*\* Многофункциональный центр РТ, Казань

Данное исследование направлено на выявление роли регуляторных свойств, самоотношения и рефлексии в регуляции психических состояний сотрудников многофункционального центра в напряженной, стрессовой и повседневной ситуациях профессиональной деятельности. Выборку исследования составили сотрудники регионального отделения МФЦ, работающие напрямую с населением. В ходе проведенного исследования было установлено, что в напряженной ситуации у сотрудников

---

\* Исследование выполнено за счет гранта РНФ, проект № 23-18-00232.

МФЦ на первый план выходят такие регуляторные свойства, как планирование, прогнозирование, гибкость саморегуляции и уровень рефлексивности. В повседневной ситуации ключевую роль играет уровень самоотношения личности, проявляющийся в таких свойствах, как открытость, высокий уровень самооценности и самопривязанности, а также низкий уровень самообвинения.

*Ключевые слова:* психическое состояние, регуляторное свойство, самоотношение, рефлексия, сотрудник МФЦ.

Управление деятельностью людей является сложным многоплановым процессом, в котором немаловажное значение имеет учет закономерностей и механизмов функционирования психики и их влияние на эффективность деятельности как отдельного сотрудника, так и всей организации в целом. Данное исследование имеет прямую практическую значимость для разработки стратегии управления персоналом и указывает на необходимость дальнейшего изучения механизмов, позволяющих снизить негативное влияние стресса на личность.

В работах Л. И. Анцыферовой подчеркивается, что личность постоянно экстраполирует себя в свое будущее, а свое отдаленное будущее проецирует на свое настоящее. Будущее существует в личности как направленность ее развития и переживается человеком в виде страстного стремления к своим целям и идеалам, желания выразить себя в определенной деятельности (Анцыферова, 1993). Для достижения целей деятельности необходимо понимание механизмов саморегуляции, на изучение которых и было направлено наше исследование.

В современной психологической литературе накоплен богатый теоретический и эмпирический материал по различным концепциям и подходам к регуляции психических состояний в процессе жизнедеятельности (Л. Г. Дикая, А. Б. Леонова, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров). Выявлено, что включенность рефлексивных механизмов обуславливается целью регуляции – необходимостью изменения психического состояния как неадекватного ситуации, событию, цели деятельности и пр. (необходимость изменения состояния осознается субъектом благодаря рефлексии) (Прохоров, Чернов, 2019). Следовательно, как в повседневной ситуации, так и в напряженной ситуации актуализируются ментальные структуры, которые определяют закономерности саморегуляции психических состояний.

Выборку исследования составили сотрудники регионального отделения МФЦ в количестве 24 человек (мужчины и женщины), работающие напрямую с населением. Средний возраст – 38 лет. Исследование длилось один месяц и включало применение методик, которые



позволяют продиагностировать регуляторные свойства, ментальные структуры (самоотношения и рефлексии) и составляющие психических состояний в ситуациях напряжения и повседневности. В качестве стрессовых ситуаций рассматривались конфликт сотрудника с заявителем, проверка, отчетный период, большой поток заявителей. Повседневная ситуация представлена низким потоком клиентов и отсутствием необходимости быстрого реагирования на проблему.

В исследовании применялись «Методика исследования самоотношения (МИС)» (Пантилеев, 1988), «Методика диагностики уровня развития рефлексивности» (Карпов, 2003), опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» (Моросанова, Коноз, 2000), методика «Рельеф психического состояния личности» (Прохоров, 2004). Для выявления взаимосвязей регуляторных свойств, ментальных структур и психических состояний в ходе напряженной и повседневной ситуаций профессиональной деятельности сотрудников МФЦ был применен корреляционный анализ (методом Пирсона).

Корреляционный анализ выявил большое количество взаимосвязей между показателями самоотношения и психическими состояниями в повседневной ситуации профессиональной деятельности. Анализ результатов показал, что чем выше у сотрудников проявляются замкнутость (0,462 при  $p \leq 0,05$ ), тем выше у них активность процессов переживания, т. е. выраженное защитное поведение личности, желание соответствовать общепринятым нормам поведения и взаимоотношений с окружающими людьми влияет на бойкость, активность и раскрепощенность. Высокие результаты самооценности (0,409 при  $p \leq 0,05$ ) положительно коррелируют с активностью поведения. Высокая оценка сотрудниками своего духовного потенциала, склонность воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость связаны с последовательностью, размеренностью, адекватностью и устойчивостью поведения.

В то же время существуют и обратные отношения изучаемых явлений. Выявлена отрицательная взаимосвязь самопривязанности ( $-0,494$  при  $p \leq 0,05$ ) и активности процессов переживания: ригидность Я-концепции, стремление сохранить в неизменном виде свои качества способствует повышению переживаний таких состояний, как скованность, пассивность, напряжение. Также установлена взаимосвязь самообвинения и активности соматических процессов ( $-0,463$  при  $p \leq 0,05$ ): чем чаще сотрудник видит в себе прежде всего недостатки и готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи, тем ярче это проявляется в соматических процессах, а именно учащенном сердцебиении, сбивчивом дыхании, потоотделении. В напряженной ситуации

деятельности взаимосвязи показателей самоотношения и подструктур психических состояний выявлено не было.

Была установлена роль рефлексии в регуляции состояний сотрудников МФЦ. В повседневной ситуации выявлена отрицательная взаимосвязь ( $-0,408$  при  $p \leq 0,05$ ) показателя коммуникативной рефлексии и шкалы активности переживаний: тоскливость, скованность связаны с осознанием субъектом того, как его воспринимают и относятся к нему другие, т. е. если для сотрудника значима оценка, будь то заявителя, коллеги или начальника, то это негативно влияет на его переживания, усиливая тревогу и беспокойство. В стрессовой ситуации у сотрудников выявлена положительная корреляция ( $0,482$  при  $p \leq 0,05$ ) рефлексии будущей деятельности и активности когнитивных процессов: чем выше в момент напряжения на работе у сотрудника проявляется осознание возможных результатов действий и своих возможностей при разных вариантах развития событий, тем сильнее у него активизируются процессы памяти, мышления, речи.

Далее рассматривались взаимосвязи подструктур психических состояний и регуляторных свойств личности. В повседневной ситуации были выявлены положительные взаимосвязи показателей шкалы программирования со шкалой активности поведения ( $0,482$  при  $p \leq 0,05$ ), т. е., чем выше у сотрудника потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, тем он более склонен к последовательности, продуманности и адекватности поведения. Аналогичные взаимосвязи гибкости и подструктуры поведения психических состояний ( $0,408$  при  $p \leq 0,05$ ): чем выше у сотрудника проявляется пластичность всех регуляторных процессов, тем более он оптимистичен и активен. Наличие четкого плана действий и готовность менять его в ходе деятельности помогает сотруднику адекватно реагировать на ситуацию и не впадать в негативные переживания.

В напряженной ситуации у сотрудников выявлено еще большее число взаимосвязей показателей регуляторных свойств и психических состояний. Например, чем выше у сотрудников уровень программирования ( $0,608$  при  $p \leq 0,01$ ), гибкости ( $0,531$  при  $p \leq 0,01$ ) и общего уровня саморегуляции ( $0,440$  при  $p \leq 0,05$ ), тем активнее и оптимистичнее они себя чувствуют. Высокие показатели осознанного планирования ( $0,486$  при  $p \leq 0,05$ ) и программирования ( $0,494$  при  $p \leq 0,05$ ) положительно связаны с уверенностью, адекватностью и управляемостью поведения. Также обнаружены положительные взаимосвязи планирования ( $0,447$  при  $p \leq 0,05$ ) и программирования ( $0,407$  при  $p \leq 0,05$ ) с активностью соматических процессов: чем выше у сотрудника готовность продумывать способы своих действий для достижения намеченных

целей и перестраивать систему саморегуляции в связи с изменением условий, тем лучше у него выражены показатели координации движений и двигательной активности.

Таким образом, можно сделать следующие выводы. В повседневной и напряженной ситуациях на работе у сотрудников МФЦ больше всего различий проявляется в выраженности регуляторных свойств и их связи с психическими состояниями. В периоды стресса особо важное значение имеет уровень рефлексии результатов деятельности и применения регуляторных свойств программирования, планирования, а также гибкости по отношению к меняющимся условиям среды. Последнее выступает важным условием позитивных состояний. Верны и обратные отношения: высокая активность и позитивный настрой влияют на успешное развитие регуляторных свойств личности. Высокореклексивные сотрудники тратят много сил на соответствие ожиданиям и переживания о принятии социальной группой, что еще больше повышает тревогу, мешает реализации в профессиональной сфере. В ситуациях высокой напряженности внимание с собственных переживаний о соответствии переключается на достижение общих целей. Следовательно, для любой организации важно создать общую концепцию управления персоналом, где есть место объединяющим целям, сопричастности к общему результату и ценности каждого сотрудника.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–16.
- Карпов А. В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. № 5. С. 45–57.
- Моросанова В. И., Коноз Е. М.* Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118–127.
- Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы. М.: МГУ, 1988.
- Прохоров А. О.* Методики диагностики и измерения психических состояний личности: Учеб. пособие / Сост. А. О. Прохоров. М.: Пер Сэ, 2004.
- Прохоров А. О., Чернов А. В.* Рефлексивная регуляция психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019.

## **Эстетический опыт личности как часть жизненного опыта личности**

*М. А. Шестова, Н. В. Перфильева, М. Р. Забелина*

Московский институт психоанализа, Москва

Эстетический опыт рассматривается как часть жизненного опыта личности, возникающего в ситуации, связанной с восприятием или оценкой эстетических объектов. Разработана когнитивно-личностная модель эстетического опыта, которая постулирует, что в зависимости от ключевых характеристик воспринимаемого эстетического объекта (его содержания и темы), контекста восприятия (шире – жизненного пространства) эстетический опыт будет конструироваться с опорой на когнитивные, личностные и эмоциональные компоненты. Были выдвинуты следующие гипотезы: эстетические суждения являются медиатором между личностными чертами (в том числе интересом к искусству) и эстетическими эмоциями; актуализация личностных черт зависит от содержания арт-объекта. Эмпирическая верификация модели проходила на базе Музея А. З. и Еврейского музея. Результаты медиаторного анализа показали, что обе гипотезы подтвердились.

*Ключевые слова:* жизненный опыт, эстетический опыт, личность, эстетические суждения, эстетические эмоции, смысл, жизненное пространство.

В психологии понятие опыта определяется как процесс получения знаний или деятельность, результатом которой становятся знания, умения и навыки, и как личностная структура, включающая ценности, смыслы, черты и т. п. Жизненный опыт – это и процесс, и результат, образованный значениями, смыслами и интерпретациями, ситуациями и событиями (Зиновьева, 2020). Единицей жизненного опыта является ситуация, а люди склонны воспринимать ситуации (в том числе встречу с эстетическим объектом) по-разному, в частности, из-за личностных черт, которые определяют нашу чувствительность к функционально важным элементам ситуации и то, как она в целом будет воспринята и оценена (Нартова-Бочавер, 2014). Жизненный опыт и ситуации находятся в постоянном взаимодействии: ситуации, находящиеся в контексте или жизненном пространстве, обогащают жизненный опыт, а обогащенный опыт позволяет иначе интерпретировать ситуации и события. Эстетический опыт (ЭО) при таком подходе может быть рассмотрен как часть жизненного опыта, возникающего в ситуации, связанной с восприятием или оценкой эстетических

объектов (и речь не только о произведениях искусства). В философии определение ЭО имеет схожие коннотации: с одной стороны, это вкус, знания, приобретаемые в течение жизни, «умение» воспринять художественные ценности, а с другой — совершающийся «здесь-и-сейчас» акт эстетического восприятия или творчества (Бычков, Маньковская, 2015). Ключевой функцией ЭО как неутилитарного и интуитивного отношения к действительности становится обретение человеком своего места в мире. ЭО позволяет человеку проникнуть в высшие духовные сферы, недоступные эмпирическому познанию.

Мы предлагаем когнитивно-личностную модель ЭО, которая создана с опорой на идею множественной многоуровневой регуляции психических процессов О. К. Тихомирова, концепцию интеллектуально-личностного потенциала Т. В. Корниловой, а также теоретическую модель, разработанную для изучения ЭО современного искусства (Leder, Nadal, 2014). Когнитивно-личностная модель постулирует, что в зависимости от ключевых характеристик воспринимаемого объекта (его содержания и темы, а не перцептивных качеств) общей социальной ситуации, в том числе и контекста (шире — жизненного пространства) ЭО будет конструироваться с опорой на когнитивные, личностные и эмоциональные компоненты. К когнитивному компоненту мы относим смыслы и интерпретации, эстетические суждения, интерес к искусству, профессиональные знания в сфере искусства, а также особенности когнитивной сферы личности, например, развитые воображение и фантазию. Эмоциональный компонент образован эмоциями, в том числе и эстетическими, а также их телесными и физиологическими проявлениями: озноб, мурашки, плач, трепет, изменение пульса и давления, температуры тела и т. п. Личностные черты — в первую очередь те, которые связаны с аффективной сферой: эмоциональная креативность, эмоциональный интеллект, когнитивно-аффективная эмпатия, а также черты, которые могут актуализироваться при восприятии арт-объекта, требующего от зрителя определенных качеств, таких как эстетическая отзывчивость, толерантность к неопределенности в случае абстракции или этническая толерантность в случае знакомства с экспозицией, посвященной культуре и искусству разных народов, и т. п. Наиболее сложными в плане операционализации оказываются личностные смыслы и индивидуальные интерпретации, которые появляются у человека в процессе знакомства с арт-объектом. Поэтому самым адекватным способом изучения смыслов по-прежнему остаются качественные методы: интервью, фокус-группы, письменные работы по типу эссе или сочинений, посвященных арт-объекту.

На основании данной модели мы выдвигаем следующие гипотезы:

- 1) эстетические суждения являются медиатором между личностными чертами (в том числе интересом к искусству) и эстетическими эмоциями;
- 2) актуализация личностных черт зависит от содержания предмета искусства: на материале абстрактного искусства значимыми предикторами будут выступать толерантность к неопределенности, интерес к искусству и эстетическая отзывчивость к искусству, а на материале еврейского национального искусства — этническая толерантность и эмпатия.

На базе «Музея А. З.» в исследовании приняли участие 89 студентов Московского института психоанализа в возрасте 17 до 34 лет ( $M = 21,07$ ;  $SD = 3,2$ ), из них 45 мужчин и 44 женщины. В исследовании на базе «Еврейского музея» приняли участие 68 студентов в возрасте от 18 до 30 лет ( $M = 20,7$ ;  $SD = 2,4$ ), из них 9 мужчин и 59 женщин.

Для проверки гипотезы был применен метод структурного моделирования. Были использованы следующие психодиагностические методики:

- «Шкала эстетических эмоций» (Schindler et al., 2017, в нашей апробации), которая содержит 7 шкал эмоций: прототипические («истинно эстетические», например, благоговение и трепет), эпистемические (связанные с познанием, например, интерес), негативные (например, гнев или раздражение), эмоции оживления (шкала отражает активизирующий эффект искусства, например, бодрость), эмоции ностальгии, грусти и развлечения (неутилитарное переживание радости и юмора);
- «Опросник эстетических суждений» (Brieber et al., 2015) в апробации Шестова, Забелина, Волдинер, 2023, который имеет следующие шкалы: интерес, симпатия, валентность, понимание и возбуждение;
- «Опросник интереса к искусству» (Leder et al., 2006) в апробации Шестова и др., 2023;
- новый опросник толерантности к неопределенности (Корнилова, 2010), включает шкалы толерантности и интолерантности к неопределенности, межличностной интолерантности;
- Шкала сопричастности красоте (Сабадош, 2017), в работе использовалась только шкала эстетической отзывчивости к искусству;
- Опросник когнитивной и аффективной эмпатии – QCAE (апробирован М. А. Окатовой в 2021 году), включает шкалы: отзеркали-

- вание эмоций, чувствительность к близким, общая чувствительность, способность к децентрации и склонность к децентрации;
- экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Солдатова и др., 2008) – шкалы этнической, социальной толерантности, как черты.

### Процедура и стимулы

В «Музее А. Z.» мы работали с восемью женскими портретами, созданными Анатолием Зверевым в экспрессионистском стиле (одно из направлений авангарда). Участники знакомились с картинами (созерцали их), заполняли сначала опросник эстетических эмоций, затем суждений, а в самом конце – личные опросники. В «Еврейском музее» стимулами стали работы еврейских мастеров, выполненные в разных стилях и жанрах изобразительного искусства, экспонаты предьявлялись в интерактивном формате: участник сидел за столик, на него проецировались газеты и бюллетени (имитация столика кафе, на котором лежат газеты и журналы), участник исследования нажимал на газету – и перед ним прямо на столике появлялось видео, в котором рассказывалось о следующих экспонатах: фотография скульптуры «Царь Иоанн Васильевич Грозный», созданной Марком Антокольским, картины «Часовщик» Юдель Пэна и «Старик еврей» Исаака Аскназия, работы конечно, Марка Шагала «Еврей за молитвой», «Еврейская свадьба», картина «Гитарист» художника Осипа Цадкина. Данный набор включает как авангардное искусство, так и реализм.

Для анализа данных мы применили SPSS v. 22, дополнив его расширением process macro. Анализ данных на материале экспозиции Музея Анатолия Зверева позволил верифицировать несколько моделей, ни в одной из них не обнаружен прямой эффект черты на эмоции:

- 1) интерес к искусству положительно предсказывает эстетические суждения (возбуждение) (coeff. = 0,016;  $p = 0,027$ ), а те, в свою очередь, положительно предсказывают такие эстетические эмоции, как оживление (coeff. = 1,775;  $p = 0,000$ ; общий эффект модели:  $R^2 = 0,147$ ;  $p = 0,000$ ), развлечение (coeff. = 1,147;  $p = 0,000$ ; общий эффект модели:  $R^2 = 0,057$ ;  $p = 0,023$ ), прототипические (coeff. = 4,016;  $p = 0,000$ ; общий эффект модели:  $R^2 = 0,054$ ;  $p = 0,027$ ) и эпистемические эстетические эмоции (coeff. = 0,304;  $p = 0,027$ ; общий эффект модели:  $R^2 = 0,080$ ;  $p = 0,007$ );
- 2) эстетическая отзывчивость на красоту искусства (coeff. = 0,304;  $p = 0,027$ ) положительно предсказывает эстетические суждения (валентность), а валентность положительно предсказывают про-

тотипические эстетические эмоции (coeff. = 4,007;  $p = 0,000$ ), общий показатель модели:  $R^2 = 0,44$ ;  $p = 0,049$ ;

- 3) толерантность к неопределенности положительно предсказывает эстетические суждения (симпатия) (coeff. = 0,033;  $p = 0,007$ ), а они положительно предсказывают эпистемические эмоции (coeff. = 1,104;  $p = 0,001$ ), общий показатель модели:  $R^2 = 0,088$ ;  $p = 0,004$ ;
- 4) толерантность к неопределенности положительно предсказывает эстетические суждения (интерес) (coeff. = 0,019;  $p = 0,036$ ), а интерес положительно предсказывает эпистемические эмоции (coeff. = 1,251;  $p = 0,008$ ; общий показатель модели:  $R^2 = 0,088$ ;  $p = 0,004$ ) и прототипические эстетические эмоции (coeff. = 2,711;  $p = 0,000$ ; общий показатель модели:  $R^2 = 0,098$ ;  $p = 0,002$ ).

Анализ данных по материалам постоянной экспозиции Еврейского музея показал следующие результаты:

- 1) этническая толерантность предсказывает эстетические суждения (валентность) (coeff. = 0,058;  $p = 0,008$ ), а валентность, в свою очередь, прототипические (coeff. = 3,005;  $p = 0,009$ ; общий показатель модели:  $R^2 = 0,094$ ;  $p = 0,011$ ) и эпистемические эстетические эмоции (coeff. = 2,468;  $p = 0,000$ ; общий показатель модели:  $R^2 = 0,091$ ;  $p = 0,011$ );
- 2) этническая толерантность положительно предсказывает эстетические суждения (симпатию) – (coeff. = 0,070;  $p = 0,020$ ), а симпатия положительно предсказывает прототипические эмоции (coeff. = 3,58;  $p = 0,00$ ), общий показатель модели:  $R^2 = 0,094$ ;  $p = 0,011$ );
- 3) отзеркаливание эмоций положительно предсказывает эстетические суждения (симпатия) (coeff. = 0,141;  $p = 0,023$ ), а симпатия положительно предсказывает эстетические эмоции грусти (coeff. = 0,467;  $p = 0,013$ ), общий показатель модели:  $R^2 = 0,061$ ;  $p = 0,040$ ;
- 4) отзеркаливание эмоций положительно предсказывает эстетические суждения (интерес) (coeff. = 0,179;  $p = 0,007$ ), а интерес предсказывает эпистемические эмоции (coeff. = 0,467;  $p = 0,013$ ), общий показатель модели:  $R^2 = 0,081$ ;  $p = 0,018$ .

Гипотезы, выдвинутые в исследовании, принимаются. Полученные данные соотносятся с результатами польского исследования, показавшего, что наиболее сильными предикторами ЭО фигуративного искусства являются насмотренность (художественный опыт) и профессиональные знания, нежели личностные черты, однако ситуация меняется в случае восприятия абстрактного искусства: открытость новому опыту по Большой пятерке предсказывают ЭО абстрактного искусства (Pietras, Czernecka, 2018).



Несколько неожиданными оказались результаты относительно когнитивной и аффективной эмпатии: только ее аффективный компонент — отзеркаливание эмоций — оказался предиктором эстетических суждений. Тем не менее, эти результаты соответствуют имеющимся данным: эмпатия, измеренная по опроснику QCAE, также не предсказывала, что зрители испытывают эмоции, вложенные автором в работу, и не предсказывала лучшее угадывание тех эмоций, которые заложил автор (Pelowski et al., 2020). Возможно, невключенность эмпатии обусловлена самим содержанием работ. Хотя Пеловски и указывает на то, что инсталляция является одним из лучших в искусстве способов транслировать эмоции, эмпатия требует не просто наличия эмоции, а персонажа, которому можно сочувствовать и сопереживать, того, чье эмоциональное состояние можно отразить. С этой точки зрения материал еврейского искусства оказывается более подходящим, и вполне закономерно, что единственным значимым компонентом эмпатии оказывается отзеркаливание эмоций как разделение чувств другого человека.

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что когнитивно-личностная модель применима для различных направлений современного искусства, в частности, авангарда и реализма.

Апробация когнитивно-личностной модели эстетического опыта показала, что эстетические суждения опосредуют связь между личностными чертами (в том числе и интересом к искусству) и эстетическими эмоциями; актуализация личностных черт зависит от содержания арт-объекта.

### Литература

- Бычков В. В., Маньковская Н. Б.* Метафизические аспекты эстетического опыта // Вестник славянских культур. 2015. Т. 1. № 35. С. 161–176.
- Зиновьева Е. В.* Преломление жизненного опыта в жизненном пространстве человека // Жизненное пространство в психологии: Теория и феноменология / Под ред. Н. В. Гришиной, С. Н. Костроминой. СПб., Изд-во С.-Петербур. гос. ун-та, 2020. С. 342–369.
- Корнилова Т. В.* Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 1. С. 74–86.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.
- Солдатова Г. У.* и др. Психодиагностика толерантности личности. М.: Смысл, 2008.

- Шестова М. А., Забелина М. Р., Волдинер Е. А.* Личностные черты как предикторы эстетического опыта созерцания искусства периода второго русского авангарда // Проблемы психологии искусства: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. М.: ФНЦ ПМИ–МГУ им. М. В. Ломоносова. 2023. С. 127–135.
- Leder H., Nadal M.* Ten years of a model of aesthetic appreciation and aesthetic judgments: The aesthetic episode – Developments and challenges in empirical aesthetics // *British Journal of Psychology*. 2014. V. 105 (4). P. 443–464. doi: 10.1111/bjop.12084
- Pietras K., Czernecka K.* Art training and personality traits as predictors of aesthetic experience of different art styles among Polish students // *Polish Psychological Bulletin*. 2018. V. 49 (4). P. 466–474. doi: 10.24425/124344
- Pelowski M., Specker E., Gerger G., Leder H., Weingarden L.* Do you feel like I do? A study of spontaneous and deliberate emotion sharing and understanding between artists and perceivers of installation art // *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*. 2020. V. 14 (3). P. 276–293. doi: 10.1037/aca0000201
- Schindler I., Hosoya G., Menninghaus W., Beermann U., Wagner V., Eid M., Scherer K. R.* Measuring aesthetic emotions: A review of the literature and a new assessment tool // *PLoS One*. 2017. V. 12 (6). doi: 10.1371/journal.pone.0178899

## **Влияние голливудской кинопродукции на моральное сознание личности**

*М. И. Яновский*

Донецкий государственный университет, Донецк

В статье анализируется, с учетом выделения некоторых общих особенностей, специфика психологического воздействия американского кино на моральное сознание личности. Особое внимание направлено на анализ психологического эффекта использования характерного атрибута американских фильмов – коллизии «одиночка против системы». Проанализировано также ее соотношение с пониманием проблемы добра и зла, с такими особенностями голливудского кино, как создание стандартизированных образов «хороших» и «плохих», направленность на решение вопроса уверенности личности в себе. Выявлено, что голливудская продукция приносит в моральное сознание личности искажения, в частности, регресс до уровня «доконвенционального» морального сознания (по Л. Колбергу).

*Ключевые слова:* личность, моральное сознание, психология кино, воздействие кино, Голливуд.

Моральное сознание личности является одним из «ключей» к пониманию причин того или иного поведения в сложных ситуациях, идеологической позиции, выбора ценностей и т. д. Поэтому такие работы, как ставшая уже «классикой» статья Л. И. Анцыферовой о моральном сознании (Анцыферова, 1999), были и всегда будут актуальными.

Важное значение для понимания состояния морального сознания современного человека имеет анализ влияния на него американской кинопродукции. Ведь психологическое воздействие кино более тотально, чем классических видов искусства и обычных СМИ. Кино как вид искусства дает опыт как бы непосредственного проживания жизненных ситуаций, поэтому прямо затрагивает саму субъектность человека (Яновский, 2010).

Анализ голливудского кино, предпринятый С. А. Полотовским, показывает, что при всем разнообразии в нем есть ряд общих типологических черт. Наряду с тенденцией применять деление персонажей на однозначно «хороших» и «плохих» (т. е. использовать своего рода стандартизированную мораль), американские кинематографисты в качестве ведущей сюжетной коллизии чаще всего выбирают мотив борьбы «одиночки с системой» (Полотовский, 2006, с. 53). При этом в роли борющихся «одиночек» могут использоваться ковбой (герой вестерна, классического американского киножанра), полицейский, преступник, ребенок, «киборг»; функционально роль «одиночки» может выполнять и группа личностей или даже государство, например, США, «одиноко» борющиеся с каким-либо «космическим злом». При этом любые вариации «одиночек» в американском кино выступают противоположностью безличного, но спаянного множества, «системы». Такой «системой» в данной кинопродукции могут выступать государство (особенно если оно «тоталитарное»), мафия, террористическая сеть, банда, заговорщики, победившая «цивилизация» машин, инопланетная цивилизация, варвары-аборигены и т. д. При этом «одиночка» – всегда живая личность, «система» – нечто обезличенное.

Сочувствие одинокому «борцу» с «системой» – один из ключевых факторов популярности американских фильмов. Обычно зрителю свойственно жалеть «одиночку» как исходно беззащитного по отношению к «системе». Жалость возникает как произвольная реакция на почве родовых инстинктов, усиливаемых проекцией зрительского Я в такого персонажа. Это значит, что к жалости добавляется эгоизм жаления нами самих себя. Когда «одиночка» побеждает «систему», мы вместе с ним испытываем торжество и нашего самоутверждения. Игра на базовых потребностях – родительском инстинкте и инстинкте безопасности, потребности в уважении и самоутверждении – обеспечи-

вает практически рефлекторную вовлеченность зрителя в сюжетные коллизии, характерные для американского кино. Ведь базовые человеческие инстинкты, потребности — приоритетные драйверы массового сознания; а «американское кино... всегда... отражало и выражало массовое обыденное сознание, социальную психологию и социальную мифологию» (Цыркун, 1991, с. 323; см. также: Полуэхтова, 1993). По той же причине «американские фильмы... чужды рефлексии» (Цыркун, 1991, с. 324). Таков парадокс: использование в американском кино коллизии противопоставления «одиночки» «системе» способствует на самом деле «омассовлению» (обезличиванию) сознания зрителя.

Для американского менталитета характерна склонность к мессианизму, исторически заданная еще пуританами — первыми эмигрантами в США. Это отразилось на кино. Такие классические образы американского кино, как ковбой, шериф, Супермен и т. п., появились как своеобразное воплощение пуританского мессианизма. Причем мессианизм в американском сознании соединился с прагматизмом, точнее, со страстью к выгоде. Это стало возможным благодаря элементу нигилизма, заложенному философией либерализма Дж. Локка (идеи Локка сыграли важную роль в создании идеологии «американизма» и американских либеральных ценностей (Трепакова, 2007; Яновский, Ягодкин, 2019)). Нигилизм в том, что для Локка и внутренняя природа человека (душа), и внешняя — это «чистая доска», поэтому в них изначально нет смысла, духовности, с которыми нужно считаться, все вкладывается извне. Но тем самым заранее оправдано и как бы не считается насилием любое их переделывание. Поэтому Сверхчеловек-Супермен, переделывающий мир, не испытывая при этом сомнений и рефлексий, — это развитие либерального идеала, позиции «одиночки», борющегося с «системой».

Отказ от духовной глубины, обусловленный принятием тезиса Локка о душе как «чистой доске», привносит в индивидуальное самосознание проблему уверенности в себе. Дело в том, что «одиночка» свободен, а значит и оторван как от внешнего мира, так и от глубины самого себя. Поэтому он переживает себя «ником», уверенность в себе — то, чего ему не хватает. В борьбе за уверенность в себе заключается «моральный» пафос большинства американских фильмов. Коллизия «одиночка против системы» возникает в том числе на этой почве. Голливуд нашел «ключ» к решению этой проблемы: жалеемые зрителем «одиночки» — начальная фаза становления Сверхчеловека (Супермена). Голливуд сгенерировал множество вариаций образа Сверхчеловека, отождествление с которым помогает зрителю обрести уверенность в себе.

Для зрительского восприятия «одиночка» контрастирует с «системой» по параметру силы и величины. В этом смысле образ «одиночки» является вариацией образа «маленького человека» (по сути, обывателя с его комплексами, слабостями и т. д.).

Феномен, образ «маленького человека» — естественный продукт мира конкурентных отношений, где главными полюсами существования личности становятся переживание аутсайдерства, «ничтожности» и переживание успеха. При конкуренции важны не уникальные индивидуальные свойства, а относительные, поэтому особенность мира конкуренции — стандартизация. Стандартизация — это действительно черта американское кино. Ей подвержены и приемы построения сюжета, и типы героев, и видеоэффекты, и жанровые особенности (Полотовский, 2006). Но и «маленьким» человек может себя ощутить лишь вследствие власти стандартов.

Образы «хороших» и «плохих» и их модели поведения — это в американском кино воплощение стандартов морали. Голливуд в качестве стандартов морали использует, как правило, стереотипы добра и зла. Поэтому мораль подается здесь не в виде идей или идеальных принципов, а в виде наглядных стимул-образов «хороших» и «плохих».

Опора на жалость и страх как маркеры добра и зла приводит к использованию коллизии «одиночка, маленький человек—система» в качестве эквивалента коллизии «добро—зло». Таким образом, основой для критерия морали становится не рефлексия, не принципы, а переживание захваченности произвольной эмоциональной реакцией. Но такая захваченность соответствует примитивному моральному сознанию, в котором место моральности занимает гедонизм (признаком добра считается удовольствие, в том числе получаемое через поощрение, злом — страдание, в том числе получаемое как наказание). Такое моральное сознание арефлексивно и догматично по сути, это низший, «доконвенциональный» уровень морального сознания, по Л. Колбергу (Анцыферова, 1999; Бровкаина, 2012).

С другой стороны, «маленький человек» — это не объективное свойство человека, а характеристика субъективной позиции, позиции как бы самоуничтожения, самоотстранения от других и невключенности в «общее», противопоставления себя другим (отсюда дилемма «нонконформизм — конформизм» как вариация коллизии «маленький человек — система»). Тем самым Я выводится из-под оценивания и какой-либо фиксации. Поэтому, когда стандартный голливудский сюжет представляет победу «маленьких» над «системой» как победу добра над злом, то в таком самоутверждении «маленького» за счет унижения «больших» в действительности под прикрытием квазиморальной фор-

мы реализуются злорадство, зависть, месть, самодовольство. Здесь — парадокс инверсии добра и зла вплоть до эстетизации зла: например, эгоист-нонконформист становится «добром». Такой мотив нередок в голливудских фильмах (например, «Молчание ягнят», «Джокер»). Позиция «маленького» становится инструментом самоутверждения.

Парадоксальное сочетание догматичности и условности в таком моральном сознании, т. е. догматизация условной (договорной) морали, возможны, если человек теряет самокритичность и захвачен идеей собственной «безупречности» (сочетание состояний захваченности и самоутверждения). Собственно, это то, как себя чувствует и осознает человек, находящийся в образе Сверхчеловека.

Ложное сознание своей «безупречности» у субъекта, реализующего в том числе чувства злорадства, зависти и т. д., — это и есть та форма искаженного морального сознания, которое, как мы можем полагать, формирует голливудский кинематограф. При этом сознание своей безупречности задает предрасположенность к нетерпимости к оппонентам, поэтому оно не может реализовываться иначе как в форме жесткого, однозначного противопоставления «хороших» и «плохих».

Таким образом, коллизия «личность против системы» практически неизбежно будет выражаться в киносюжетах с наполненным нетерпимостью антагонизмом «хороших» и «плохих», что действительно, используется в большей части голливудской кинопродукции.

Проведенное нами эмпирическое исследование (Яновский, Приймак, 2017) подтвердило, что фильм с типичным для голливудской кинопродукции противопоставлением эталонно «плохих» и «хороших» персонажей (реализуемое через борьбу спасающих мир ярких личностей против безликой системы зла) приводит к деформации морального самосознания зрителя. Появляются одновременно идеализация себя и — что парадоксально — идеализация антиидеала (корреляции Я-идеального с Я-реальным и с Я-антиидеалом). Это объясняется тем, что замена единой мерки для «хороших» и «плохих» яркими эмоциональными образами того и другого приводит к ассимиляции зрительского Я с образом «хорошего» персонажа и к слиянию Я-реального с Я-идеальным. Но так происходит не столько «подтягивание» себя к идеалу, сколько идеализация себя. И поскольку единая общая мерка для различения «плохих» и «хороших» отсутствует («хорошие» — это те, кто приятен, на кого есть положительная эмоциональная реакция), то такое различие поверхностно, а по сути — его нет, поэтому отождествление с «хорошими» легко переходит в отождествление с «плохими». Такое неразличение добра и зла в себе и самовозвеличение — маркеры появления комплекса Сверхчеловека.

Таким образом, по крайней мере значительная часть кино Голливуда запускает процессы деградации морального сознания зрителя.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 3. С. 5–17.
- Бровкина А. Р.* Теория развития морального субъекта Л. Колберга // Система ценностей современного общества. 2012. № 25. С. 19–23.
- Полотовский С. А.* Влияние современного голливудского кино на духовную ситуацию в России: межкультурные связи в контексте международных отношений. Дис. на соиск. ... канд. ист. наук. СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 2006.
- Полуэхтова И. А.* Американское кино как средство культурной экспансии. Дис. на соиск. ... кандидата социологических наук. М., 1993.
- Трепакова А. В.* Ценности американского кино. Жанры, образы, идеи. М.: КДУ, 2007.
- Цыркун Н. А.* Протестантский морализм и американский кинематограф // Американский характер: Очерки культуры США / Отв. ред. О. Э. Туганова. М.: Наука, 1991. С. 318–331.
- Яновский М. И.* Проблема изучения кинематографа в психологии // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 5. С. 78–88.
- Яновский М. И., Приймак А. Ю.* Влияние фильма-боевика на моральные аспекты Я-концепции зрителя (постановка проблемы) // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2017. № 3. С. 416–427. doi: 10.17072/2078-7898/2017-3-416-427
- Яновский М. И., Ягодкин В. Н.* Философско-психологические идеи Дж. Локка как ключ к пониманию американских ценностей // Институт психологии Российской академии наук. Человек и мир. 2019. Т. 3. № 1 (6). С. 65–76.

## РАЗДЕЛ 6

# ЛИЧНОСТЬ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

### Особенности проявления суеверности у пациентов с онкопатологией\*

*И. Р. Абитов, В. С. Падалко*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

В статье описаны результаты исследования особенностей проявления суеверности у лиц с онкопатологией. В исследовании применялись «Опросник верований и суеверий» И. Я. Стояновой, «Опросник суеверности» И. Р. Абитова и авторские экспериментальные задания, направленные на выявление суеверных представлений в структуре внутренней картины болезни. В группе пациентов с онкопатологией обнаружены более высокие показатели веры в приметы и суеверия, готовность потратить большую сумму денег на услуги нетрадиционной медицины, более выраженная тревога в случае невозможности провести важный ритуал перед значимой медицинской манипуляцией. В данной группе респондентов проявления суеверности не имеют статистически значимых связей с оценкой дискомфорта в связи с течением заболевания и его опасности для жизни испытуемого.

*Ключевые слова:* суеверность, пралогические образования, онкологические заболевания, проявления суеверности.

Данные Международного агентства по изучению рака и показатели, характеризующие заболеваемость онкозаболеваниями в нашей стране, указывают на неуклонный рост заболеваемости злокачественными

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00644-А.



ми новообразованиями (Голивец, Коваленко, 2015), что делает актуальными исследования психологических особенностей пациентов, страдающих онкопатологией, их психических состояний и способов адаптации к стрессу, вызванному заболеванием и факторами, с ним связанными (изменение образа жизни, болезненные методы диагностики и лечения, высокая степень неопределенности в отношении течения и исхода заболевания).

В исследовании А. Н. Денисенко было выявлено, что у больных онкологического профиля наблюдается высокий уровень личностной тревожности как во время прохождения химиотерапии и лучевой терапии, так и длительное время после выписки из стационара. Автор описывает такие характеристики онкобольных, как инфантильность, соматизация тревоги, фрустрационное поведение и ригидность аффекта. У данной категории пациентов чаще всего встречались плохое настроение, астения, апатия, тревога, страх, ипохондрия и дисфория (Денисенко, 2015).

Неполное признание болезни вместе с ее отрицанием способствуют амбивалентности настроения и поведения, из-за которых проявляется вера в различные приметы (Ивашкина, 2010). Исследование больных раком молочной железы и больных с опухолью мозга, проведенное в Пакистане, выявило, что большинство из них считают, что причиной развития у них онкологического заболевания являются судьба, черная магия и сглаз (Saeed et al., 2019). Эти данные согласуются с результатами, полученными австралийскими исследователями, которые также указывают на то, что большинство больных раком молочной железы связывают возникновение болезни с суеверными убеждениями и магией (Shahid et al., 2009).

У некоторых пациентов в предоперационный период проявляется вера в знаки и вещие сны. В данный период у больных возникают негативные мысли об операции, об упущенных возможностях консервативного лечения и наблюдается оживление суеверий, веры в приметы, поиск смысла сновидений (Егикян, 2014).

Нами было проведено исследование различных проявлений суеверности, в том числе относящихся к причинам, течению заболевания и возможностям его лечения, у пациентов с онкопатологией. В нем приняли участие 60 человек в возрасте от 21 до 73 лет, 45 женщин и 15 мужчин. В группу пациентов, страдающих онкологическими заболеваниями, вошли 30 респондентов (22 женщины и 8 мужчин). Среди них 7 пациенток, страдающих раком шейки матки, 6 пациенток с диагнозом «рак молочной железы», 5 пациентов, страдающих лейкозом, 4 пациента с диагнозом «рак легких», по 3 пациента, страдаю-

щих раком предстательной железы и раком прямой кишки, по 1 пациенту с меланомой и раком желудка.

В контрольную группу вошли 30 респондентов, имеющих хронические соматические заболевания и не имеющие онкологических заболеваний в анамнезе, среди них 11 пациентов, страдающих хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы, 6 пациентов с заболеваниями дыхательных путей, 4 пациента с заболеваниями пищеварительной системы, по 3 пациента с нарушением углеводного обмена и нарушением функции почек, 2 пациента с хроническими заболеваниями нервной системы, 1 пациент с заболеванием опорно-двигательного аппарата.

Для диагностики различных проявлений суеверности нами использовались «Опросник верований и суеверий» И. Я. Стояновой (Стоянова, 2007) и «Опросник суеверности» И. Р. Абитова (Абитов, Акбиров, 2021). Диагностика специфических суеверных представлений о причинах заболевания, его течении и способах лечения проводилась с помощью авторских заданий, разработанных И. Р. Абитовым.

Опрос проводился в социальной сети «В контакте» с использованием Google-форм. Для выявления различий между двумя исследуемыми группами использовался непараметрический критерий Манна–Уитни, для выявления взаимосвязей между исследуемыми характеристиками – коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

В группе пациентов с онкопатологией обнаруживаются более высокие значения по шкале пралогического восприятия ( $U = 316,5$ ;  $p = 0,048$ ). Респонденты этой группы придают большее значение приметам и суевериям, у них более выражена вера в существование сверхъестественных сил, влияющих на жизнь человека.

Респонденты, страдающие онкологическими заболеваниями, более высоко оценивают (по шкале от 0 до 10 баллов) опасность своего заболевания, степень физического и психологического дискомфорта, которые оно вызывает. Эти результаты объясняются объективно более высокой тяжестью онкологических заболеваний (даже без учета стадии), необходимостью проведения болезненных процедур, а часто и оперативного вмешательства при их лечении и наличием признаков травматического стресса у данной группы испытуемых, что согласуется с результатами исследований Н. В. Тарабриной с соавт. (Тарабрина и др., 2010).

Также в данной группе респондентов обнаружены более высокие оценки вероятности того, что пациентам в борьбе с их симптомами могут помочь знахари, экстрасенсы, народные целители ( $U = 301,0$ ;  $p = 0,025$ ), а ослабить симптомы их заболевания могут нетрадицион-

ные методы «лечения», такие как тета-хилинг, биоэнергетика, заговор, наложение рук и т. д. ( $U = 297,5$ ;  $p = 0,021$ ). Эти результаты свидетельствуют о дифференцированном отношении к различным паранормальным явлениям. Обращает на себя внимание отсутствие статистически значимых различий между исследуемыми группами по шкале использования нетрадиционных методов лечения. Отличия проявляются только тогда, когда в вопросах о нетрадиционных методах лечения и людях, их практикующих, появляется информация о заболевании, которым страдает испытуемый. На эти различия могут влиять особое отношение в обществе к онкологическим заболеваниям как трудноизлечимым и опасным для жизни, а также неудачный опыт лечения онкологических заболеваний с помощью традиционных методов (либо малодоступность медицинской и психологической помощи таким пациентам). Этими же причинами может объясняться более высокая вероятность обращения к знахарю, магу или экстрасенсу в случае усиления симптомов заболевания ( $U = 267,0$ ;  $p = 0,006$ ).

Гораздо более существенные суммы денег готовы заплатить за лечение экстрасенсу респонденты, страдающие онкозаболеваниями (при том, что средняя сумма, которую они тратят на свое лечение, статистически значимо не отличается от суммы, которую тратят респонденты из контрольной группы) ( $U = 195,5$ ;  $p = 0,000$ ). Также более значительную сумму респонденты этой группы готовы потратить на лечение у экстрасенса, если узнают о том, что он помог кому-то из знакомых им людей ( $U = 211,0$ ;  $p = 0,000$ ), и на амулет, который помогает легче переносить болевые ощущения и дискомфорт, создаваемые заболеванием и медицинскими манипуляциями ( $U = 177,5$ ;  $p = 0,000$ ). Данные результаты отражают более высокую суеверную «настроенность» пациентов, их готовность реализовать в поведении свои убеждения относительно эффективности нетрадиционных методов лечения онкологических заболеваний. Вероятнее всего, на них влияют как интенсивность и частота болевых ощущений, так и тревога по поводу прогноза его течения и своего будущего (в том числе и по поводу неэффективности традиционных методов лечения онкопатологии и вероятности ухудшения своего физического состояния). Полученные результаты наталкивают на размышления об уязвимости пациентов данной группы для различных мошенников, предлагающих псевдомедицинские услуги.

Также респонденты, страдающие онкозаболеваниями, более высоко оценивают степень своего беспокойства в случае, если не успевают выполнить важный для них ритуал перед медицинской манипуляцией, которая может существенно повлиять на состояние

их здоровья ( $U = 233,5$ ;  $p = 0,001$ ). Этот результат свидетельствует о наличии индивидуальных ритуалов, создаваемых пациентами самостоятельно или передаваемых «из уст в уста». Данные ритуалы, вероятно, способствуют адаптации к своему заболеванию и позволяют снизить уровень тревоги и психического напряжения в связи с необходимостью проведения различных инвазивных медицинских процедур, а также компенсировать недостаток контроля над ситуацией и высокую степень ее неопределенности. Об этом же свидетельствуют более частые положительные ответы респондентов из данной группы на вопрос о том, имеются ли у них особые ритуальные действия, которые они используют для облегчения течения своего заболевания ( $U = 255,0$ ;  $p = 0,000$ ).

В контрольной группе выявлены прямые взаимосвязи оценки степени опасности заболевания для жизни (по шкале от 0 до 10 баллов) с оценкой вероятности того, что в борьбе с заболеванием может помочь представитель нетрадиционной медицины ( $r = 0,411$ ;  $p = 0,024$ ) и с величиной суммы, которую готов заплатить ему респондент за лечение ( $r = 0,473$ ;  $p = 0,008$ ). Также обнаружены прямые взаимосвязи оценки степени психологического и физического дискомфорта, доставляемого заболеванием, 1) с величиной суммы, которую испытуемый готов заплатить экстрасенсу за его лечение ( $r = 0,374$ ;  $p = 0,042$ ), 2) с суммой, которую он готов заплатить за лечение, если знакомый сообщил, что он ему помог ( $r = 0,364$ ;  $p = 0,048$ ), а также 3) со степенью беспокойства, если респондент не успел выполнить важный для него ритуал перед значимым медицинским вмешательством ( $r = 0,468$ ;  $p = 0,009$ ). Также обнаруживается прямая взаимосвязь между оценкой степени физического и психологического дискомфорта, вызванного заболеванием, и более «суеверным» советом, который склонны давать испытуемые (совет обратиться к знахарю и согласиться или даже отказаться от операции пациенту, у которого выявили рецидив онкологического заболевания).

В группе респондентов, страдающих онкологическими заболеваниями, статистически значимые взаимосвязи между указанными характеристиками отсутствуют. Это отличие может быть вызвано различным восприятием онкологического и любого другого диагноза. При хронических соматических заболеваниях (не онкологических) оценка их опасности для жизни и уровня дискомфорта иная, что, вероятно, влияет, на степень выраженности суеверных представлений об этом заболевании и способах его лечения. Постановка онкологического диагноза (вне зависимости от локализации новообразования и стадии заболевания) вызывает посттравматический стресс и приво-

дит к формированию или оживлению суеверных представлений и готовности к их реализации в действии.

Таким образом, у лиц, страдающих онкологическими заболеваниями, выявлены более высокая склонность придавать большое значение суевериям и приметам, руководствоваться ими, а также более выраженная готовность обратиться за помощью к представителям нетрадиционной медицины и потратить большую сумму денег на их услуги. При этом оценка степени физического и психологического дискомфорта в связи с заболеванием и степени его опасности для жизни не имеют в данной группе статистически значимых связей с проявлениями суеверности.

### Литература

- Абитов И. Р., Акбирова Р. Р.* Разработка опросника суеверности // Психологические исследования. 2021. Т. 14. № 75. С. 1.
- Голивец Т. П., Коваленко Б. С.* Анализ мировых и российских тенденций онкологической заболеваемости в XXI веке // Научный результат. Сер. «Медицина и фармация». Т. 1. № 4 (6). 2015. С. 79–86. doi: 10.18413/2313-8955-2015-1-4-79-86
- Денисенко А. Н.* Особенности клинко-психологического статуса онкологических больных и возможности его коррекции // Известия Самарского научного центра РАН. 2015. Т. 17. № 2 (3). С. 502–506.
- Егикян М. А.* Онкологическое заболевание в контексте психогенных факторов // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Сер. «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». 2014. Т. 20. № 4. С. 67–69.
- Ивашкина М. Г.* Опыт психокоррекционного и психореабилитирующего сопровождения личности в условиях онкологического заболевания // Лечебное дело. 2010. № 3. С. 49–54.
- Стоянова И. Я.* Прагматические образования в норме и патологии: Автореф. дис. ... докт. психол. наук. Томск, 2007.
- Тарабрина Н. В., Ворона О. А., Курчакова М. С., Падун М. А., Шаталова Н. Е.* Онкопсихология: посттравматический стресс у больных раком молочной железы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010.
- Saeed S., Khan J. A., Iqbal N., Irfan S., Shafique A., Awan S.* Cancer and how the patients see it; prevalence and perception of risk factors: a cross-sectional survey from a tertiary care centre of Karachi, Pakistan // BMC Public Health. 2019. V. 19. doi: 10.1186/s12889-019-6667-7
- Shahid S., Finn L., Bessarab D., Thompson S. C.* Understanding, beliefs and perspectives of Aboriginal people in Western Australia about cancer and its impact on access to cancer services // BMC Health Services Research. 2009. V. 9. doi: 10.1186/1472-6963-9-132

## Суицидальные тенденции на фоне переживания утраты близкого человека\*

А. А. Агишева

Институт психологии РАН, Москва

В статье описывается осложнение процесса нормативного горевания, ассоциированного с утратой значимого близкого, развитием аутоагрессивной динамики. Отмечаются предикторы, факторы возникновения суицидальной идеации, в частности, кумулятивная психотравматизация и наличие принятых антивитаальных решений. Иллюстрируются специфика и значимость депрессивного компонента в ходе горевания, а также характерные особенности прохождения экзистенциальной дилеммы в процессе переживания утраты. Обсуждаются актуальные вопросы превенции суицидов на фоне потери близкого, намечается возможный вектор психотерапевтического сопровождения человека, переживающего кризис базального выбора.

*Ключевые слова:* суицид, суицидальные тенденции, утрата, потеря близкого, горевание, осложненное горевание.

Горевание, вызванное смертью близкого, — естественный с эволюционной точки зрения адаптационный процесс, способствующий постепенному приспособлению лица, переживающего утрату, к новой реальности. Нормальное течение горевания, как правило, не вызывает клинической настороженности и не требует специализированной помощи, психика горющего самостоятельно перерабатывает происходящее с опорой на адекватную социальную поддержку и индивидуальный опыт переживания утрат (Казымова и др., 2019). В течение жизни способность горевать нагружается не только фатальными, необратимыми утратами, проходящими под эгидой смерти, но и менее драматичными потерями, которые могли быть не в полной мере переработаны в силу недостаточной зрелости психического аппарата на определенных этапах онтогенеза или в связи с табуированностью, блокированием переживания горя в родительской семье.

В ряде случаев горевание принимает осложненные формы, что выражается в затяжном течении острой фазы, продолжительном отрицании факта смерти или отсутствии нормальной реакции горя, хронифи-

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

кации процесса, присоединении признаков клинической депрессии, психотических симптомов, суицидальных тенденций. Патологическое горевание становится растянутым во времени страданием, находясь внутри которого, человек лишается настоящего, постоянно пребывая в воспоминаниях или ужасе перед будущим (Волкан, Зинтл, 2017). В сущности, не происходит нормативного оплакивания утраченной перспективы, совместных планов, построенных до смерти близкого, при этом опыт, пережитый в контакте с ним, не интегрируется. Амбивалентное отношение к утраченному объекту любви выражается в слабо осознаваемом внутриличностном конфликте, где сталкиваются надежда на воскрешение умершего и желание его аннигиляции (Волкан, Зинтл, 2017).

К предикторам осложненного горевания относятся внезапный, насильственный характер смерти, незавершенные, симбиотические отношения с умершим, аутентичная или невротическая вина перед ним, психологическое неблагополучие скорбящего, ненадежный стиль привязанности, перегруженность способности горевать иными утратами, отсутствие в опыте модели нормального горевания (Волкан, Зинтл, 2017). Переживание потери близкого сопряжено не только с утратой важных интимных отношений во внешней реальности, с нарушением уклада устоявшейся системы, но и с символической смертью части себя, связанной, идентифицируемой с умершим. Утрата способна подорвать представления оставшегося в живых о безопасности, незыблемости, справедливости мира, инициировать радикальный пересмотр взглядов на других людей и отношения с ними (Набойченко, 2006). В связи с этим корректная оценка нормативности горевания важна как с точки зрения своевременной диагностики и оказания профессиональной помощи скорбящему для сохранения его социальной адаптации и превенции суицида, так и из гуманистических соображений, направленных на поддержку и разделение страданий, оказавшихся для человека непереносимыми (Crawley et al., 2022).

Возникновению суицидальных тенденций в процессе осложненного горевания могут предшествовать кумулятивная психотравматизация, наличие сопутствующих психических расстройств, продолжительное пребывание в трудной жизненной ситуации, лежащие в основе принятия антивитаальных решений. Последние не всегда имеют однозначный диагностический контур, в ряде случаев маскируясь под экстремальное, самосаботирующее, аутоперфекционистское поведение. Первичные антивитаальные решения принимаются в раннем возрасте в ответ на вербальные или невербальные предписания парентальных фигур, основываясь на инфантильных

представлениях ребенка о себе, других и устройстве мира (Гулдинг, Гулдинг, 2001). В более старшие периоды решения такого рода могут формироваться в ситуации острого, травматического стресса. Так, утрата значимого близкого, являясь стрессором высокой интенсивности (Казымова и др., 2019), часто выступает катализатором ранее принятых антивитаальных решений субъекта или же индуцирует обособленное от прошлого опыта стремление к смерти как следствие тяжелой травматизации.

Потенциальное наличие варианта ухода из жизни по собственной инициативе может несколько снижать интенсивность страданий, с которыми человек сталкивается при прохождении острого кризиса, с одной стороны, временно облегчая самочувствие, с другой — блокируя психическую энергию, необходимую для выхода из ситуации базальной дилеммы, отражая неспособность совладать с экзистенциальной тревогой. Разрешение витального тупика в пользу жизни считается временным, пока оно основано исключительно на волевой регуляции и рациональном выборе, в то время как истинное решение жить принимается преимущественно с опорой на эмоционально-чувственную сферу (Гулдинг, Гулдинг, 2001). Также и принятие факта потери только на когнитивном уровне в обход эмоционально-аффективной составляющей нельзя назвать осознаваемой, пережитой утратой — в данном случае горе остается неинтегрированным и может породить неадекватное поведение (Анцыферова, 2006).

На каждом из этапов жизненного пути, в особенности, в переломные моменты, к которым относится опыт переживания утраты, субъект сталкивается с экзистенциальной дилеммой, полностью воспроизводя, пересматривая или аннулируя предшествующие решения в отношении собственной жизни. Многообразие и разнополярность человеческого бытия ставит человека перед выбором: преодолевать трудности, двигаться сквозь переживания и продолжать жить или же избегать чувственного опыта, уклоняться от осознания, вставая тем самым на сторону смерти (Анцыферова, 2006). Благополучное прохождение сквозь экзистенциальную дилемму, мучительное разрешение тупика обычно сопровождается депрессией, «обратимой смертью», за которой следует глубинное принятие решения в пользу жизни (Мацлиах-Ханох, 2016).

В классической модели горевания Э. Кюблер-Росс депрессия описывается как самостоятельная продолжительная стадия, однако для современных исследований переживания утраты менее характерна четкая стадийность, принято считать, что коморбидные депрессивные состояния разной степени тяжести могут сопровождать



горящего на протяжении всего процесса. Во время депрессии психическое пространство самоорганизуется для траура и реконструирования внутреннего мира, купируя импульс горящего отправиться вслед за умершим близким (там же). В случае развития осложненного горевания депрессия часто принимает клинические формы, жизнедеятельность субъекта серьезно нарушается, возникает повышенный суицидальный риск. Хронифицированное горевание и сопровождающая его депрессия утрачивают свои адаптационные, конструктивные свойства, превращаясь в болезненное состояние, требующее специализированной помощи (Мацлиах-Ханох, 2016).

Интернализированные объекты, вызывающие у горящего тяжелые амбивалентные переживания, детерминируют развитие неосознаваемой аутоагрессивной динамики (Мацлиах-Ханох, 2016). Наряду с этим, в подавляющем большинстве случаев адаптация к утрате сопровождается чувством вины по отношению к умершему, которое играет временную копинговую роль, создавая иллюзию всемогущества перед лицом танатической тревоги. Данный процесс является нормальным, если нивелируется с течением времени, не сопровождается сверхценными или бредовыми идеями. В противном случае возникает повышенный риск саморазрушительного, парасуицидального и истинно суицидального поведения. Сформированная в процессе горевания суицидальная идеация может выполнять функцию самонаказания, ассоциированного с виной выжившего, или же являться следствием плохо переносимого стыда, например, в ситуации переживания «нелегального горя», вызывающего желание исчезнуть, оказаться за пределами жизненного контекста. Вместе с тем гнев на умершего за его уход из жизни и отношений, даже вынужденный, может быть подавлен вследствие специфического трактования религиозных догм, стремления к социально одобряемому функционированию, что также ведет к переходу заблокированного чувства в аутоагрессивную динамику.

Суицидальные тенденции могут иметь разную интенсивность, частоту проявлений и принимать форму маскированных суицидальных мыслей, прямых размышлений об уходе из жизни, суицидального плана, парасуицидального, самоповреждающего поведения, демонстративных и истинных суицидальных попыток, завершеного суицида. Наряду с физической смертью современные исследователи выделяют также смерть психическую — распад, дезорганизацию психической деятельности; смерть социальную, сопровождающуюся разрывом социальных связей, антисоциальным поведением, прекращением исполнения общественно полезной функции, изоляцией;

смерть психологическую, в ходе которой происходят редукция ценностно-смысловой сферы, резкое снижение витальности, утрата эмоционально значимых связей, отношений и привязанностей. Суицидальные тенденции, в том числе не прямой отказ от жизни, у людей, переживающих психическую, социальную, психологическую смерть, крайне выражены и направлены на приближение биологической смерти. Латентный характер косвенной суицидальности, выражающийся в саморазрушительном, аутоагрессивном отношении к себе и соответствующем поведении, вуалирует стремление к уходу из жизни не только для окружающих, но и для самого человека, в результате чего угроза наступления физической смерти становится крайне высокой и неочевидной. Летальный исход в таком случае часто принимает форму трагической случайности или фатального стечения обстоятельств (Набойченко, 2006).

Стигматизация, осуждение суицидов на разных уровнях может играть предохраняющую роль, однако создает дополнительную проблему для людей, столкнувшихся с суицидальной идеацией — они испытывают дополнительные стыд, вину, страх осуждения, препятствующие обращению за помощью. Значимыми социальными, просветительскими задачами, с точки зрения превенции суицидов, на фоне переживания потери являются доступное информирование широкой общественности о нормальном течении процесса горевания и возможных признаках его осложнения, легализация переживания интенсивных чувств широкого спектра в ситуации утраты, снятие табуированности с темы смерти и организация доступной психологической, социальной помощи для горюющих.

Сегодня у нас есть достаточно веские доводы, подтверждающие преобладание стремления к жизни в самых разных и неожиданных ее проявлениях (Анцыферова, 2006). До тех пор, пока суицидент сохраняет жизнь, он имеет дело с тяжелым интрапсихическим конфликтом, в котором участвует и та часть его личности, которая ищет способ выжить. Своевременное и достаточное катектирование этой части профессиональной помощью, социальной поддержкой, силой Эго самого субъекта может оказаться сохраняющей жизнь и целостность интервенцией. Психотерапевтическое сопровождение человека, переживающего кризис базального выбора, может вестись в русле исследовательской работы с витальным тупиком, включающей уточнение обстоятельств ранее принятых решений, конфронтирование несостоятельных и жизнеугрожающих выборов, иллюзий и предрассудков, высвобождение и «распутывание» аффекта и аутентичных переживаний. Конструктивное прохождение через описанные этапы созда-

ет пространство для принятия нового решения в экзистенциальной дилемме – выбор в пользу жизни.

Важнейшую копинговую роль в переживании потери близкого играет встраивание скорбящим в Я-концепцию представления о себе как о хранителе памяти, в чем-то продолжающем жизнь любимого человека (Анцыферова, 2006). Идентифицируясь с привлекательными для себя чертами, горюющий может присвоить необходимые стороны того, кто был ему дорог, восстанавливая таким образом нарушенный утратой гомеостаз, утверждая во внутреннем мире совместность и общее прошлое (Волкан, Зинтл, 2017).

Продуктивное течение горевания разрешается светлой печалью и освобождением от амбивалентного отношения к умершему, но, в определенном смысле, никогда не прекращается полностью. Добросовестно и последовательно проделывая работу горя, человек выходит на новый уровень личностной зрелости, понимания себя и мироустройства, получает доступ к более глубокому переживанию ценности и радости бытия.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Волкан В., Зинтл Э.* Жизнь после утраты: психология горевания. М.: Когито-Центр, 2017.
- Казымова Н. Н., Харламенкова Н. Е., Никитина Д. А.* Тяжелые жизненные события и их психологические последствия: утрата или угроза потери близкого // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. № 2. С. 96–101.
- Набойченко М. М.* К проблеме социальной и психологической смерти в «обществе риска» // Известия вузов. Северо-Кавказский регион. Серия: Общественные науки. 2006. № 26. С. 96–98.
- Гулдинг М., Гулдинг Р.* Психотерапия нового решения. Теория и практика. М.: Независимая фирма «Класс», 2001.
- Мацлиах-Ханох С.* Сказки обратимой смерти: Депрессия как целительная сила. М.: Когито-Центр, 2014.
- Crawley S., Sampson E. L., Moore K. J., Kupeli N., West E.* Grief in family carers of people living with dementia: A systematic review // International Psychogeriatrics. 2023. V. 35. Special Issue 9. P. 477–508. doi: 10.1017/S1041610221002787

## Копинг ухода: особенности восприятия трудной жизненной ситуации\*

*Е. В. Битюцкая, М. И. Кунашенко*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В статье рассмотрены особенности образа трудной жизненной ситуации, определяющего копинг ухода от трудности (избегания). Применяется смешанный дизайн исследования как сочетание количественных и качественных методов (анализ профилей по опроснику, контент-анализ описаний жизненных трудностей, оценки эксперта). Показано, что избегание характеризуют следующие психологические особенности: отрицательные эмоции и оценки ситуации, воспринимаемая неподконтрольность происходящего и невозможность решить задачу, копинг дистанцирования. Результаты обсуждаются в контексте намеченного Л. И. Анцыферовой понимания копинг-стратегий «самосохранения в ситуации трудностей», соответствующих избеганию.

*Ключевые слова:* восприятие ситуации, жизненная задача, копинг, уход от трудности, смешанный дизайн исследования.

Из всех известных вариантов копинга избегание (уход) является одним из самых неоднозначных. Во-первых, существуют аргументы как в пользу его конструктивности, так и неконструктивности, неадекватности (Харламенкова, 2016). Во-вторых, в ряде исследований уход противопоставляется приближению (approach/avoidance), но в других – показаны их взаимное дополнение или последовательность (когда избегание и приближение рассматриваются как этапы копинга) (Roth, Cohen, 1986). В-третьих, общеизвестно, что избегание связано со страхом и тревогой, но напрямую не устраняет их; в то же время существуют исследования, в которых предпринимаются попытки обучить избеганию, например, при тревожных расстройствах (Hofmann, Nau, 2018).

В статье, ставшей первой по исследованиям совладания с трудными жизненными ситуациями в российской психологии, Л. И. Анцыферова выделяет три вида копинг-стратегий: 1) преобразующие стратегии, 2) приемы приспособления, 3) вспомогательные приемы самосохранения в ситуации трудностей и несчастий. К последним относятся «техники борьбы с эмоциональными нарушениями, вы-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-28-01255. URL: <https://rscf.ru/project/23-28-01255>.

званными неустрашимыми, с точки зрения субъекта, негативными событиями» (Анцыферова, 1994, с. 10): уход или бегство из трудной ситуации, включая внутреннее отчуждение от ситуации или подавление мыслей о ней, фокусированные на эмоциях стратегии, отрицание как отказ признать травмирующее событие. Автор подчеркивает, что эти приемы могут быть неконструктивны, но адаптивны, поскольку облегчают психологическое состояние.

Наше эмпирическое исследование направлено на обоснование классификации восприятия трудных жизненных задач (ТЖЗ), рассматриваемых как трудные ситуации, предполагающие достижение высокозначимой цели, возможность контроля со стороны субъекта. В настоящей работе мы изучаем избегание как один из типов восприятия ТЖЗ – отстраненный тип – и обосновываем его особенности с помощью анализа различий с другими типами, выполненного на основе контент-анализа. Классификация включает следующие типы:

- драйвовый – стремление к трудности, связанное с переживанием драйва;
- максимальный – многозадачность и достижение перфекционистской цели при наиболее высоких затратах усилий;
- оптимальный – направленность на достижение трудной цели оптимальными усилиями (не выше, не ниже, чем требуют условия задачи);
- амбивалентный – колебания между приближением к трудности и уходом от нее;
- отстраненный – избегание трудной ситуации, уход от тяжелых переживаний, которыми поглощено сознание.

Тип определяется экспертом-психологом на основе, во-первых, анализа профиля респондента по опроснику «Типы ориентаций в трудной ситуации» (ТОРС) и, во-вторых, дальнейшего сопоставления этого профиля с качественными данными (описанием ТЖЗ). Использование качественных данных необходимо, потому что восприятие ситуаций предполагает учет индивидуальных интерпретаций и оценок ситуаций, которые невозможно изучить при использовании только опросников. Подробно дизайн исследования, методы, выборка представлены в нашей статье «Стремление к трудности как тип восприятия жизненных ситуаций» (Битюцкая, Кунашенко, 2024).

*Цель* исследования – описать характерные особенности отстраненного типа, в том числе отличающие его от других типов данной классификации. Мы анализировали психологические причины избегания: в каких ситуациях оно возникает, какое восприятие (образ

ситуации) определяет копинг ухода. Исходя из этого мы решали две эмпирические задачи:

- провести попарное сравнение показателей, полученных для отстраненного типа, с каждым другим типом и выделить наиболее существенные различия, которые будут подтверждены с помощью статистического анализа (U-критерий Манна–Уитни, далее приводится значимость различий  $p$ );
- описать значимые для этого типа воспринимаемые характеристики ситуации (оценки, копинг-стратегии и другие) на основе анализа частот встречаемости подкатегорий (в тексте они даны в процентах от частоты упоминаний по соответствующей категории для данного типа). Контент-анализ предполагал сплошной подсчет, каждый случай кодировался двумя или тремя кодировщиками, с достижением консенсуса по неоднозначным ответам.

В общую выборку исследования вошли 611 участников, из них 184 мужчины и 427 женщин (в возрасте 19–52 года;  $M = 25$ ;  $SD = 5,8$ ). Количество случаев разных типов следующее: 1 ( $n = 67$ ), 2 ( $n = 89$ ), 3 ( $n = 139$ ), 4 ( $n = 245$ ), 5 ( $n = 60$ ). 11 случаев не были отнесены ни к одному из перечисленных типов. случаем мы считаем описание ТЖЗ и относящийся к нему профиль респондента по опроснику.

Анализируя полученные результаты, рассмотрим частоту упоминания подкатегорий в рамках категорий и статистически значимые различия с другими типами по частоте:

- *Содержание ситуации.* Избегание чаще всего встречается при описании ситуаций трех жизненных сфер: 1) внутриличностной (35,4%); 2) межличностной (24,8%), в том числе отношений с партнером (12,4%); 3) в ситуациях угрозы жизни и здоровью, в том числе болезней (18,6%). Примеры ситуаций из отчетов респондентов: «не могу оправиться от абьюзивных отношений и чувствую себя постоянно плохо»; «избавиться от зависимости от человека»; «тяжелая болезнь моей бабушки». Статистически значимо чаще, чем у остальных типов, в отчетах, отнесенных к избеганию, описаны трудности отношений с партнером ( $p \leq 0,031$ ), значимо реже – профессиональная сфера ( $p \leq 0,041$ ).
- *Время.* При отстраненном типе значимо реже, по сравнению с остальными типами, анализируется тема времени и сроков ( $p \leq 0,039$ ). В 22,4% упоминается, что ситуация длительная или часто происходящая.
- *Эмоции.* В отчетах об избегании негативные интенсивные эмоции (сильная тревога, страх, паника, чувство безысходности) состав-

ляют 65,4% от всех упоминаний эмоций (различия обнаружены с 1 и 3 типами:  $p=0,03$ ;  $p=0,008$ , соответственно), а 28,2% – негативные неинтенсивные эмоции («постоянно беспокоюсь»). Одной из характерных черт избегания выступило отсутствие упоминания позитивных эмоций.

- *Степень и суть трудности.* В 34,5% отмечается, что ситуация очень трудная, в 23,6% – что необходимо справиться со своим состоянием, в 16,4% высказываются сомнения в своих возможностях справиться с ситуацией.
- *Оценки.* Представители отстраненного типа чаще всего оценивают ситуацию амбивалентно (47,5%) или отрицательно (45%; различия с 1 и 3 типами  $p<0,001$ ). Критериями оценки чаще всего выступают непонимание (40%), неподконтрольность ситуации (20%), дилемма (16,7%) и значимость для будущего (13,3%). В отчетах отстраненного типа отсутствуют упоминания контроля над ситуацией.
- *Копинг.* У избегания значимо чаще встречаются копинг-стратегии ухода ( $p\leq 0,046$ ) и дистанцирования ( $p<0,001$ ). В то же время значимо реже, чем в отчетах остальных типов, упоминаются планомерный копинг ( $p\leq 0,001$ ) и положительная переоценка ( $p\leq 0,043$ ). Статистически значимо чаще, чем в отчетах других типов ( $p<0,001$ ) (кроме амбивалентного типа,  $p=0,052$ ), встречаются упоминания невозможности преодоления ситуации (10,5%).
- *Цели.* По сравнению с другими типами, для отстраненного типа значимо чаще выявлены цели избегания ( $p\leq 0,002$ ; 42,5%), реже встречаются цели приближения ( $p<0,001$ ; 31,3%).
- *Возможности и ограничения.* Статистически значимо чаще, чем у всех остальных (кроме амбивалентных), отмечается, что возможности ситуации не обнаружены или отсутствуют ( $p\leq 0,029$ ; 6,7%), а в 23% случаев возможности вовсе не упоминаются. Участники исследования, отнесенные к отстраненному типу, чаще всего описывают собственные возможности (21,7%) и социальный ресурс (13,5%). Среди ограничений респонденты, отнесенные к избеганию, наиболее часто указывают собственные ограничения (41,8%) и социальные ограничения (21,7%), в 14,5% ограничения вовсе не упоминаются в описаниях ( $p\leq 0,05$ ).
- *Прогнозирование успешных и неуспешных вариантов развития ситуации.* Из подкатегорий, описывающих неуспех, чаще всего упоминаются опасения, что ситуация ухудшится (25,9%), утрата (22,2%) и предельный неуспех, связанный с упоминанием смерти (16,7%). Значимые различия по последнему обнаружены с первым

и вторым типами ( $p=0,031$  и  $p=0,002$ , соответственно). В содержании успеха избавление от чего-то неприятного выступает одной из характеристик избегания (26,2%).

В качестве основного итога этого исследования представим обобщенный психологический портрет человека, воспринимающего актуальную ситуацию по типу избегания (отстранения). Такой субъект предстает как раздираемый внутренними конфликтами и не справляющийся со своими отрицательными эмоциями, несчастно влюбленный или переживающий безысходность при постановке медицинского диагноза. Ситуация оценивается им отрицательно или амбивалентно (из-за сомнений), как неконтролируемая, но при этом значимая для будущего. Сознание поглощено негативными эмоциями, от которых нужно избавиться. Отсюда преобладание целей избегания (избавления) и ощущение необходимости справиться со своим состоянием. В ряде случаев ситуация длительная, но для выборки избегающих в целом упоминание времени, сроков решения задачи нехарактерно или проявляется в минимальной степени. Это означает, что, воспринимая ситуацию по типу избегания, человек не фокусируется на сроках выхода из нее, вероятно, потому что не настроен решить задачу. В копинге обращает на себя внимание такая характеристика, как «невозможность преодоления», что сочетается с неподконтрольностью. Интересно, что из всех стратегий ухода именно дистанцирование (не замечать ситуацию, не придавать ей значения) значимо отличает избегающих от других типов. Связанный с этим факт состоит в том, что в ряде случаев возможности ситуации не обнаруживаются, не упоминаются или оцениваются как отсутствующие; иногда не упоминаются и ограничения. В целом это говорит о том, что в некоторых отчетах рассматриваемого типа отсутствует анализ предметной ситуации, потому что от нее важно мысленно отстраниться. При анализе собственных возможностей и ограничений первые упоминаются в 22% описаний, а вторые в 42%, что может указывать на большее внимание ограничивающим качествам. Описывая неуспешные сценарии развития ситуации, представители этого типа чаще всего упоминают опасения, связанные с тем, что ситуация ухудшится, завершится потерей или предельным неуспехом, а при прогнозах максимально успешных вариантов развития событий чаще всего упоминается избавление от негативных последствий (например, «выйти из тяжелого морального состояния», «избавиться от болезненных переживаний»).

Сравнивая результаты проведенного анализа с кратким, но емким по смыслу описанием «вспомогательных приемов самосохране-



ния», описанных Л. И. Анцыферовой (Анцыферова, 1994), отметим, что предложенная автором формула оказалась удивительно точной. Наши данные подтверждают и раскрывают феноменологию «внутреннего отчуждения» от трудной ситуации. При этом неконструктивность ухода связана с тем, что он направлен на отказ от решения трудной задачи. Но при описанном сочетании характеристик восприятия (отрицательные эмоции, оценки и прогнозы, субъективная невозможность изменить ситуацию к лучшему, желание избавиться от негативного влияния условий) уход можно признать адаптивной копинг-стратегией. В то же время отрицание, которое Л. И. Анцыферова описывает в контексте ухода, в рамках дизайна нашего исследования изучить сложно. Это связано с тем, что участники сообщали о ситуациях, которые признают и осознают как ТЖС. Отрицание, вероятно, является еще одним – отдельным – вариантом в рамках копинга, направленного на уход от трудности.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Битюцкая Е. В., Кунашенко М. И.* Стремление к трудности как тип восприятия жизненных ситуаций // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2024. Т. 47. № 1. С. 56–87. doi: 10.11621/LPJ-24-03
- Харламенкова Н. Е.* Избегание как признак посттравматического стресса и стиль совладания // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: Материалы IV международной научной конференции (Кострома, 22–24 сентября 2016 г.): В 2 т. Т. 1 / Отв. ред. Т. Л. Крюкова и др. Кострома: КГУ, 2016. С. 168–171.
- Roth S., Cohen L.* Approach, avoidance, and coping with stress // *American Psychologist*. 1986. V. 41 (7). P. 813–819. doi: 10.1037/0003-066X.41.7.813
- Hofmann S. G., Hay A. C.* Rethinking avoidance: Toward a balanced approach to avoidance in treating anxiety disorders // *Journal of Anxiety Disorders*. 2018. V. 55. P. 14–21. doi: 10.1016/j.janxdis.2018.03.004

## **События жизненного пути и их особенности при переживании последствий оскорбления**

*А. А. Бузина*

Москва

В статье представлены результаты исследования воспроизведения образов жизненного пути людьми средней взрослости, сообщившими о переживании оскорбления. В исследовании участвовали 120 человек (85 женщин и 35 мужчин; средний возраст — 46 лет). При анализе показателей эмоционального характера статистически значимых различий в воспроизведении радостных событий получено не было. Определено, что участники исследования с высоким уровнем посттравматического стресса, вызванного переживанием оскорбления, имеют тенденцию оценивать воздействие грустных событий жизни выше. При оценке временной перспективы на уровне статистической тенденции было установлено, что интенсивному переживанию оскорбления соответствует склонность к худшему воспроизведению событий, относящихся к будущему. События прошлого респонденты с разным уровнем переживания оскорбления оценивают одинаково.

Ключевые слова: жизненный путь, оскорбление, эмоциональное насилие, средняя взрослость, посттравматический стресс.

Оценивая переживания и поведение человека в трудных жизненных ситуациях, к числу которых, безусловно, относится и оскорбление, необходимо принимать во внимание внутренний мир личности, определять уровень «биографического стресса». Рассматривая травмирующую ситуацию, стоит учитывать ту ценность, которая в определенных условиях может быть потеряна или уничтожена (Анцыферова, 1994). В случае оскорбления такой ценностью можно считать саму личность и ее психологическое благополучие. Эмоциональное насилие, к видам которого относится оскорбление, направлено на разрушение внутреннего мира человека. Переживающий оскорбление теряет способность логически мыслить, испытывает вину, страх, стыд, гнев (Казымова и др., 2019).

Негативные воздействия антропогенного характера не всегда сопровождаются причинением человеку физического ущерба, однако могут нанести вред не меньший, а иногда даже больший, чем физическое насилие. К числу таких воздействий относится оскорбление, способное нарушить психологическое благополучие личности, поставить под удар самооценку, личностную и социальную идентичность

человека. Оскорбление, особенно носящее длительный характер, приводит к потере чувства собственного достоинства, ослаблению и даже разрушению эго-идентичности, а также к развитию посттравматического стресса (далее – ПТС) (Харламенкова, 2016).

Исследуя личность в такой трудной жизненной ситуации, как негативное эмоциональное воздействие, целесообразно обратиться к биографическому подходу, который предоставляет возможность оценить поведение личности на протяжении многих лет и сквозь призму различных событий, изучить ситуации, в которые когда-либо попадала личность.

Жизненный путь представляет собой последовательность событий жизни человека, его формирование как личности и субъекта деятельности в конкретном социальном и историческом контексте (Ананьев и др., 1968). Основанием периодизации жизненного пути служат события – поворотные этапы, особые пункты в развитии личности, которые характеризуются принятием важных решений (Бурлачук, Коржова, 1998).

Анализируя психологические последствия оскорбления, целесообразно обратиться к тому, как представлены те или иные события в сознании человека, какие именно образы жизненного пути он воспроизводит.

*Целью* исследования стало выявление взаимосвязи интенсивности ПТС, вызванного переживанием оскорбления, и представления о жизненном пути.

*Гипотеза* исследования состояла в том, что интенсивность переживания оскорбления сопряжена с воспроизведением в памяти жизненных событий, касающихся прошлого, а также грустных обстоятельств.

Участниками исследования стали 120 человек (85 женщин и 35 мужчин, средний возраст – 46 лет). В индивидуальном опросе участников применялись следующие методики:

1. «Опросник травматических ситуаций», разработанный Дж. Норбеком (J. S. Norbeck), И. Сарасоном, Дж. Джонсоном, Дж. Сигель (I. G. Sarason, J. H. Johnson, J. M. Siegel J. M.), адаптированный на русский язык Н. В. Тарабриной. Методика позволяет оценить наличие или отсутствие признаков ПТС, а также установить, какое место занимает переживание травматического опыта в субъективном мире человека.
2. Проективная методика «Психологическая автобиография», разработанная Е. Ю. Коржовой. Методика позволяет выявить особенности переживания значимых жизненных ситуаций. Участнику исследования предлагается перечислить и оценить по пятибалль-

ной шкале важнейшие, с его точки зрения, события — грустные и радостные, как прошедшие, так и ожидаемые в будущем. Количество событий не ограничено. Также можно определить «вес» жизненных событий: чем больше «вес», тем выше значимость тех или иных событий.

3. «Миссисипская шкала — гражданский вариант» (Mississippi Scale — MS), разработанная Т. М. Кином с коллегами (Т. М. Keane et al.) для оценки посттравматических реакций у ветеранов боевых действий. Впоследствии был разработан гражданский вариант методики, 39 утверждений которого обобщают опыт людей, переживших тяжелые, экстремальные ситуации. «Миссисипская шкала» адаптирована на русский язык Н. В. Тарабриной.

Статистическая обработка результатов осуществлялась с использованием программных пакетов Excel и Statistica v. 10.

Участники исследования были разделены на две группы в зависимости от заполнения пункта 26 LEQ, который касается переживания оскорбления. Отметившие данный пункт составили первую группу (74 человека), не сообщившие о переживании ими оскорбления вошли во вторую группу (46 человек).

Для целей исследования работа в дальнейшем шла с респондентами первой группы. Данная группа была разделена на три подгруппы в зависимости от оценки переживания оскорбления по пятибалльной шкале (пункт 26 LEQ). Оценившие этот травматический опыт в 1–2 балла составили подгруппу «Низкий ПТС» (25 человек, обозначение — «н»), в 3 балла — подгруппу «Средний ПТС» (31 человек, обозначение — «с»), в 4–5 баллов — «Высокий ПТС» (18 человек, обозначение — «в»).

Для оценки продуктивности воспроизведения образов жизненного пути были проанализированы показатели методики «Психологическая автобиография» участников исследования, сообщивших о переживании оскорбления ( $n = 74$ ).

Оценивая общее количество названных событий ( $Me = 14,0$ ;  $SD = 2,405$ ) стоит отметить, что респонденты обращались к значимым ситуациям жизни (в частности, поступление в институт, начало работы, появление семьи). При этом участники исследования охотнее сообщали о событиях прошлого ( $Me = 10,0$ ;  $SD = 2,393$ ), таких, как, например, получение диплома, вступление в брак, переезд в другой город. О будущих событиях респонденты говорили менее охотно ( $Me = 3,0$ ;  $SD = 0,989$ ), ссылаясь на неопределенность жизни и даже на суеверные опасения. Нередко озвучивались конкретные планы, связанные с взрослением детей или покупкой недвижимости.

Что же касается эмоциональной оценки событий, то радостные события вспоминали чаще ( $Me = 9,0$ ;  $SD = 2,384$ ), чем грустные ( $Me = 5,0$ ;  $SD = 2,030$ ). Среди радостных событий упоминались, в частности, рождение детей, смена профессии, путешествия. Грустные события в основном затрагивали близких (смерть или тяжелая болезнь члена семьи) или профессиональные отношения (потеря работы, проблемы с бизнесом).

Далее был проведен сравнительный анализ жизненного пути респондентов с разным уровнем ПТС, вызванного переживанием оскорбления. При сравнении показателей методики «Психологическая автобиография» подгрупп «Низкий ПТС», «Средний ПТС» и «Высокий ПТС» с использованием критерия Краскела–Уоллиса статистически значимых различий выявлено не было.

Для более точного определения различий были попарно проанализированы показатели методики «Психологическая автобиография» подгрупп с использованием U-критерия Манна–Уитни. При сравнении баллов подгрупп «Низкий ПТС» и «Средний ПТС», «Средний ПТС» и «Высокий ПТС», а также «Низкий ПТС» и «Высокий ПТС» по общему числу событий и общему «весу» событий статистически значимых различий выявлено не было. Подгруппы статистически не различаются и по временным показателям – количеству прошедших и будущих событий, а также их «весу».

Таким образом, статистический анализ выявил, что участники исследования, переживающие последствия оскорбления с разной интенсивностью, одинаково воспроизводят и оценивают события, относящиеся к временной перспективе. Объясняя данный результат, представляется целесообразным обратиться к возрасту респондентов: период средней взрослости представляет собой время активной жизнедеятельности, профессиональной реализации, выстраивания семейных отношений. У многих респондентов уже сформированы эффективные стратегии совладания с оскорблением, поэтому и отношение к разным жизненным событиям может не зависеть от стресса, вызванного этим стрессором.

Сравнение показателей подгрупп по числу радостных и грустных событий, а также по их «весу» статистически значимых различий не показало. На уровне статистической тенденции получены различия подгрупп «Средний ПТС» и «Высокий ПТС» по «весу» грустных событий ( $U = 190,50$ ,  $p = 0,067$ ;  $Me = 17,0$ ,  $SD = 9,506$ ;  $Me = 23,0$ ,  $Sd = 10,450$ , соответственно). Следовательно, отмечается тенденция респондентов, интенсивнее переживающих воздействие оскорбления, придавать большую значимость грустным событиям.

Часть грустных событий, называемых представителями подгруппы «Высокий ПТС», связана с ситуацией оскорбления (в частности, развод и другие проблемы в партнерских отношениях, конфликты на рабочем месте). Большой склонности к воспроизведению грустных событий могут способствовать личные особенности данных респондентов: вызванные ситуацией оскорбления проблемы с самооценкой, развитие виктимности и сензитивности.

Для анализа взаимосвязи особенностей воспроизведения значимых ситуаций и выраженности посттравматических стрессовых реакций у респондентов, сообщивших о переживании оскорбления, был проведен корреляционный анализ показателей «Психологической автобиографии» и гражданского варианта «Миссисипской шкалы». Использовался коэффициент корреляции Спирмена ( $r_s$ ).

Статистически значимых взаимосвязей найдено не было, за исключением установленной на уровне статистической тенденции обратной корреляционной связи показателей «Миссисипской шкалы» и количества будущих событий ( $r_s = -0,217$ ,  $p = 0,062$ ). Таким образом, респонденты, интенсивнее переживающие воздействие оскорбления, склонны меньше обращаться к будущему.

Такие психологические последствия оскорбления, как ощущение бессмысленности жизни, собственной бесполезности и неполноценности негативным образом сказываются на ожиданиях от будущего. Формируется экстернальный локус контроля, человек утрачивает веру в свои возможности изменить жизнь к лучшему. Представители подгруппы «Высокий ПТС» затруднялись называть события будущего, а если все-таки перечисляли их, то сосредотачивались на грустных ситуациях (например, утрата близких, собственные болезни, ожидаемое снижение дохода в связи с выходом на пенсию).

Итак, проведенное исследование не позволило подтвердить гипотезу, согласно которой интенсивность переживания оскорбления сопряжена с воспроизведением в памяти жизненных событий, касающихся прошлого, а также грустных обстоятельств. Выявлена лишь тенденция респондентов, интенсивнее переживающих воздействие оскорбления, придавать большую значимость грустным событиям, что выражается в высокой оценке воздействия грустных событий жизни.

Также установлено, что интенсивному переживанию оскорбления соответствует меньшая тенденция обращаться к событиям будущего.

В дальнейших подобных исследованиях необходимо учесть специфику такого стрессора, как оскорбление. Негативное эмоциональное воздействие не ограничивается описанием пункта 26 LEQ, оно

может сопровождать другие травматичные ситуации, о которых упоминали респонденты (например, экономическая нужда, развод родителей, криминальные события). Учет «вклада» оскорбления в общую картину травматизации позволит получить более детальное и точное описание особенностей воспроизведения событий жизненного пути при переживании последствий оскорбления.

### **Литература**

- Ананьев Б. Г., Дворяшина М. А., Кудрявцева Н. А.* Индивидуальное развитие человека и константность восприятия. М.: Просвещение, 1968.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю.* Психология жизненных ситуаций: Учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998.
- Казымова Н. Н., Быховец Ю. В., Дымова Е. Н.* Психотравмирующие последствия переживания эмоционального насилия женщинами раннего взрослого возраста // Вестник Костромского государственного университета. Сер. «Педагогика. Психология. Социокинетика». 2019. Т. 25. № 4. С. 78–83.
- Харламенкова Н. Е.* Эмоциональное оскорбление и пренебрежение и его психологические последствия для личности в разные периоды взрослости // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Н. В. Тарабрина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 193–214.

## **Источники профессионального благополучия художников**

*Е. А. Вакарина*

Тюменский государственный университет, Тюмень

Цель исследования – выявить и описать внешние и внутренние источники профессионального благополучия художников. Участниками исследования выступили 57 человек (от 19 до 60 лет), с которыми было проведено структурированное интервью. Обработка данных проводилась методом контент-анализа, методом конденсации смысла и частотного анализа. Выявлены наиболее частотные смысловые группы внешних (отношения с окружением, финансы, открытые возможности, востре-

бованность) и внутренних (профессиональные компетенции, самооцен- ность, индивидуальные особенности, польза от своего дела) источников профессионального благополучия. Выделенные смысловые группы отражают профессиональную деятельность художников и определяют ядро и периферическую систему их представлений.

*Ключевые слова:* профессиональное благополучие, художники, ресурсы, социальные представления, контент-анализ.

Стабильному образу мира человека противостоят VUCA-вызовы, или условия нестабильности (Volatility), неопределенности (Uncertainty), сложности (Complexity) и неоднозначности (Ambiguity). Эти вызовы приводят к повышению уровня тревожности, нарушению баланса в сферах жизнедеятельности человека, а также к снижению общих показателей благополучия. Художники как профессиональная группа сталкиваются с неконтролируемыми факторами (развитие искусственного интеллекта, массового искусства и т. д.), которые усиливают конкуренцию, эмоциональное напряжение и, как следствие, могут спровоцировать потерю профессиональной идентичности (Магидович, 2004). Также кризисные этапы и VUCA-вызовы, которые становятся неотъемлемой их частью, влияют на позитивное функционирование профессионала, т. е. на его профессиональное благополучие (Беззубовская, 2016).

Одним из способов устойчивости личности в кризисных условиях жизнедеятельности становится применение модели R. Johansen (Р. Йохансен) «VUCA Prime», согласно которой человеку следует развивать навыки прогнозирования (Vision), понимать происходящее (Understanding), ясно определять приоритетные направления по выходу из кризиса (Clarity) и быстро принимать решение и реализовывать план действий (Agility). Другим способом преодоления трудностей и поддержания оптимального уровня профессионального благополучия становится опора на внешние и внутренние ресурсы человека. За основу взята идея Л. И. Анцыферовой о средовых факторах, детерминирующих социальное развитие личности, о том, что человек как субъект деятельности является источником активности и способен осуществлять изменения как себя, так и окружающего мира (Анцыферова, 1989).

Согласно классификации В. А. Толочка с соавт., выделяются следующие группы ресурсов: индивидуальные (знания, умения, навыки, способности и т. д.), ресурсы физической и социальной среды, а также ресурсы взаимодействия людей (Толочек и др., 2015). Перечисленные группы ресурсов представляют собой динамичную систему, которая



служит источником благополучия (в том числе профессионального благополучия) человека.

Для определения важности, приоритетности внешних и внутренних источников профессионального благополучия художников, которые стоит рассматривать как ресурсы, мы опираемся на идею И. Б. Бовиной о ядре и периферической системе социальных представлений (Бовина, 2010). Психосемантический подход к исследованию профессионального благополучия позволяет ориентировочно определить структуру этого явления и зафиксировать последовательность связанных идей, которые отражаются в образе мира художников. Кризисы и VUCA-вызовы могут воздействовать на самосознание человека, его образ мира, что, в свою очередь, меняет систему его социальных представлений. В этом исследовании изучаются представления художников о профессиональном благополучии в их образе мира, который включает в себя особенности субъекта деятельности. Следовательно, представляется возможным выделить предметное и функциональное содержание выполняемой ими профессиональной деятельности. Цель исследования – выявить и описать внешние и внутренние источники профессионального благополучия художников.

Респондентами выступили 57 человек в возрасте от 19 до 60 лет. В критерии формирования выборки входило наличие профильного художественного образования, полученного в среднем специальном или высшем учебном заведении. С художниками было проведено структурированное интервью о профессиональном благополучии. Респондентам предлагалось ответить на вопросы о том, что влияет на профессиональное благополучие, какое оно оказывает влияние на жизнь человека и т. д. Например: «Что, по вашему мнению, оказывает влияние на профессиональное благополучие?», «Приведите примеры того, как профессиональное благополучие влияет на жизнь человека» и др. В интервью использовались открытые вопросы, которые позволили составить представление об образе мира профессиональной группы художников. Сбор данных проводился при помощи онлайн-сервиса «Google-forms». Состояние участников исследования не оценивалось и не контролировалось. Обработка данных была осуществлена при помощи контент-анализа, методом конденсации смысла и частотного анализа.

В ходе интервью было дано 114 ответов (нарративов) на предложенные вопросы. Ответы рассортированы на категории – внешние и внутренние источники профессионального благополучия художников. Наиболее частотные упоминания в ответах респондентов были разделены на соответствующие смысловые группы.

На основании анализа полученных результатов можно сказать следующее. Внешними источниками профессионального благополучия художников являются отношения с окружением (19 упоминаний), финансы (10), открытые возможности (7), востребованность (5). Наиболее частотной является смысловая группа «Отношения с окружением» (19), в которую входит поддержка от наставников, коллег, единомышленников, а также обратная связь от зрителей и заказчиков, т. е. ресурсы социальной среды. Художники отмечают важность для себя того, что при создании проектов они находятся в команде, которая разделяет их взгляды, видение, мнение. Они описывают эту группу посредством следующих высказываний: «получение обратной связи от зрителей», «способность коллаборировать», «отношения в коллективе» и т. д. Художники акцентируют внимание на том, что контакты с профессиональным сообществом влияют на их профессиональное благополучие. Отзывы авторитетных коллег (преподавателей, руководителей, экспертов) имеют для них значение, так как становятся ориентиром в дальнейшем становлении их как профессионалов, расширении компетенций, совершенствовании навыков. Внешние связи, которые они выстраивают, помогают им развиваться и укреплять понимание полезности их деятельности.

Следующая группа источников благополучия, «Финансы» (10), были раскрыты в следующих выражениях: «продажи», «достойная оплата труда», «материальное вознаграждение» и др. По мнению художников, их творчество сопровождается не только удовлетворением от достижений в профессиональной деятельности, удовольствием от творческого процесса, но и сопряжено с гарантиями в отношении финансов. Они предпочитают оплату труда, соизмеримую с затраченными личностными ресурсами, такими как умения, навыки, способности, эмоциональные состояния, энергетические характеристики. В большинстве случаев материальная обеспеченность позволяет строить прогнозы на будущее, а также снабжать необходимыми средствами для создания продуктов (произведений искусства), участия в совместных проектах с коллегами и т. д.

Наименее частотными в этой категории являются материальные ресурсы, такие как «Открытые возможности» (7) и «Востребованность» (5). В «Открытые возможности» входит «возможность реализации идей», «доступность времени, материалов, средств» и т. д. Эта смысловая группа говорит о том, что у художников есть устойчивое желание профессионально развиваться, пробовать различные техники, проявлять свой индивидуальный стиль, самобытность и уникальность. Они готовы реализовывать свой потенциал в полной мере,

но условия для работы не должны тяготить их, а, наоборот, способствовать полному погружению в творческий процесс.

Другая смысловая группа «Востребованность» связана с «Отношениями с окружением», где налаживание контактов с профессиональным сообществом, заказчиками и клиентами обеспечивают возможность продвигать свое творчество, заявить о себе, вносить вклад в развитие искусства. Тем самым внешние источники профессионального благополучия художников создают комфортную среду и позволяют опираться на них как ресурсы для продуктивной работы, саморазвития и творческой реализации.

К внутренним источникам профессионального благополучия художников относятся «Профессиональные компетенции» (27), «Самоценность» (10), «Индивидуальные особенности» (8), «Польза от своего дела» (5). Наиболее частотной смысловой группой является «Профессиональная компетентность» (27), которая описывается следующими словами: «знания», «интеллект», «эрудиция», «профессиональные навыки», «качество работы» и т. д. Художники стремятся углубить свои знания и укрепить свои профессиональные навыки, которые они начинают применять в реальных жизненных ситуациях и для реализации собственных идей. Они становятся гибкими, обладая определенными компетенциями и применяя творческое мышление. Художники легче адаптируются к новым условиям профессиональной деятельности и требованиям среды благодаря опоре на собственные инструментальные (интеллектуальные) ресурсы.

Другая смысловая группа «Самоценность» (10) – психологические ресурсы устойчивости, которые поддерживают чувство уверенности и устойчивую самооценку человека (Иванова и др., 2018). Группа определяется следующими высказываниями: «вера в собственные силы», «вера в свои возможности», «целостность внутри себя», «уверенность в себе» и др. Поддержание интереса к профессии, удовольствие от творческого процесса и удовлетворенность результатами, безусловно, являются важными для художников, но и уверенность в себе становится неотъемлемым элементом их профессионального благополучия. Самоценность поддерживается глубиной контактов с единомышленниками, востребованностью, их компетентностью, признанием со стороны экспертов и общества в целом.

Наименее частотные группы – «Индивидуальные особенности» (8) и «Польза от своего дела» (5). «Индивидуальные особенности» представляют ресурсы личностного потенциала художников, их устойчивости и саморегуляции (там же). Данная группа описывается следующими словами: «активность», «харизма», «умение принимать

ошибки» и т. д. Смысловая группа «Польза от своего дела», как и «Самоценность», относится к ценностно-смысловым ресурсам, которые заключаются в четком осознании того, чем художники занимаются, какой смысл они вкладывают в свое творчество, какую пользу приносят обществу, с которым взаимодействуют.

Согласно теории социальных представлений (Бовина, 2010), предполагаем, что смысловые группы «Профессиональная компетентность» и «Отношения с окружением» составляют ядро представлений художников об источниках профессионального благополучия, так как являются наиболее частотными. Ядро представлений указывает на важность наличия инструментальных ресурсов (знания, навыки, способности, опыт и т. д.) и ресурсов социальной среды (взаимодействие с людьми, профессиональным сообществом). Остальные смысловые группы принадлежат к периферической системе представлений художников. Выявленные смысловые группы источников отражаются в профессиональной деятельности художников и рассматриваются как ресурсы, способствующие поддержанию оптимального уровня их профессионального благополучия.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Психология формирования и развития личности // Человек в системе наук / Ред. И. Т. Фролов. М.: Наука, 1989. С. 426–433.
- Березовская Р. А.* Профессиональное благополучие: проблемы и перспективы психологических исследований // Психологические исследования. 2016. № 9 (45). С. 2.
- Бовина И. Б.* Теория социальных представлений: история и современное развитие // Социологический журнал. 2010. № 3. С. 5–20.
- Иванова Т. Ю., Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., Рассказова Е. И., Кошелева Н. В.* Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности // Организационная психология. 2018. Т. 8. № 1. С. 85–121.
- Магидович М. Л.* Профессиональная идентичность художника // Журнал социологии и социальной антропологии. 2004. Т. 7. № 3. С. 139–152.
- Толочек В. А., Винокуров Л. В., Журавлева Н. И.* Условия социальной среды как ресурсы профессиональной успешности субъектов // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2015. № 4. С. 39–54. doi: 10.11621/vsp.2015.04.39

## **Индивидуально-личностный потенциал как фактор жизнестойкости**

*Н. Э. Волкова*

Институт психологии РАН, Москва

Цель исследования состояла в построении модели связей индивидуально-личностного потенциала с показателями жизнестойкости. В исследовании приняли участие 299 студента социогуманитарных и экономических факультетов в возрасте от 18 до 24 лет. Методы исследования включали направленный ассоциативный эксперимент, опросник жизнестойкости и опросник темперамента. Показано, что чем выше интеллектуальная активность, тем выше показатели контроля, вовлеченности и принятия риска. Выявлено, что чем выше показатели интеллектуальной эмоциональности, тем ниже показатели контроля. Обнаружен эффект воздействия интеллектуальной активности и интеллектуальной эмоциональности на изменение вовлеченности, контроля и принятия риска. Взаимосвязи между мерой дифференцированности концептуального опыта и показателями жизнестойкости не обнаружено.

*Ключевые слова:* индивидуально-личностный потенциал, жизнестойкость, интеллектуальная активность, интеллектуальная эмоциональность, мера дифференцированности концепта.

Как отмечала Л. И. Анцыферова, «между тем с трудными проблемами, бедами и несчастьями, приводящими к психосоматическим расстройствам, люди встречаются в разных сферах своего бытия, на всем протяжении индивидуального жизненного пути» (Анцыферова, 1994, с. 4). В настоящее время наша страна переживает глобальные изменения, которые наблюдает каждый из ее жителей. Поэтому вопрос о том, как удастся человеку преодолеть трудности, справиться с неожиданными негативными событиями, сейчас как никогда актуален.

Одним из факторов преодоления трудных жизненных ситуаций является жизнестойкость. В психологическом словаре Американской психологической ассоциации жизнестойкость определяется как способность легко адаптироваться к неожиданным изменениям в сочетании с чувством цели в повседневной жизни и личным контролем над тем, что происходит в жизни. Жизнестойкость позволяет «гасить» негативные последствия стресса и служит защитным фактором против болезней. Многие исследователи отмечают, что она является не просто общей личностной переменной, но может принимать специфические

формы в определенных областях поведения, и исходя из этого выделяют разные виды жизнестойкости (жизнестойкость, связанную со здоровьем, академическую, профессиональную, военную, спортивную и др.). Как отмечал В. Д. Ширшов с коллегами, жизнестойкость «опирается на природные свойства личности, но в значительной мере имеет социальный характер» (Ширшов и др., 2019, с. 110).

Формирование индивидуальных различий жизнестойкости зависит как от влияния внешних средовых факторов, так и от индивидуально-личностного потенциала. Д. В. Ушаков определяет потенциал как индивидуально выраженную способность к формированию функциональных систем, ответственных за интеллектуальное поведение (Ушаков, 2003). Таким образом, задатки понимаются не как готовая когнитивно-личностная структура, определяющая успешность выполнения интеллектуальной и профессиональной деятельности, а как индивидуально-личностный потенциал формирования подобных структур (Ушаков, 2003). На основе обобщения прошлого опыта у человека складываются определенные структуры, «функциональные системы» (Анохин, 1973; Шадриков, 1994). Обобщение психофизиологических программ и свойств лежит в основе темперамента; обобщение динамических и содержательных особенностей когнитивных механизмов лежит в основе интеллекта; обобщение динамических и содержательных характеристик мотивов – в основе характера и т. д. (Русалов, 2012). Многомерный синтез трех отечественных направлений исследований способностей (В. Н. Дружинин, Д. В. Ушаков, Б. М. Теплов, В. Д. Небылицын, В. М. Русалов, Н. И. Чуприкова, Е. В. Волкова, Т. А. Ратанова) позволяет выделить два уровня индивидуально-личностного потенциала: врожденный (задатки первого уровня, генетический код) и приобретенный (задатки второго уровня, формально-динамические свойства индивидуальности как основа флюидного интеллекта и вербально-смысловое управление как основа кристаллизованного интеллекта).

Жизнестойкость с точки зрения уровней интегральной индивидуальности может быть рассмотрена на психофизиологическом, социально-психологическом и личностно-смысловом уровнях. На личностно-смысловом уровне она проявляется в позитивном мироощущении, повышении качества жизни, на социально-психологическом уровне – в адаптации к социуму, эффективной саморегуляции и самореализации, на психофизиологическом уровне – в оптимальности реакций в ситуации стресса, способности и готовности выдержать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешности в деятельности (Фомина, 2012).

Среди многочисленных исследований жизнестойкости особый интерес вызывает изучение взаимосвязи уровня жизнестойкости человека с темпераментальными характеристиками, т. е. задатками второго уровня, по В. М. Русалову (Русалов, 2012). М. В. Логинова на выборке студентов очной и заочной форм обучения обнаружила, что студенты с высоким уровнем жизнестойкости отличаются высокими показателями активности, экстраверсии и низкими показателями ригидности, эмоциональной возбудимости, показатель «темп реакций» у них выше среднего; студенты со средним уровнем жизнестойкости обладают средними значениями показателей темперамента; студенты с низкой жизнестойкостью характеризуются низкими показателями активности и темпа реакций, выраженностью интроверсии и высокими показателями ригидности, эмоциональной возбудимости (Логинова, 2010). В исследовании Е. Н. Митрофановой также были обнаружены достоверные корреляции между показателями жизнестойкости и темпераментальной активностью опросника темперамента Я. Стреляу в группах респондентов как с высокой жизнестойкостью, так и с низкой. При этом подчеркивается, что взаимосвязи параметров активности и жизнестойкости у студентов с высоким их уровнем гораздо выше, чем у студентов с низким уровнем (Митрофанова, 2022).

*Гипотеза* настоящего исследования такова: существует значимое различие в показателях жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска) в зависимости от уровня индивидуально-личностного потенциала (интеллектуальная активность, интеллектуальная эмоциональность, мера дифференцированности концепта).

Выборка исследования составила 299 студента социогуманитарных и экономических факультетов городов Москвы и Калуги в возрасте от 18 до 24 лет ( $19,44 \pm 1,48$ ), среди них 62% девушек, что отражает особенности российской выборки молодых людей, осваивающих данные специальности.

Стратегия сбора эмпирических данных была выстроена с учетом требований к исследованиям, организованным по неэкспериментальному плану (Дружинин, 2007). Сбор данных проходил в аудиториях университетов. Перед исследованием респондентов знакомили с целью исследования и методиками, каждому выдавалась индивидуальная тестовая тетрадь с диагностическим комплексом и стимульные материалы. Респонденты подписывали информированное согласие. Тестирование осуществлялось на условиях анонимности и безвозмездности.

Методами исследования индивидуально-личностного потенциала выступил анализ концептуального опыта респондентов на приме-

ре концепта «ресурсы» (направленный ассоциативный эксперимент), а также методика «Формально-динамические свойства индивидуальности» (сокращенный вариант ОФДСИ; Русалов, 2012).

Для исследования жизнестойкости использовался Опросник жизнестойкости (Hardiness Survey III, Maddi et al., 2006) в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Использовались следующие методы статистической обработки данных:

- дескриптивный анализ для оценки нормальности распределения данных, частотности и выраженности исследуемых показателей;
- проверка на нормальность (асимметрия и эксцесс);
- процедура процентильной стандартизации для преобразования полученных «сырых» баллов в шкалу стенов;
- общее линейное моделирование (Pillai's Trace; F-критерий межгрупповых эффектов; поправка Бонферрони; критерий Бокса; критерий Ливиня).

В качестве зависимых переменных были взяты показатели жизнестойкости «вовлеченность», «контроль» и «принятие риска»; в качестве независимых переменных — показатели индивидуально-личностного потенциала: «интеллектуальная активность», «интеллектуальная эмоциональность» и «мера дифференцированности концепта».

Поскольку зависимые переменные связаны корреляционной зависимостью, то имеются основания для многомерного дисперсионного анализа, после которого допустимо проводить одномерный дисперсионный анализ с последующими апостериорными тестами. М. Бокса ( $p > 0,05$ ), тест равенства дисперсий Ливиня ( $p > 0,05$ ) свидетельствуют о пригодности данных для процедуры ОЛМ.

Зависимые переменные являются переменными метрического типа, независимые (интеллектуальная активность, интеллектуальная эмоциональность и мера дифференцированности концепта) — номинального и имеющие три градации: низкий уровень индивидуально-личностного потенциала (1–3 стенов), средний (4–7 стенов) и высокий (8–10 стенов).

Обратимся к результатам исследования. Гипотеза о том, что существует значимое различие в показателях жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска) от уровня индивидуально-личностного потенциала (интеллектуальная активность, интеллектуальная эмоциональность, мера дифференцированности концепта) подтвердилась:



1. Переменная «интеллектуальная активность» оказывает статистически значимое влияние на зависимые переменные – «вовлеченность» ( $F = 11,567$ ,  $p = 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,082$ ), «контроль» ( $F = 13,779$ ,  $p = 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,096$ ), «принятие риска» ( $F = 7,447$ ,  $p = 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,054$ ).
2. Переменная «интеллектуальная эмоциональность» оказывает статистически значимое влияние на градацию показателя «контроль» ( $F = 2,982$ ,  $p = 0,005$ ,  $\eta^2 = 0,023$ ).
3. Переменная «мера дифференцированности концепта» не оказывает статистически значимого влияния на градацию показателей «жизнестойкость» ( $p > 0,05$ ).
4. Обнаружено статистически значимое влияние эффекта взаимодействия показателей «интеллектуальная активность» и «интеллектуальная эмоциональность» на градацию зависимых переменных «вовлеченность» ( $F = 3,267$ ,  $p = 0,012$ ,  $\eta^2 = 0,048$ ), «контроль» ( $F = 3,005$ ,  $p = 0,019$ ,  $\eta^2 = 0,044$ ), «принятие риска» ( $F = 2,461$ ,  $p = 0,046$ ,  $\eta^2 = 0,037$ ).

Следует отметить многомерность эффектов взаимовлияния показателей жизнестойкости и формально-динамических свойств индивидуальности. Согласно полученным данным, на контроль оказывает достоверное влияние как интеллектуальная активность (чем она выше, тем выше показатели контроля), так и интеллектуальная эмоциональность (чем она выше, тем ниже показатели контроля). Таким образом, чем больше энергетический потенциал «захвата» внешнего мира, легкость переключения с одной программы поведения на другую, выше уровень координации всех подсистем организма, определяющих темп реакций, и полнее совпадение акцептора и результата действия (т. е. чем ниже интеллектуальная эмоциональность), тем более эмоционально устойчивые формы социального поведения мы можем наблюдать, что совпадает с данными, полученными В. М. Русаловым (Русалов, 2012).

Особо стоит отметить отсутствие взаимосвязи между мерой дифференцированности концептуального опыта и показателями жизнестойкости.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Дружинин В. Н.* Психология общих способностей. СПб.: Питер, 2007.

- Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
- Логинова М. В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2010.
- Митрофанова Е. Н. Взаимосвязи активности и жизнестойкости на разном уровне их выраженности // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. 2022. № 11. С. 81–89.
- Русалов В. М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: дифференциально-психофизиологические и психологические исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Ушаков Д. В. Интеллект: структурно-динамическая теория. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003.
- Ширшов В. Д., Забара Л. И., Якина Л. Н. Жизнестойкость личности как социальный феномен (опыт философского и психолого-педагогического анализа) // Педагогическое образование в России. 2019. № 5. С. 108–116.

### **Особенности повседневного стресса в среднем и старшем подростковом возрасте\***

*Л. А. Головей, О. С. Галашева*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Работа посвящена рассмотрению повседневных стрессоров в разных сферах жизни подростков, гипотезой выступило предположение о существовании возрастных особенностей в их восприятии. Выборку составили 74 подростка (32 в возрасте 14–15 лет, учащиеся 8–9 класса, и 42 подростка-старшеклассника 16–17 лет). С помощью методик «Опросник повседневных стрессоров для подростков» (Л. А. Головей, О. С. Галашева), «Шкала стрессоустойчивости» (Н. В. Киришева, Н. В. Рябчикова), «Шкала воспринимаемого стресса» (Н. Е. Харламенкова и др.) были выявлены следующие особенности: у старшеклассников выше стрессоустойчивость ( $p \leq 0,045$ ), ниже воспринимаемый стресс ( $p \leq 0,047$ ), средняя сила переживания стрессового события ( $p \leq 0,035$ ), напряжение в сферах повседневного стресса «Одиночество, самочувствие» (количество стрессоров  $p \leq 0,028$ , средняя сила переживания  $p \leq 0,011$ ) и «Школа, учеба» (сила переживания  $p \leq 0,022$ ).

*Ключевые слова:* повседневный стресс, стрессоры, напряжение, стрессоустойчивость, подростки, сферы жизнедеятельности, возрастные особенности.

---

\* Исследование поддержано грантом РФФИ № 23-28-00999.

Подростковый возраст является значимой ступенью в формировании и развитии личности, предшествующей ее вхождению во взрослость. Перед подростком встают разнообразные задачи: самоопределение, подготовка к самостоятельной жизни, принятие норм, правил общества. Для подростка, как писала Л. И. Анцыферова, необходимо успешное овладение знаниями, которое должно сочетаться с приобретением уверенности в своей независимости; развитие стремления строить жизнь собственными усилиями; подросток должен научиться уважать себя, принимать себя (что тесно связано с принятием собственной внешности). Подчеркивается также необходимость установления позитивных отношений со сверстниками, овладения мужской или женской социальной ролью (Анцыферова, 2006).

С трудными проблемами, бедами, приводящими к расстройствам, люди встречаются в разных сферах своего бытия, на всем протяжении индивидуального жизненного пути (Анцыферова, 1994). Личность подростка характеризуется повышенной эмоциональностью, проблемами с саморегуляцией, незавершенным когнитивным развитием, несформированностью копинг-механизмов. В исследованиях отмечено, что в среднем подростковом возрасте тяжело переживается социальный стресс, подростки имеют страхи в отношениях с учителями, страх самовыражения и низкую физиологическую сопротивляемость стрессу (Ширванова, Каримова, 2019). При этом могут существовать отличия в восприятии стрессовых событий подростками разных возрастных групп. Для старшеклассников ведущими страхами становятся те, которые связаны с проявлениями несостоятельности; они испытывают социальный стресс, который проявляется в переживаниях за свои достижения, страх несоответствия ожиданиям окружающих (там же), что протекает на фоне выраженной обеспокоенности за свое будущее (Гурьев, 2015). При этом в данном возрасте важно достижение эмоциональной независимости от родителей, в результате чего взаимные любовь и уважение переходят на новый, более взрослый уровень (Анцыферова, 2006). Исследователи отмечают значимую роль отношений в семье в формировании страхов и тревоги детей и подростков в связи с чувством незащищенности ребенка в семье, с возможным ограничением его социального опыта, что формирует зависимую позицию от семьи (Гурьев, 2015).

Зарубежные исследования отмечают высокий уровень стресса у учащихся школ и описывают положительную корреляцию учебного стресса со следующими факторами: необходимостью изучать сложные для понимания предметы, сложностями во взаимоотношениях с учителями, с выполнением учебных заданий, с трудностями

изучения отдельных учебных дисциплин, с необходимостью раннего подъема в школу, с обязательным посещением школы, с отношением учителей к внешнему виду подростков (Hosseinkhani et al., 2020; Moya et al., 2022).

Исходя из этого, целью работы стало изучение показателей стрессовой нагрузки подростков в различных жизненных сферах. Всего в исследовании приняли участие 74 подростка, в том числе подростки 14–15 лет, обучающиеся в 8–9 классах (20 девушек и 12 юношей), и старшеклассники, 42 человека (22 девушки и 20 юношей) в возрасте 16–17 лет. Были использованы следующие методики: «Опросник повседневных стрессоров для подростков» (Л. А. Головей, О. С. Галашева), «Шкала воспринимаемого стресса для подростков» (ШВС-Д, Н. Е. Харламенкова и др.), «Тест на устойчивость к стрессу» (Н. В. Киршева, Н. В. Рябчикова).

Количество повседневных стрессоров, воспринятых подростками в течение двух недель и вызвавших напряжение, составило в среднем 27,7 на одного человека (у старших подростков – 24,7, у средних – 30,7), средняя сила переживания стрессора 2,5 балла (у старших – 2,14, у средних – 2,92), стрессоустойчивость – 34,5 (у старших – 32,7, у средних – 36,2).

Уровень напряжения по «Шкале воспринимаемого стресса» равен 17,9 (19,5 у средних и 16,3 у старших подростков). Границы нормы – от 7,3 до 16,33, т. е. у средних подростков значения воспринимаемого стресса выше нормативных. Факторный анализ позволил выделить 9 жизненных сфер, сопряженных со стрессовыми переживаниями. Ими оказались «Одиночество, самочувствие», «Дела, планирование», «Страхи, беспокойство», «Мистические страхи», «Самоотношение», «Финансы», «Отвержение», «Школа, учеба», «Общение со старшими» (Галашева, Головей, 2023).

Анализ средних значений показателей стресса в выборке выявил неодинаковую степень стрессовой нагрузки в различных сферах жизнедеятельности. В сфере «Школа, учеба» количество стрессоров – 5,3, сила переживания – 3,9 б. В сфере «Отвержение» количество стрессоров – 4,3, сила переживания – 3,5 б. В сфере «Общение со старшими» количество стрессоров – 3,8, сила переживания – 2,6 б. В сферах «Страхи, беспокойство» – 3,5 и 2,1 б.; «Одиночество, самочувствие» – 3,3 и 2,6 б.; «Дела, планирование» – 3,3; 2,9 б.; «Самоотношение» – 2,4 и 2,3 б., «Финансы» – 1,1 и 1,2 б.; «Мистические страхи» количество стрессоров – 0,7, сила переживания – 1,5. Таким образом, по результатам выборки в целом, видно, что наиболее насыщены повседневным стрессом такие сферы социальной жизни подростков, как школьная

и сфера общения со старшими. Однако стресс затрагивает и сферы внутренних переживаний – отвержения и одиночества. Менее насыщены стрессами сферы финансов и мистических страхов.

Анализ повседневного стресса в разные периоды подросткового возраста выявил своеобразие стрессовых переживаний. У средних подростков наибольшее напряжение обнаружено в школьной сфере и сферах внутренних переживаний, связанных с одиночеством, отвержением, страхами, мистическими страхами. Достоверные различия между группами обнаружены в сферах «Одиночество, самочувствие» (количество стрессоров  $p \leq 0,028$ , сила переживания  $p \leq 0,011$ ) и «Школа, учеба» (сила переживания  $p \leq 0,022$ ), которые выше у средних подростков, по сравнению со старшими. Оказалось также, что в группе средних подростков ниже стрессоустойчивость ( $p \leq 0,045$ ) и выше уровень воспринимаемого стресса ( $p \leq 0,047$ ).

Итак, в ходе исследования выявлено, что в среднем подростковом возрасте ниже стрессоустойчивость, выше воспринимаемый стресс, стрессовое напряжение в сферах «Одиночество, самочувствие» и «Школа, учеба». Это согласуется с повышенной чувствительностью, эмоциональностью, несформированностью стратегий совладания и низкой сопротивляемостью стрессу в данный период развития, что отмечается рядом авторов (Ширванова, Каримова, 2019).

Наличие различий в восприятии стрессовых событий подростками разных возрастных групп может быть связано с различиями в их социальной ситуации развития, в позиции в школе. Средним подросткам предстоит выбор дальнейшего пути обучения: останутся ли они в рамках школы или продолжат обучение в средних профессиональных учебных заведениях. С этим связана и большая напряженность в сфере «Школа, учеба»: им предстоит подготовка и сдача первых выпускных экзаменов (Бобрищева-Пушкина и др., 2015). Помимо этого, причинами страхов и тревог у подростков могут быть успеваемость и взаимоотношения со сверстниками и учителями (Гурьев, 2015), ситуация оценивания знаний, влияющая на самооценку подростка (Ширванова, Каримова, 2019).

Согласно результатам исследования, подростки 14–15 лет более восприимчивы к стрессорам в сфере «Одиночество, самочувствие, что может быть обусловлено как дефицитом у них социальных навыков, так и их негативной оценкой (Lodder et al., 2016). Сходные результаты получены в исследовании, направленном на изучение субъективного восприятия одиночества, авторы которого указывают, что примерно 63,7% подростков 11–15 лет имеют средний уровень субъективного ощущения одиночества, а 30% – высокий уровень (Харарбахова и др., 2021).

В нашем исследовании показано, что стрессовые переживания затрагивают все сферы жизнедеятельности подростков. Источником повседневного стресса могут быть события внешней социальной жизни, связанные со школой, отношениями с одноклассниками, друзьями и взрослыми (родителями, учителями), и события внутренней жизни, обусловленные переживаниями одиночества, отвержения со стороны сверстников, разнообразные страхи. Наиболее напряженной сферой является сфера школьной жизни, переживания об оценках, страх отвечать у доски, страх не соответствовать требованиям учителей. Выявлены большая чувствительность к повседневным стрессорам и более высокий уровень воспринимаемого стресса при меньшей стрессоустойчивости в среднем подростковом возрасте, по сравнению со старшим.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бобрищева-Пушкина Н. Д., Кузнецова Л. Ю., Попова О. Л., Силаев А. А.* Экзаменационный стресс и факторы, его определяющие у старших школьников // Гигиена и санитария. 2015. № 3. С. 67–69. doi: 10.47470/0016-9900-2018-97-5-456-460
- Галашева О. С., Головей Л. А.* Повседневный стресс и психологическое благополучие мальчиков и девочек подросткового возраста // Психология человека в образовании. 2023. Т. 5. № 4. С. 500–511. doi: 10.33910/2686-9527-2023-5-4-500–511.
- Гурьев М. Е.* Социально-психологические причины и особенности проявления страхов и тревог у детей и подростков // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. 2015. № 21. С. 75–82.
- Харарбахова М. А., Мусатова О. А., Шпагина Е. М.* Интернет и одиночество подростков // Психология и право. 2021. Т. 11. № 4. С. 2–13. doi: 10.17759/psylaw.2021110401
- Ширванова Ф. В., Каримова Д. Н.* Особенности проявления школьной тревожности // Санкт-Петербургский образовательный вестник. 2019. № 1–2. С. 29–30.
- Hosseinkhani Z., Hassanabadi H. R., Parsaeian M., Karimi M., Nedjat S.* Academic stress and adolescents' mental health: A Multilevel Structural Equation Modeling (MSEM) study in Northwest of Iran // Journal of Research in Health Science. 2020. V. 20 (4). doi: 10.34172/jrhs.2020.30

- Lodder G. M., Goossens L., Scholte R. H., Engels R. C., Verhagen M.* Adolescent loneliness and social skills: Agreement and discrepancies between Self-, Meta- and Peer-Evaluations // *Journal of Youth and Adolescence*. 2016. V. 45 (12). P. 2406–2416. doi: 10.1007/s10964-016-0461-y
- Moya M. S., Caldarella P., Larsen R. A. A., Warren J. S., Bitton J. R., Feyereisen P. M.* Addressing adolescent stress in school: Perceptions of a High School Wellness Center // *Education and Treatment of Children*. 2022. V. 45 (3). P. 277–291. doi: 10.1007/s43494-022-00079-1

### **Копинг и адаптивный интеллект: «совладать» vs «решать»**

*Е. Л. Доценко\*, А. Ю. Маленова\*\**

\* Тюменский государственный университет, Тюмень, Тюменская область

\*\* Омский государственный университет имени Ф. М. Достоевского, Омск

Статья посвящена феноменологическому анализу понятий копинг-поведения и адаптивного интеллекта. Приводится обоснование и сопоставление дефиниций через выделение различий и сходства. Основными критериями сравнения выступили: процессуальный, ситуативный, функциональный, временной, структурный. Описаны природа и последовательность возникновения феноменов, иерархичность их строения, содержательные признаки, типы решаемых задач, предпосылки формирования, механизмы функционирования и развития, оценка эффективности. Установлено функциональное сопряжение адаптивного интеллекта и копинга через взаимное инструментальное воплощение в результате активно-деятельностного приспособления к требованиям среды, превышающим возможности человека в определенный момент его жизни.

*Ключевые слова:* совладающее поведение, адаптивный интеллект, феноменология, сравнительный анализ, функциональное сопряжение понятий.

Современный мир изобилует воздействиями, предъявляющими повышенные требования к человеку (катастрофы, трудности, кризисы, стрессы и пр.), проверяя его на прочность, тестируя возможности, одновременно дестабилизируя состояние. Последние события в разных сферах жизни общества показывают, что угроза жизни становится не виртуальным и маловероятным событием, а вполне реальным. Желание, как минимум, вернуть равновесие, а максимум — изменить среду и/или себя заставляет людей искать подходящие для этих

случаев когнитивные и поведенческие ресурсы. Последние раскрываются как психические свойства, которые устойчиво связываются в ментальном опыте субъекта с позитивным эффектом, наличием ощутимого преимущества и могут быть использованы для повышения эффективности жизнедеятельности (Хазова, Дорьева, 2012). Согласно Д. А. Леонтьеву, психологические ресурсы являются частью личностного потенциала человека, благодаря которым адаптация к стрессовой, трудной или экстремальной ситуации происходит быстрее, создавая возможности принимать решения, повышая уверенность в их правильности, способствуя выбору конкретных стратегий взаимодействия с миром, закрепляющихся в индивидуальном опыте субъекта (Леонтьев, 2010). В этом ресурсном пространстве видится необходимость сопоставить семантическое наполнение определений и сравнить жизненное содержание двух феноменов – копинг-поведения и адаптивного интеллекта. Оба они имеют важное значение для человека, живущего в условиях неопределенности и обострения ряда противоречий. Сравнение необходимо еще и потому, что «копинг» привычно используется исследователями, тогда как «адаптивный интеллект» еще малоизвестное понятие.

### **Определения адаптивного интеллекта и копинга**

Согласно результатам феноменологического исследования, «адаптивный интеллект – это вид практического интеллекта, порождающий позитивно признаваемые обществом изобретательность, находчивость/смекалку и умения, проявленные индивидом или группой при решении жизненно острых задач» (Гут, 2023, с. 54).

Заложенные в определение адаптивного интеллекта признаки важны для нашей исследовательской работы. Признак «позитивно признаваемые обществом» говорит о том, что при решении острой жизненной задачи получен полезный результат, в результате которого возникает качественно новая (улучшенная) ситуация. Признак «изобретательность, находчивость/смекалка и умения» указывает на то, что субъект осуществил полный цикл решения прикладной задачи. Признак «жизненно острые задачи» подчеркивает, что задача направлена на выживание, сохранение целостности (физического или психического здоровья), защиту своей идентичности. В целом эти признаки согласованы с идеями Р. Стернберга (Sternberg, 2021).

Предтечей исследований копинга стало описание стресса. Согласно Г. Селье, стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование. Каждое требование, кроме специфического эффекта, вызывает потребность приспособиться, восстано-



вить нормальное состояние, неспецифичность заключается в необходимости адаптации к возникшей трудности, какова бы она ни была.

Логично, что вслед за изучением стресса появились исследования по его преодолению. Копинг принято понимать как «поведенческие и когнитивные усилия, предпринимаемые человеком для ослабления влияния стрессовых обстоятельств» (Lazarus, 1993, цит. по: Хачатурова, 2013, с. 161). Чаще всего копинг раскрывается через репертуар стратегий, доступных для выбора в конкретной ситуации с учетом ее особенностей, а также особенностей самого субъекта (Carver et al., 1989).

### **Сходство адаптивного интеллекта и копинга**

Роднит понятия адаптивного интеллекта и копинга необходимость решать проблему (совладать с ней): или с острой жизненной ситуацией (адаптивный интеллект), или с дистрессовой реакцией (копинг). Опираясь на суть феноменологии копинга и адаптивного интеллекта, следует сказать, что они актуализируются в ситуациях, превосходящих возможности человека в данный момент времени. Следовательно, если у ситуации этого признака нет, то нет и необходимости обращения к этим феноменам.

Второе сходство состоит в том, что найденное решение проблемы почти не бывает лучшим из возможных и даже не всегда оказывается оптимальным. Как правило, человека вполне устраивает первое приемлемое решение: выжил либо редуцировал тревогу и напряжение (насколько это удалось) – и уже хорошо. Наличие результата – это абсолютный приоритет, а полнота решения или качество уже вторичны.

В-третьих, они имеют структурное сходство, а именно уровневое строение. При анализе копинг-поведения подчеркивается присутствие разных стратегий, позволяющих их иерархизировать в зависимости от уровня эффективности. Самый низкий уровень занимают реакции защитного или избегающего типа (часто имеющие бессознательную природу), временно облегчающие состояние, но не меняющие ситуацию в долгосрочной перспективе. Второй уровень – поведение средней степени эффективности: адаптация к ситуации происходит за счет использования внешних ресурсов или изменения собственного состояния, но не ситуации. Высший уровень – собственно адаптивные стратегии (или проактивное совладание), реакции, предполагающие изменение себя и среды за счет проявления субъектных качеств и активного сопротивления стрессовому воздействию (Carver et al., 1989). Именно этот уровень и может быть соотнесен с адаптивным интеллектом, способным обеспечить его достижение.

В-четвертых, опираясь на современные исследования, сходство адаптивного интеллекта и проактивных стратегий совладания можно описать также и термином «качественной адаптированности» к окружающей реальности и ее вызовам, способствующей управлению внешней средой за счет использования адаптивных стратегий при решении проблем, возникающих в разных сферах жизни и повышающих уровень благополучия в них (Bakracheva, 2019; Freire et al., 2019) и восстановлению эмоционального баланса (Fischer et al., 2021). Адаптивный интеллект — это определенный тип (уровень) мышления, имеющий продуктивный характер, способствующий поиску и реализации нестандартного решения, достижения наиболее благоприятного эффекта.

Наконец, и копинг, и адаптивный интеллект имеют природные предпосылки (защитные механизмы поведения и врожденные компоненты интеллектуальной активности), однако оба требуют развития, проверки и закрепления в опыте, достигая необходимого уровня и становясь относительно устойчивым образованием на определенном возрастном этапе за пределами периода детства.

### **Различия адаптивного интеллекта и копинга**

Рассмотрим также различия этих феноменов. Во-первых, данные понятия адресуются к разной реальности. «Копинг» — это о психической реальности, образованной процессами управления человеком своими состояниями, ее преобразования в направлении снижения затрат, «адаптивный интеллект» — о реальности мышления как процессе экстренного решения задачи на выживание.

Во-вторых, различаются пусковые механизмы: адаптивный интеллект вызывается преимущественно ненормативными стрессорами, сильными, внезапными, тогда как копинг может быть актуализирован также и нормативными, хроническими, слабыми стрессорами. Необходимость использования адаптивного интеллекта чаще опирается на объективные критерии угрозы жизни, копинг же — на ее субъективную интерпретацию в качестве таковой.

В-третьих, различны решаемые задачи. Задача копинга состоит в ослаблении человеком своих реакций на дистрессовые обстоятельства или явления. Копинги позволяют снизить остроту переживания, но могут и не приводить к решению задачи, тогда как адаптивный интеллект призван найти продуктивное решение проблемы: выделить в ситуации существенные элементы (находчивость), получить доступ к недостающим ресурсам (отсюда положительное признание результата) и (ловко) увязать их, часто неожиданным образом (изобретательность).

В-четвертых, у них разная временная шкала. Большинство копингов пролонгированы, вплоть до многолетних периодов; временные рамки их применения чаще всего жестко не заданы. Адаптивный интеллект, как правило, сильно ограничен по времени: «не позже, чем...», «сейчас или уже никогда».

Наконец, различаются они и по последовательности (первичности/вторичности) проявления: адаптивный интеллект предшествует копингу, следовательно, появляется раньше, в определенной степени обуславливая выбор конкретных (активных, адаптивных, проактивных) стратегий совладания.

### **Функциональное сопряжение копинга и адаптивного интеллекта**

Обозначим также и точки сопряжения данных понятий. Согласно идее Р. Лазаруса и С. Фолкман, при столкновении со стрессом применению копинга всегда предшествует когнитивная оценка стрессового воздействия. Авторы выделяют первичную и вторичную оценку. Первичная («что это значит для меня лично?») оценивает масштаб стрессового давления, вторичная («что я могу сделать?») выявляет ресурсы и возможности решения проблемы (Исаева, 2009, с. 23). Только после этого субъект приступает непосредственно к копингам, выбирая тип совладания со стрессором. Резонно предположить, что предшествующий выбору копинга когнитивный процесс и есть работа адаптивного интеллекта (если жизненные условия восприняты как острая ситуация). Его работа позволяет выбрать адекватный набор способов совладания со стрессом и менять репертуар копингов по мере оценки эффективности или неэффективности решения проблемы. В этом смысле копинги в ряде случаев выступают инструментальным воплощением – продуктом адаптивного интеллекта.

С другой стороны, копинги обеспечивают адаптивному интеллекту возможность продуктивной работы, сами выступая инструментом его поддержки.

Согласно Г. Селье, стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование. Это и есть адаптационный синдром. Как правило, копинги позволяют (в сочетании с психическими защитами) совладать со стрессом, точнее, с дисстрессовой реакцией, глубоко неспецифической по своей сути. Решают эту задачу они во многом универсально, стандартными средствами, тогда как адаптивный интеллект (как вид практического интеллекта) обеспечивает возможность точной настройки на успешное решение конкретной трудности. Это – психический аналог специфического иммунного ответа (точечного поражения). Суть его в том, чтобы уподобиться

характеру угрозы, настроиться на нее. Именно в этом активно-деятельностном смысле следует понимать прилагательное «адаптивный» в словосочетании «адаптивный интеллект».

Таким образом, соотнесение понятий «копинг» и «адаптивный интеллект» позволяет более точно и осмысленно обращаться с феноменами, корректнее формулировать исследовательские задачи, подбирать пути и методы их решения, направления прикладной работы в проблематике жизненного обеспечения и саморегуляции человека в целом и его как личности — в частности.

### Литература

- Гут В. В.* Адаптивный интеллект: опыт феноменологической настройки определения // Научное мнение. 2023. № 6. С. 47–57. doi: 10.25807/22224378\_2023\_6\_47
- Исаева Е. Р.* Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни: монография. СПб.: Изд-во СПбГМУ, 2009.
- Леонтьев Д. А.* Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых понятий // Психология стресса и совладающего поведения: материалы II-й Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. С. 40–42.
- Хазова С. А., Дорьева Е. А.* Ресурсы субъекта: теория и практика исследования. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2012.
- Хачатурова М. Р.* Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 3. С. 160–169.
- Bakracheva M.* Coping effects on life meaning, basic psychological needs and well-being // Psychology. 2019. № 10. P. 1375–1395. doi: 10.4236/psych.2019.1010090
- Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K.* Assessing coping strategies: a theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. V. 56. № 2. P. 267–283.
- Fischer R., Scheunemann J., Moritz S.* Coping strategies and subjective well-being: Context matters // Journal of Happiness Studies. 2021. № 22. P. 3413–3434. doi: 10.1007/s10902-021-00372-7
- Freire C., Ferradás M. D. M., Núñez J. C., Valle A., Vallejo G.* Eudaimonic Well-Being and coping with stress in university students: The mediating/moderating role of Self-efficacy // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2019. № 16. P. 48. doi: 10.3390/ijerph16010048
- Sternberg R. J.* Adaptive intelligence: intelligence is not a personal trait but rather a person × task × situation interaction // Journal of Intelligence. 2021. № 9 (4). P. 48. doi: 10.3390/jintelligence9040058

## **Возрастная специфика удовлетворенности социальной поддержкой при разном уровне психотравматизации в группе женщин\***

*Е. Н. Дымова*

Институт психологии РАН, Москва

Цель настоящего исследования — анализ удовлетворенности социальной поддержкой в группах женщин ранней и средней взрослости с разным уровнем переживания психотравмирующих событий. Были использованы «Опросник травматических событий» (LEQ) (Дж. Норбек, И. Сарасон и др.) в адаптации Н. В. Тарабриной с соавт. и «Опросник социальной поддержки» (F-SOZU-22) G. Sommer, T. Frydrich (Г. Зоммера и Т. Фюдрика) в адаптации А. Б. Холмогоровой, Г. А. Петровой. Показано, что высокому уровню переживания психотравмирующих жизненных событий сопутствует неудовлетворенность эмоциональной и инструментальной социальной поддержкой. При этом имеется определенная возрастная специфика: девушки с высоким индексом психотравматизации в большей степени не удовлетворены социальной поддержкой и ее видами, чем женщины среднего возраста. При низкой интенсивности стресса неудовлетворенность социальной поддержкой проявляется только в виде недостатка эмоциональной составляющей.

*Ключевые слова:* уровень психотравматизации, социальная поддержка, эмоциональная поддержка, инструментальная поддержка, девушки, молодые женщины.

На протяжении жизни каждый человек переживает различные по своей силе трудные ситуации, от небольших неприятностей до психотравмирующих событий, при этом для совладания с проблемами он разрабатывает определенный алгоритм действия, мобилизует имеющиеся ресурсы, использует полученные знания и умения, т. е. даже в трудных жизненных ситуациях субъект овладевает новым жизненным опытом. Так, Л. И. Анцыферова отмечала, что «лишь сам субъект в силах изменить свою индивидуальную „теорию“, сделать ее более реалистичной, переосмыслить выпавшее на его долю несчастье как неотъемлемую часть жизни, а не как незаслуженное наказание судьбы... лишь сам субъект способен к преодолению, преобразованию, переосмыслению возникших обстоятельств» (Анцыферова, 1994, с. 7).

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

Проблема влияния трудных жизненных событий на личность давно интересует научное сообщество. Многие ученые в исследованиях ресурсности субъекта, его возможностей, жизненного опыта, а также специфики и интенсивности стресс-фактора подчеркивают важность не только саморегуляции, но и социальной поддержки, необходимость обращения человека за профессиональной помощью (Анцыферова, 2004; Тарабрина, 2012). Психотравмирующие жизненные события подразумевают наличие угрозы жизни и здоровью не только самого субъекта, но и его близких людей, и требуют больших усилий для преодоления психологических последствий подобных событий (Тарабрина, 2012; Харламенкова, 2023).

Социальная поддержка является одним из главных способов совладания с трудными и психотравмирующими ситуациями, это сложный и многофункциональный конструкт (Дымова, 2023). Предполагается, что в зависимости от специфики жизненных событий возникает потребность в различных видах социальной поддержки, например, в эмоциональной или инструментальной помощи.

*Целью* нашего исследования стал анализ удовлетворенности эмоциональной и инструментальной социальной поддержкой при разном уровне психотравматизации в группах женщин ранней и средней зрелости.

Проверялась гипотеза о том, что высокому уровню переживания психотравмирующих жизненных событий сопутствует неудовлетворенность эмоциональной и инструментальной социальной поддержкой, при этом имеется возрастная специфика переживания посттравматического стресса.

Участниками исследования стали девушки 18–24 лет ( $n = 52$ ), проходящие очное обучение в вузах г. Москвы, не имеющие детей и не находящиеся в браке, и молодые женщины 25–35 лет ( $n = 70$ ), проживающие в Москве и Московской обл., имеющие высшее или среднее специальное образование, находящиеся в браке, имеющие 1–2 детей. С целью верификации выдвинутой гипотезы каждая группа участниц исследования была поделена на подгруппы относительно уровня переживания психотравмирующих событий – индекса травматизации (далее – ИТ) методики LEQ (более 3 баллов – высокий уровень ИТ, менее 2,9 – низкий уровень ИТ).

Были использованы два опросника. Первый, «Опросник травматических событий» LEQ (Life Experience Questionnaire) Дж. Норбека, И. Сарасона и др. в адаптации Н. В. Тарабриной с соавт. (Тарабрина и др., 2007), применялся для измерения уровня психотравматизации. Методика основывается на самоотчете респондентов, описыва-

ющих различные ситуации, потенциально являющиеся психотравмирующими. На основе смыслового содержания пункты опросника объединены в 10 категорий: криминальные события (кражи); природные и техногенные катастрофы, аварии; физические травмы, заболевания, угроза жизни самого субъекта; угроза стать очевидцем или участником смерти, травмирования кого-либо; травмы, смерть или заболевание близкого человека, известие об этом; экономические лишения; семейные обстоятельства воспитания самого субъекта; ситуации сексуального насилия; ситуации с детьми субъекта; ситуации физического и эмоционального насилия. Второй, «Опросник социальной поддержки» (F-SOZU-22) Г. Зоммера и Т. Фюдрика (G. Sommer, T. Frydrich) в адаптации А. Б. Холмогоровой, Г. А. Петровой (Холмогорова, Петрова, 2007), применялся с целью определения удовлетворенности социальной поддержкой, а также отдельными видами поддержки: эмоциональной (наличие позитивного чувства близости, доверия и общности) и инструментальной (возможность получения важной, полезной информации, получения помощи в решении проблем, в домашних, учебных делах, оказание материальной помощи).

Обработка данных проводилась с помощью программного пакета Statistica v. 10.0 и включала в себя описательную статистику, U-критерий Манна–Уитни для анализа групповых различий, расчет коэффициента ранговой корреляции Спирмена для анализа корреляционных связей между изучаемыми переменными.

Анализ корреляционных связей показал, что изучаемые переменные взаимосвязаны между собой. Между подгруппами с низким уровнем посттравматического стресса имеются значимые различия только по эмоциональной поддержке ( $U = 273,5$ ;  $p = 0,0015$ ), при этом девушки 18–24 лет чувствуют большую эмоциональную поддержку, чем молодые женщины 25–35 лет. По другим шкалам социальной поддержки значимых различий не обнаружено, однако, согласно данным шкалы инструментальной поддержки, женщины более удовлетворены данным видом социальной поддержки, чем девушки, но различия наблюдаются только на уровне тенденции.

Результаты сравнения удовлетворенности социальной поддержкой при высоком уровне психотравматизации показали наличие значимых различий по всем шкалам «Опросника социальной поддержки»: эмоциональная поддержка ( $U = 195$ ;  $p = 0,0006$ ), инструментальная поддержка ( $U = 180$ ;  $p = 0,0003$ ), социальная интеграция ( $U = 266,5$ ;  $p = 0,027$ ) и удовлетворенность социальной поддержкой в целом ( $U = 283$ ;  $p = 0,05$ ).

Женщины с высоким уровнем психотравматизации, в отличие от девушек, в большей степени ощущают наличие эмоционально значимых, поддерживающих отношений, чувствуют сопричастность близких людей к их переживанию, более удовлетворены предоставляемой информацией, помощью в установлении причинно-следственных связей, в предлагаемом алгоритме действий и в целом социальной поддержкой. Однако высокие баллы по шкале социальной интеграции и обратная корреляционная связь с ИТ указывают на то, что чем выше психотравматизация, тем сильнее сужается для субъекта круг значимых людей, т. е. женщины, ощущая потребность в поддержке, в то же время часто отстраняются, изолируются от окружающих людей при переживании психотравмирующих жизненных ситуаций.

Интересно, что при наличии значимых различий по шкале эмоциональной поддержки с подгруппами с низким ИТ, женщины с высоким ИТ в большей степени удовлетворены эмоциональной поддержкой, чем девушки. Возможно, это связано с тем, что молодые женщины находятся в браке и имеют детей, а тесные семейные отношения, характеризующиеся близостью, заботой, привязанностью, в первую очередь являются источником эмоциональной поддержки при переживании стресса (Крюкова, Архипова, 2019). При низком индексе травматизации потребность в эмоциональной поддержке у женщин снижена в связи с ее незначимостью, а для девушек данный вид помощи актуален в любых ситуациях, однако наиболее чувствительно они реагируют на недостаток эмоциональной помощи в ситуациях психотравмирующего характера.

Гипотеза о том, что высокому уровню переживания психотравмирующих жизненных событий сопутствует неудовлетворенность эмоциональной и инструментальной социальной поддержкой, подтвердилась. При этом имеется определенная специфика в возрастных группах женщин 18–24 и 25–35 лет. Девушки с высоким уровнем переживания психотравмирующих событий в большей степени не удовлетворены социальной поддержкой и разными ее видами, чем молодые женщины с высоким индексом психотравматизации. При низкой интенсивности стресса неудовлетворенность социальной поддержкой проявляется только в виде недостатка ее эмоциональной составляющей.

### Литература

*Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.



- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Дымова Е. Н.* Удовлетворенность социальной поддержкой женщинами с различным психотравмирующим опытом // Мир науки. Педагогика и психология. 2023. Т. 11. №4. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/22PSMN423.pdf> (дата обращения: 23.08.2024).
- Крюкова Т. Л., Арипова А. О.* Восприятие значимости эмоциональной поддержки при стрессе и характеристики социальной сети личности // Вестник РУДН. Сер. «Психология и педагогика». 2019. № 2. С. 181–195.
- Тарабрина Н. В.* Психологические последствия воздействия стрессоров высокой интенсивности: посттравматический стресс // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 6. С. 20–33.
- Тарабрина Н. В., Агарков В. А., Быховец Ю. В., Калмыкова Е. С.* и др. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса.. Часть 1. Теория и методы. М.: Когито-Центр, 2007.
- Харламенкова Н. Е.* Психология личности: от методологии к научному факту. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
- Холмогорова А. Б., Петрова Г. А.* Методы диагностики социальной поддержки при расстройствах аффективного спектра // Медицинская технология. М.: МНИИ психиатрии Росздрава, 2007.
- Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П.* Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.

**Особенности социально-психологической адаптации подростков с агрессивным поведением, находящихся в трудной жизненной ситуации в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних**

*С. Г. Елизаров*

Курский государственный университет, Курск

В статье рассмотрены особенности социально-психологической адаптации подростков с агрессивным поведением из семей мобилизованных в зону СВО, находящихся в трудной жизненной ситуации в условиях коррекционно-реабилитационного процесса в социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних. Рассмотрены основные подходы к понятиям «трудная жизненная ситуация», «социально-психологичес-

кая адаптация», «агрессия». Выделены основные формы агрессивных реакций. Описаны и обсуждены результаты проведенного исследования особенностей социально-психологической адаптации подростков с агрессивным поведением из семей мобилизованных, находящихся в связи с этим в трудной жизненной ситуации в условиях социально-реабилитационного центра.

*Ключевые слова:* подросток, трудная жизненная ситуация, социально-психологическая адаптация, агрессивность, коррекционно-реабилитационный процесс.

События на востоке Украины, связанные с началом Специальной военной операции и с последовавшей мобилизацией в том числе и в Курской области, актуализировали необходимость оказания комплексной социальной (в том числе и социально-психологической) помощи семьям мобилизованных и воспитывающимся в них несовершеннолетним, находящимся в связи с этим в трудной жизненной ситуации. В настоящее время Федеральным законом №195-ФЗ и Федеральным законом №124-ФЗ введены специальные термины: «трудная жизненная ситуация» и «дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации». Согласно им к данной категории семей относятся семьи с явной открытой формой неблагополучия, безусловно-асоциальные семьи, семьи со скрываемой формой неблагополучия, семьи с латентными признаками неблагополучия. В связи с этим представляется актуальным исследование, связанное с ответами на вопросы, каким образом эти трудные социальные ситуации отражаются в сознании и поведении людей, на их переживаниях и действиях (Анцыферова, 1994, с. 16).

В современной науке проблема адаптации, как известно, рассматривается многими научными направлениями. Особенность социально-психологической адаптации заключается в опосредовании отношений индивида и среды малыми группами членства индивида, а также тем, что малая группа сама становится стороной адаптационного взаимодействия, образуя среду ближайшего социального окружения (Александровский, 2021).

Важным условием успешной адаптации, несомненно, является эмоциональное состояние человека, оказавшегося не по своей воле в иной социальной ситуации и вынужденного к ней приспособливаться. Такой ситуацией для семей мобилизованных и воспитывающихся в них несовершеннолетних является факт ухода их близких родственников (прежде всего отцов, братьев и т. д.) в район боевых действий в зоне СВО и связанные с этим эмоциональные переживания, усиливающиеся в случае их ранения или смерти.

Существенным фактором, влияющим на эффективность процесса адаптации в условиях трудной жизненной ситуации, является агрессивность индивида.

Проблему агрессивности среди несовершеннолетних подростков можно отнести к достаточно разработанной в современной психологии. Исследования зарубежных (А. Бандура, Л. Берковитц, Д. Доллард, З. Фрейд, С. Фешбах и др.) и отечественных авторов (С. Н. Ениколопов, Ф. Н. Ильясов, Ю. Б. Можгинский, А. А. Реан, Л. М. Семенюк, И. А. Фурманов и др.) позволили выделить такие аспекты данного феномена, как биологические и социальные детерминанты агрессии, пути ее фиксации в качестве поведенческой характеристики, условия, влияющие на проявление агрессии, индивидуальная и половозрастная специфика агрессивного поведения, средства предупреждения агрессии и др. (Бандура, Уолтерс, 1999; Семенюк, 1996).

Существующие к настоящему времени определения агрессии условно можно разделить на две основные группы. В первой агрессия представлена как мотивированные действия, которые нарушают нормы и правила, причиняют боль и страдания. В данной группе выделяются преднамеренная агрессия и агрессия инструментальная. Предметная агрессия выражается действиями, которые осознанно причиняют вред или ущерб, а инструментальная агрессия заключается в отсутствии агрессивной цели при необходимости действовать таким образом (Бандура, Уолтерс, 1999). Во второй группе агрессия предстает в качестве акта враждебности и разрушения и является поведенческой характеристикой. В рамках данного подхода Р. Бэрон и Д. Ричардсон, например, определяют агрессию как любую форму поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Можгинский, 1999).

Среди форм агрессивных реакций, встречающихся в различных источниках, необходимо выделить следующие (Можгинский, 1999; Реан, 1996):

- физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица;
- косвенная агрессия – не прямые действия, направленные как на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и не направленные на конкретного человека (крик, топание ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.);
- вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань);

- склонность к раздражению – готовность к проявлению вспыльчивости, резкости, грубости даже при малейшем возбуждении;
- негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установленных законов и обычаев.

Кроме того, к формам враждебных реакций относятся обида, понимаемая как зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания, а также подозрительность как недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

Целью нашего исследования являлось определение особенностей социально-психологической адаптации подростков с агрессивным поведением из семей мобилизованных, находящихся в связи с этим в трудной жизненной ситуации.

Эмпирической базой исследования выступал Курский областной социально-реабилитационный центр «Возрождение» (автор является научным руководителем центра), в своей деятельности опирающийся на основные положения концепции «Развивающей социальной среды», разработанной одним из создателей курской психологической школы А. С. Чернышевым (Чернышев и др., 2016) и ставшей теоретической и практической основой коррекционно-реабилитационного процесса центра. В исследовании приняла участие группа, включающая в себя 30 подростков из семей мобилизованных из Курской области в зону СВО в возрасте от 14 до 17 лет, проходящая стандартный курс реабилитации в центре. В качестве методического инструментария использовались «Опросник социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонд и «Опросник для определения уровня агрессии» Л. Г. Почебут, предполагающий выявление уровня вербальной, физической, предметной, эмоциональной и самоагрессии испытуемых (Фетискин и др., 2002). Диагностические процедуры проводились дважды – до и после включения группы в коррекционно-реабилитационную программу, реализуемую в центре.

В качестве гипотезы выступало предположение о том, что у несовершеннолетних подростков, воспитывающихся в семьях мобилизованных в зону СВО и проходящих курс реабилитации в центре, уровень агрессивности связан с характером социально-психологической адаптации.

На основании полученных в ходе первоначальных диагностических процедур данных было установлено следующее:

1. Проведенный анализ интегрального показателя «Адаптация» в исследуемой группе показал, что для большинства подростков характерны высокие и нормальные адаптивные способности. Также у большинства подростков выявлены высокие интегральные показатели по шкалам «Самопринятие», «Принятие других», «Эмоциональный комфорт», «Интернальность» и «Доминирование».
2. Интегральный показатель «Лживость» по итогам исследования оказался статистически значимо и положительно связан с такими интегральными показателями, как «Адаптация», «Интернальность» и «Доминирование».
3. По шкале «Вербальная агрессия» показатели оказались на среднем уровне (55%), в то время как высокий уровень «Физической агрессивности» выявлен почти у половины обследованных подростков (49,2%), По шкале «Предметная агрессивность» показатели агрессивности на среднем и низком уровнях (42% и 35,5%, соответственно). По шкале «Эмоциональная агрессия» выявлен высокий и низкий уровни агрессивности (40% и 35%, соответственно), а по шкале «Самоагрессия» – высокий и средний (соответственно, 50% и 43%).

Полученные на этом этапе эмпирические данные стали основанием для разработки коррекционно-реабилитационной программы психолого-педагогической помощи данной категории подростков в условиях реабилитационного центра. Разработанная и внедренная в процесс коррекции и реабилитации программа основывается на ведущих принципах концепции «Развивающей социальной среды» с учетом особенностей данной категории подростков, проходящих курс реабилитации и постреабилитации (Елизаров и др., 2019).

По окончании курса реабилитации в центре (одна школьная четверть) были проведены итоговые диагностические процедуры, показавшие следующее:

1. Проведенный анализ интегрального показателя «Адаптация» показал, что у большинства подростков сохранились высокие и нормальные адаптивные способности. Так же, как и при первом замере, у большинства подростков выявлены высокие интегральные показатели по шкалам «Самопринятие», «Принятие других», «Эмоциональный комфорт», «Интернальность» и «Доминирование».
2. Интегральный показатель «Лживость» по итогам исследования оказался статистически и значимо положительно связан только

с такими интегральными показателями, как «Адаптация» и «Интернальность».

3. По шкале «Вербальная агрессия» преобладающими уровнями оказались средний и низкий (32,5% и 45%, соответственно), в то время как высокий уровень «Физической агрессивности» оказался характерен лишь для 32,5% подростков. Существенно выросло число подростков с низким уровнем агрессивности (с 17,5% до 40%). Такая же тенденция наблюдалась при регистрации показателей по шкалам «Предметная агрессивность» и «Эмоциональная агрессия» (57% и 55,7%, соответственно). По шкале «Самоагрессия» нами установлено преобладание среднего уровня агрессивности (67%).

Полученные результаты оказались для нас, с одной стороны, вполне ожидаемыми, а с другой – несколько непредсказуемыми, так как наблюдение за данной группой подростков из семей мобилизованных в зону СВО в процессе всего коррекционно-реабилитационного цикла давало основание надеяться на более значительные позитивные изменения.

В связи с этим представляется, что полученные результаты могут быть связаны 1) с особенностями самого подросткового возраста, с его неустойчивостью и противоречивостью в развитии, а также с особенностями трудной жизненной ситуации, переживаемой подростками из семей мобилизованных; 2) с определенными различиями индивидуальных мотивов, ценностей и установок подростков, переживающих трудную жизненную ситуацию, связанную с мобилизацией их близких в зону СВО, что отразилось и на характере их совместной деятельности, и на взаимодействии в коррекционно-реабилитационном процессе; 3) с существенным контрастом привычной для данной группы подростков среды и развивающей социальной среды реабилитационного центра и переживанием такого контраста.

Таким образом, проведенный нами анализ показал, что установленная в процессе диагностики взаимосвязь между социально-психологической адаптацией подростков, воспитывающихся в семьях мобилизованных в зону СВО, и характером их агрессивности с последующим их включением в коррекционно-реабилитационную среду хотя и носит определенную позитивную динамику, но все же реализуемая в реабилитационном центре программа помощи данной категории подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, имеет и существенный резерв для коррекционно-реабилитационной

работы с проявлениями агрессивности. Одним из возможных направлений подобной работы видится включение таких подростков в реализуемый в центре курс постреабилитационного сопровождения (Елизаров и др., 2019).

### Литература

- Александровский Ю. А.* Пограничные психические расстройства. М.: ГЭО-ТАР-Медиа, 2021.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. Т. 15. С. 3–18.
- Бандура А., Уолтерс Р.* Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. М.: Эксмо–Апрель-Пресс, 1999.
- Елизаров С. Г., Нарыкова И. Н., Орлова О. И.* Подросток, находящийся в трудной жизненной ситуации: возможности постреабилитационного сопровождения // Вестник практической психологии образования. 2019. № 2 (2). С. 68–75.
- Можгинский Ю. Б.* Агрессия подростков. Эмоциональный и кризисный механизм. СПб.: Лань, 1999.
- Реан А. А.* Агрессия и агрессивность личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 5. С. 3–13.
- Семенюк Л. М.* Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М.: ИПП; Воронеж: НПО «Модэк», 1996.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002.
- Чернышев А. С., Елизаров С. Г., Сарычев С. В., Лобков Ю. Л., Беспалов Д. В., Матвеева А. В.* Социально-психологические условия становления успешных лидеров-организаторов. Курск: Изд-во Курского гос. ун-та, 2016.

## **Чувствительность к справедливости и совладающее поведение в условиях трудной жизненной ситуации**

*Е. О. Ермолова\**, *С. А. Чаганова\*\**

\* Новосибирский государственный педагогический университет,  
Новосибирск

\*\* Кабинет психологического консультирования Чагановой Светланы,  
Новосибирск

В статье изучается роль чувствительности личности к справедливости в условиях трудной жизненной ситуации как фактора, способного запустить совладающее поведение. Восприятие личностью несправедливости изучается через понятие «значимая позиция отношения к несправедливости», которая выражает преобладание определенного типа чувствительности к справедливости. При этом, само нарушение справедливости выступает фактом попрания ценностей личности. Теоретический анализ позволил подтвердить гипотезу о том, что чувствительность к справедливости выступает фактором активизации совладающего поведения в условиях трудной жизненной ситуации, что в итоге способствует пониманию особенностей адаптации личности и оказанию качественной психологической помощи.

*Ключевые слова:* справедливость, личность, чувствительность к справедливости, совладающее поведение, трудная жизненная ситуация.

Современное общество преподносит индивиду множество вызовов, среди которых особое место занимают несправедливые и трудные жизненные ситуации. Будучи сложной социальной системой, общество, с одной стороны, предлагает широкие возможности для самореализации, с другой – может создавать условия, когда достижение благополучия кажется нереализуемой задачей ввиду столкновения с несправедливостью. Выделим несколько аспектов жизнедеятельности в условиях современного общества, представляющихся несправедливыми и оттого выступающими как трудные жизненные ситуации для лиц, которые в них оказываются.

Одним из аспектов, порождающих трудные жизненные ситуации для личности в современном обществе, является социальная несправедливость. Она выражается в различии доступа к ресурсам и возможностям на основании учета таких показателей, как пол, раса, этническая принадлежность или социальное происхождение. Несмотря на принятие значительных мер в борьбе за равноправие, случаи дискриминации до сих пор полностью не искоренены.



Экономический аспект также является одним из ключевых в контексте социальной несправедливости. Неравномерное распределение материальных благ в пользу определенных слоев населения порождает социальное неравенство, деление населения на богатых и бедных.

Не менее актуален вопрос доступа к качественному образованию. Часто детям из малообеспеченных семей сложно получить высшее образование из-за высоких затрат.

Также проблемой является дискриминация при приеме на работу: любые предрассудки по отношению к полу или возрасту работника уменьшают его шансы.

Развитие технологий становится двусмысленным фактором: с одной стороны, оно способствует повышению комфорта жизни человека; с другой – вызывает стресс от постоянного чувства «неуспевания» за изменениями или риска потери работы вследствие автоматизации процессов и развития технологий.

В психологической науке вопросы несправедливости общества находят отражение в понятии трудных жизненных ситуаций, преодоление которых сопряжено с использованием личностью стратегий совладающего поведения.

Как указывает С. К. Нартова-Бочавер, совладающее поведение «включает все виды взаимодействия субъекта с задачами внешнего или внутреннего характера – попытки овладеть или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований проблемной ситуации. Дополнительные условия – как внешние, характеризующие саму задачу, так и внутренние, представляющие собой психологические характеристики субъекта, – заостряют содержание coping, отличая его от простого приспособления» (Нартова-Бочавер, 1997, с. 21–22). Говоря о психологических особенностях субъекта, способных влиять на его взаимодействие с окружающей средой, выделим чувствительность к справедливости (далее – ЧС) как черту личности. Согласно концепции М. Шмитта, эта черта проявляется как готовность воспринимать и эмоционально сильно реагировать на случаи несправедливости (Schmitt et al., 2010). При этом ЧС способствует тому, что концепты справедливости/несправедливости чаще используются в повседневной реальности, образуя своеобразный когнитивный фильтр для оценки происходящего (Нартова-Бочавер, Астанина, 2014).

На основании этого выдвигается гипотеза о том, что ЧС выступает фактором активизации совладающего поведения в условиях трудной жизненной ситуации.

Для проверки гипотезы далее необходимо соотнести и проанализировать данные понятия.

Во-первых, вслед за Е. А. Сергиенко, рассмотрим совладающее поведение как «высокоуровневые сознательные выборы способов индивидуальной регуляции» (Сергиенко, 2008, с. 81) и как «осознанную организацию по преодолению трудностей» (там же, с. 72).

Далее, вслед за В. А. Петровским и И. М. Шмелевым определим трудные жизненные ситуации как «ситуации, переживаемые субъектом как препятствующие достижению его целей (реализации его интересов) и при этом содержащие в себе скрытый ресурс, позволяющий осуществить их, а опора на скрытый ресурс может иметь при этом активный или пассивный характер» (Петровский, Шмелев, 2019, с. 412). Жизненная ситуация описывается как трудная, если соответствует следующим характеристикам: высокая интенсивность воздействия стрессовых факторов на человека, их высокая продолжительность, неспособность самостоятельно контролировать сложившуюся ситуацию и невозможность оказать на нее влияние, а также высокий уровень требований к адаптационным ресурсам (Битюцкая, 2011).

Отметим, что несправедливость сама по себе является фактором, мешающим достижению целей человека.

Как пишет Л. И. Анцыферова, при определении и изучении трудных жизненных ситуаций, необходимо учитывать главное — «ту ценность, которая в условиях трудной жизненной ситуации может быть потеряна или уничтожена... Для того чтобы сохранить, защитить, утвердить данную ценность, субъект прибегает к различным приемам изменения ситуации. При этом чем более значительное место в смысловой сфере личности занимает находящийся в опасности объект и чем более интенсивной воспринимается личностью угроза, тем выше мотивационный потенциал совладания с возникшей трудностью» (Анцыферова, 1994, с. 5).

Говоря о ценности, необходимо отметить, что ЧС как черта личности имеет четыре измерения, каждое из которых способно выступать значимой позицией ее отношения к несправедливости: ЧС нарушителя, ЧС свидетеля, ЧС бенефициара и ЧС жертвы (Ермолова, Чаганова, 2023). Лица со значимой позицией ЧС нарушителя наиболее болезненно реагируют на случаи собственного несправедливого отношения к другим, со значимой позицией ЧС свидетеля — на ситуации наблюдения несправедливости со стороны, со значимой позицией ЧС бенефициара — на незаслуженное получение благ за счет других при собственной пассивности, со значимой позицией ЧС жертвы — при несправедливом отношении к самому себе со стороны других лиц.

Таким образом, изучение переживаний несправедливости при оценке значимой позиции отношения к ней, должно происходить с учетом понимания справедливости как ценности личности.

Говоря о восприятии собственного нарушения прав другого как о трудной жизненной ситуации, мы считаем, что личность со значимой позицией ЧС нарушителя будет переживать нарушение справедливости со стороны попрания ценности невмешательства в права и блага других лиц, т. е. справедливого отношения к окружающим. Позиция ЧС свидетеля с точки зрения справедливости как ценности говорит о значимости для личности соблюдения справедливости во внешнем мире. Позиция ЧС бенефициара говорит о ценности для личности справедливого и заслуженного получения благ, а позиция жертвы — о ценности собственной автономии, границ и справедливого отношения к себе самому со стороны окружающих. Для сохранения своих ценностей личность будет использовать стратегии совладающего поведения, направленные как на восстановление справедливости, так и на совладание с собственными переживаниями.

Таким образом, ситуации нарушения справедливости в соответствии со значимой позицией субъекта можно рассматривать как трудные жизненные ситуации с точки зрения нарушения ценностей индивида, где справедливость выступает ценностью, отношение к которой в структуре личности выражается в ЧС как черте личности. На основании проведенного теоретического анализа следует сделать вывод о том, что переживание личностью ситуаций несправедливости указывает на проживание ею трудной жизненной ситуации. Это сопровождается использованием личностью совладающего поведения, что позволяет сделать вывод о том, что ЧС как черта личности действительно выступает фактором активизации совладающего поведения в условиях нарушения справедливости как трудной жизненной ситуации.

В заключение стоит отметить, что данный факт необходимо учитывать в вопросах оказания психологической поддержки населению на разных уровнях: в рамках образовательного процесса, в программах психологического сопровождения, при индивидуальном и групповом консультировании.

Понимание чувствительности к справедливости как фактора активизации совладающего поведения поможет при анализе поведенческих проявлений совладающего поведения. Кроме того, это позволит оценить вклад в трудную для личности жизненную ситуацию несправедливости с позиций ее значимого отношения к ней, что позволит более эффективно оказывать психологическую помощь.

### Литература

*Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3—18.

- Битюцкая Е. В.* Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2011. № 1. С. 100–111.
- Ермолова Е. О., Чаганова С. А.* Системно-психологический анализ профилей личности с разными типами чувствительности к справедливости // Системная психология и социология. 2023. № 2 (46). С. 93–113. doi: 10.25688/2223-6872.2023.46.2.8
- Нартова-Бочавер С. К.* «Coping behavior» в системе понятий психологии личности Бочавер // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20–30.
- Нартова-Бочавер С. К., Астанина Н. Б.* Психологические проблемы справедливости в зарубежной персонологии: теории и эмпирические исследования // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 1. С. 16–32.
- Петровский В. А., Шмелев И. М.* Персонология трудных жизненных ситуаций: на перекрестке трех культур // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2019. № 3. С. 408–433.
- Сергиенко Е. А.* Субъектная регуляция совладающего поведения // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 67–84.
- Schmitt M., Baumert A., Gollwitzer M., Maes J.* The Justice Sensitivity Inventory: Factorial validity, location in the personality facet space, demographic pattern and normative data // Social Justice Research. 2010. V. 23. P. 211–238.

## **Проблемы и перспективы изучения совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях с позиций концепции психологического отношения к безопасности**

*М. С. Иванов, М. С. Яницкий*

Кемеровский государственный университет, Кемерово

В статью, посвященной 100-летию со дня рождения Л. И. Анцыферовой — выдающегося отечественного ученого-методолога и теоретика психологии — обсуждаются проблемы и перспективы разработки проблемы совладающего поведения в трудной жизненной ситуации в контексте обозначенных Л. И. Анцыферовой методологических проблем в этой области. К решению этих проблем предлагается применить разрабатываемую авторами статьи концепцию отношения к безопасности. В этой концепции переживание трудной жизненной ситуации может анализировать-

ся как отношение к опасности, а совладающее поведение — как проявление отношения к личной безопасности. Обсуждаются преимущества предлагаемого подхода, предлагаются возможные направления анализа проблемы совладания в трудной жизненной ситуации с позиций отношения к безопасности.

*Ключевые слова:* отношение к безопасности, совладающее поведение, трудная жизненная ситуация, психология безопасности, переживание опасности, психологическое отношение.

Анализируя проблемы изучения совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях, Л. И. Анцыферова указывает на два «методологических просчета». Первый недостаток, по ее мнению, связан с «фрагментарностью подхода» — невниманием исследователей к анализу всего многообразия событий, предшествующих трудной ситуации, состояния человека незадолго до обострения проблем и других факторов, связанных с целостностью и уникальностью восприятия человеком окружающего мира, своей жизни и себя самого (Анцыферова, 1994, с. 4). Автор справедливо обращает внимание на необходимость личностного подхода к проблеме, что позволило бы анализировать совладающее поведение в своей опосредованности особенностями восприятия и переживания личностью ситуации и ее контекста.

Второй недостаток Л. И. Анцыферова связывает с ограниченным определением понятия трудной жизненной ситуации через критерий экстремальности, необходимости действия на пределе адаптационных возможностей, что, по ее мнению, ошибочно — ситуация, воспринимаемая человеком как трудная, не всегда является экстремальной. Автор призывает применить личностный подход и учесть субъективное ценностно-смысловое отношение человека к «внутренней ситуации», т. е. то, какой она предстает в его представлении и переживании. Здесь Л. И. Анцыферова, опережая время, практически переходит на терминологию современной психологии безопасности и говорит о трудной жизненной ситуации как о ситуации «опасности», «угрозы», рисках «потери или уничтожения» того, что представляет для субъекта ценность и личностный смысл (там же, с. 5).

Некоторые из обозначенных методологических проблем уже получили достаточную разработку. Например, личностное измерение трудных жизненных ситуаций анализируется в современных исследованиях с позиций ценностного и смыслового отношения личности к ситуации (Яницкий, Серый, 2013). При этом считать названные Л. И. Анцыферовой проблемы решенными нельзя, особенно в части анализа обстоятельств трудной ситуации и их перехода во «внутрен-

ную ситуацию» субъекта совладания. В этой связи представляется уместным предложить рассмотрение обсуждаемой проблемы в теоретико-методологическом поле теории отношения, разработанной В. Н. Мясищевым и его последователями, а также психологии безопасности, соединенных в развиваемой нами концепции отношения к безопасности. Психологическое отношение, по убеждению Мясищева, связывает субъекта с самой сущностью объективных явлений действительности (Мясищев, 2011). За понятием отношения, по мнению А. В. Петровского, «стоит конкретная психическая реальность», что позволяет «признать его категориальное достоинство», а основным его преимуществом является «значимая для субъекта направленность на объект» (Петровский, Ярошевский, 1998, с. 198).

Проблемы трудной жизненной ситуации анализируются в проблемном поле психологии безопасности в основном через достаточно разработанное понятие психологической безопасности, под которым в распространенном определении А. Л. Журавлева и Н. В. Тарабриной понимается «интегративная характеристика субъекта, отражающая степень удовлетворенности его базисной потребности в безопасности и определяемая по интенсивности переживания психологического благополучия/неблагополучия» (Журавлев, Тарабрина, 2012, с. 9). По меткому замечанию Н. Е. Харламенковой, «психологическая безопасность присуща субъекту и не дана ему в виде готового продукта, а постоянно воспроизводится им» (Харламенкова, 2019, с. 32).

В терминологии психологии безопасности трудная жизненная ситуация может рассматриваться с точки зрения опасностей как объективно угрожающих, так и субъективно воспринимаемых как угрожающие, что, собственно, и определяет ситуацию как трудную. Трудная жизненная ситуация — это почти всегда опасная ситуация, поскольку неизбежно несет угрозу неблагоприятного воздействия (физического или психологического) и, как результата этого воздействия, негативных последствий, связанных с потерями чего-то субъективно ценного. Целостное сознательное психическое отражение опасности понимается в предлагаемой концепции как отношение к опасности и выступает неотъемлемой частью отношения к безопасности. Совладающее поведение может рассматриваться как поведение, связанное с обеспечением безопасности, что позволяет с позиций предлагаемой теоретической модели говорить о его обусловленности отношением к безопасности. Переживание трудной жизненной ситуации определяется отношением не только к опасностям, составляющим ситуацию, но и всем другим опасностям и угрозам, которые обостряются в трудной для человека ситуации. В этом смысле переживание труд-

ной жизненной ситуации с позиций субъекта выглядит как система его отношений к опасностям и возможностям противодействия им, измененная под влиянием причин, приведших к трудной ситуации. Обсудим направления анализа проблемы совладания в трудной жизненной ситуации с позиций отношения к безопасности:

1. Определение конкретных опасностей и угроз, составляющих ситуацию в восприятии субъекта, а также угроз, связанных с ситуацией, в том числе антиципируемых, которые могут появиться при разных сценариях развития ситуации. Это содержание представлено в сознании в виде отношений к опасностям, включающих когнитивные представления, аффективные переживания, мотивационные и ценностно-смысловые элементы. В практике психологической помощи объективация актуальных опасений достигается инициацией рефлексивного анализа ситуации, упорядочением имеющейся у субъекта индивидуальной системы отношений к опасности и безопасности. Трудная жизненная ситуация, представленная субъекту в виде системы отдельных опасностей и угроз, выглядит для него более определенной.
2. Содержательный анализ отношения к опасностям в трудной жизненной ситуации. Проведенные нами исследования показывают, что в представлениях субъекта о личной безопасности угрозы имеют трехкомпонентную структуру: источник (кто или что угрожает), воздействие (чем угрожают), последствия (что произойдет, если угроза реализуется) (Иванов и др., 2016). Такой анализ позволяет в том числе отделить объективные отношения к опасности от невротических опасений и иррациональных страхов, предполагающих принципиально другие способы преодоления. Одна из ключевых идей предлагаемого подхода состоит в понимании отношения к безопасности как субъективного отражения объективной действительности в аспекте реально существующих угроз как проблем, предполагающих возможность деятельного решения (Иванов, Яницкий, 2015).
3. Определение возможностей противодействия опасностям, существующих в жизненном опыте человека и системе его представлений, что в терминологии предлагаемого подхода понимается как актуализация отношения к обеспечению безопасности. Известной проблемой человека в трудной жизненной ситуации является его неспособность осознать и использовать в полной мере имеющиеся возможности, применить знания, опыт выхода из подобных ситуаций. Осознание же конкретной опасности произвольно или не-

произвольно запускает защитное поведение, поэтому отношение к опасности является частью отношения к безопасности. Инвентаризация имеющихся способов и возможностей по обеспечению безопасности, основанная на объективации реальных угроз, приводит к нормализации индивидуальных отношений к безопасности как конкретных цельных элементов опыта, соединяющих в себе видение проблемы и способов ее решения.

4. Анализ субъективных искажений в отношении к опасностям и способам их противодействия у человека, находящегося в трудной жизненной ситуации. Известная проблема циклического усугубления трудной ситуации в виду снижения адаптационных возможностей («беда не приходит одна») в терминологии отношения к безопасности может рассматриваться как проблема субъективного искажения отношения к безопасности. В трудной жизненной ситуации, как правило, возможности человека по обеспечению личной безопасности объективно снижаются, но его отношение к возникающим угрозам и своим возможностям изменяется несоразмерно реальности — под влиянием стресса, тревоги и прочих негативных психологических факторов.

Таким образом, изучение совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях в теоретических рамках психологии отношения к безопасности открывает возможности анализа этих явлений с таких сторон, с которых они традиционно не рассматриваются, что создает ряд преимуществ.

Во-первых, поведенческий анализ классически исследуемой трудной жизненной ситуации может быть дополнен системным анализом воспринимаемых обстоятельств этой ситуации в виде конкретных опасностей, которые могут быть определены в объективной и субъективной оценке их параметров — источников опасности, характера вредного воздействия, тяжести и вероятности последствий и т. п. Эти опасности могут быть концептуализированы субъектом самостоятельно, в результате психологической помощи или в психологическом эксперименте и оказаться ясно представленными в сознании, в результате чего трудная жизненная ситуация становится более структурированной и определенной для субъекта и может быть более точно проанализирована. Появляется хорошо теоретически определенное и изученное в психологии основание для анализа трудной жизненной ситуации — личностно обусловленное ценностно-смысловое отношение субъекта к конкретным жизненным опасностям и угрозам, составляющим ситуацию, связанное со всей системой отношений личности.



Второе преимущество предлагаемого подхода связано с анализом совладающего поведения. Одна из теоретических проблем изучения совладающего поведения и его стратегий состоит в том, что при исследовании недостаточно анализируется предмет поведения, т. е. то, на что направлено это поведение, с чем, собственно, происходит совладание и какова конкретная цель совладания. Исходя из теории и исследовательских традиций в этой области, под предметом совладающего поведения понимается сама ситуация, т. е. человек в трудной жизненной ситуации совладевает с самой этой ситуацией или с самим собой в ситуации. Такой ответ не может нас устраивать как окончательный, поскольку совершенно очевидно, что совладать с ситуацией — значит решать конкретные проблемы и задачи. Анализ совладающего поведения в контексте проявления отношения к безопасности, направленного на противодействие конкретным опасностям и угрозам, а не «ситуации в целом», позволит лучше связать совладающее поведение с его предметом, принадлежащим к ситуации.

В целом, подход с позиций психологии безопасности позволяет шире взглянуть на проблему совладания в трудной жизненной ситуации, выйти за пределы изначально психотерапевтического подхода к проблеме копинга, ориентированного на помощь человеку не столько в решении жизненных проблем, сколько в купировании связанного с этим психологического дискомфорта. При анализе проблемы с позиций отношения к безопасности трудная жизненная ситуация рассматривается как опасная ситуация и ситуация, порождающая новые опасности, имеющие объективные основания. Человек в трудной ситуации рассматривается как субъект личной безопасности, а его поведение понимается как обеспечение безопасности, направленное на поиск возможностей деятельного решения проблем на основании адаптивного анализа трудной ситуации в разрезе воспринимаемых опасностей и угроз.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Журавлев А. Л., Тарабрина Н. В.* Психологическая безопасность: на пути к комплексным, междисциплинарным исследованиям (вместо предисловия) // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 5–21.
- Иванов М. С., Серый А. В., Яницкий М. С.* Индивидуальные представления об угрозах как фактор предпочтения стратегий личной безопаснос-

ти // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. 2016. № 6. С. 48–56.

*Иванов М. С., Яницкий М. С.* Отношение к личной безопасности: понятие, структура, ценностная вариативность // Психология отношений в постнеклассической парадигме: Сборник статей участников Международной научно-практической конференции (Белово, 1–7 июня 2015 г.). Белово: КузГТУ, 2015. С. 54–68.

*Мясищев В. Н.* Психология отношений: Избранные психологические труды. М.: Изд-во МПСИ, 2011.

*Петровский А. В., Ярошевский М. Г.* Основы теоретической психологии. М.: ИНФРА-М, 1998.

*Харламенкова Н. Е.* Понятие психологической безопасности и его обоснование с разных научных позиций // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 1. С. 28–37. doi: 10.31857/S02059520002985-9

*Яницкий М. С., Серый А. В.* Трансформация представлений об экстремальной ситуации в постнеклассической психологии // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. 2013. № 3. С. 120–124.

## **Ресурсные предикторы автокреационных процессов конфликтной компетентности\***

*М. М. Кашанов*

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль,  
Ярославская область

Актуальность статьи обусловлена тем, что этап негативного отношения к конфликту сменился этапом его признания как естественного и во многом желательного явления, способствующего конструктивному взаимодействию субъектов. Именно конфликтная компетентность обеспечивает оптимальное разрешение конфликтной проблемы в контексте трансформации ситуации в событие, которое рассматривается как предиктор, обуславливающий возникновение состояния творческого создания субъектом самого себя. Данное ресурсное состояние объединяет две стороны осмысления происходящего: дискретную и процессуальную. Дискретность подразумевает понимание события как своего рода ресурсную

---

\* Исследование выполнено за счет гранта РНФ № 24-28-00518. URL: <https://rscf.ru/project/24-28-00518>.

точку на временной оси жизненного пути личности. Процессуальность означает динамичность причинно-следственных и целе-операционных отношений в развитии личности. На основании проведенного анализа ресурсного состояния сделана попытка рассмотреть особенности становления личности посредством выявления спиралевидного развития когнитивных ресурсов.

*Ключевые слова:* ресурс, предиктор, автокреационный процесс, конфликтная компетентность, событие.

Проблема ресурсов управления поведением, по мнению Л. И. Анцыферовой (Анцыферова, 2005), В. А. Бодрова (Бодров, 2006) и других ученых, недостаточно изучена в психологии, так как соответствующая система понятий и теорий развития этих ресурсов в структуре личности еще мало сформирована.

В рамках ценностно-смысловой теории Л. И. Анцыферовой основан психологический механизм осмысления и реагирования на ситуацию: человек начинает распознавать особенности ситуации, выявлять негативные и позитивные ее стороны, определять смысл и значение происходящего. От уровня развития этого механизма зависит правильный выбор стратегии совладающего поведения с трудной жизненной ситуацией (Анцыферова, 2005).

Личность рассматривается как конструктор своего жизненного пути и соавтор общественной жизни. Успешность деятельности зависит от содержательности и адекватности активно создаваемой личностью имплицитной «квазитеории» – совокупности мнений человека о себе и о значимости разных областей действительности. Действуя, общаясь, познавая, личность неизбежно попадает в область неожиданного, неопределенного, ошеломляющего. Влияние нового, непредсказуемого на нее неоднозначно. Поэтому важно разработать форму психологической поддержки личности в необычных для нее условиях, ситуациях. Сопровождение заключается в эмоциональной поддержке когнитивных процессов, направленных на познание и преобразование возникшей проблемной ситуации.

«Ситуация» должна рассматриваться как ключевое звено в технологии познания свойств фрагментов социальной действительности, в том числе – в понимании возможных траекторий их эволюции (Знаков, 2020). В рамках парадигмы «Единица анализа психического» признается безусловная необходимость приоритетного изучения не отдельных составляющих психики (памяти, мышления, эмоций и т. п.), а целостных единиц. Такими единицами являются события, ситуации (Знаков, 2016, с. 116). Автор имеет в виду ситуации, в кото-

рые субъект попадает при взаимодействии с другими людьми и которые отражаются в его внутреннем мире.

Активное отражение — это прежде всего познание, в котором ведущую роль играет мышление. Существенное влияние на познание и преобразование действительности оказывает мышление творческое. Человек реагирует не на реально происходящие события, а на свой образ данной ситуации. Опосредованное отображение событий в его сознании проявляется в репрезентации, которая, как утверждает М. А. Холодная, служит особой формой организации ментального опыта в виде индивидуального умозрения, — это то, как человек мысленно видит в данный момент времени конкретное событие (Холодная, 2022).

С точки зрения субъектной парадигмы, ресурсы могут быть определены через эффекты проявления активности субъекта в деятельности. Наиболее значимым критерием понимания ресурсов субъекта являются эффекты автокреационных процессов, обеспечивающие их регулирующие функции.

Автокреационный процесс — это когнитивный процесс познания и самообразования новых ресурсных состояний благодаря личностным и профессиональным механизмам социализации и профессионализации субъекта. Данный процесс функционирует посредством спиралевидного усиления последующего уровня ресурсности мышления когнитивными функциями предыдущего уровня. Помимо преемственности между уровнями ресурсности мышления особую роль играет их фундированность, которая означает пронизанность основной идеей всех выполняемых человеком интеллектуальных и практических действий (фундировать — аргументировать, интерпретировать, т. е. соотносить полученные результаты с их теоретическим обоснованием).

Отличие спиралевидного восходящего потока от прямого заключается в том, что его реализация позволяет одно и то же событие проанализировать с более высокого уровня когнитивного развития субъекта. Спиралевидное развитие когнитивных ресурсов характеризуется восходящими потоками, несущими востребованные новообразования, прежде всего имеющими отношение к компетенциям (характеристикам деятельности субъекта — знания, умения, навыки), которые, по сравнению с компетентностями (характеристики субъекта деятельности — качества профессионала), отличаются более оперативным формированием в процессе кристаллизации профессионального опыта.

В ходе кристаллизации опыта интегрируются когнитивные ресурсы, успешно влияющие на повышение эффективности выполняемой

деятельности. Степень востребованности определенного когнитивного ресурса определяется предиктором как прогностическим средством трансформации ситуации в позитивное, конструктивное событие. Латеральным, побочным продуктом автокреационного процесса является процесс создания самого себя, т. е. автотворение. Ресурсные предикторы автокреационных процессов являются эффективными предикторами функционального прогресса при разрешении затруднений, возникающих в выполняемой деятельности.

Автокреационные процессы как процессы самообразования новых состояний функционируют благодаря психологическим механизмам компенсации, реципрокности, конгруэнтности, взаимодополнения и семантического сцепления. Механизм компенсации выражается в замене одних невостребованных, непродуктивных ресурсных состояний другими, в проявлении которых нуждается субъект. Реципрокный механизм заключается в активизации стенических эмоций посредством нейтрализации астенических эмоций и чувств. Механизм конгруэнтности характеризуется спиралевидным дополнением одних эмоций другими. Механизм взаимодополнения проявляется в дополнительном инпуте, который в качестве высказанной мысли получает продолжение в поступках посредством эмоционального отклика, резонанса. В случае реализации данного механизма срабатывает эффект «раненого врача» — врач оказывает больше помощи тому пациенту, с которым имеет много общего. Механизм семантического сцепления означает схватывание смыслов, которые человек сообщает другому. Эти смыслы тогда принимаются, когда они являются духовно близкими для субъектов. Викентий Викентьевич Вересаев (1867—1945) любил говорить, что умный человек не тот, кто умеет логически мыслить, а тот, кто понимает чужую логику и умеет в нее войти.

В научной картине мира спиралеобразная модель развития предложена немецким философом Георгом Гегелем (1770—1831). Спираль объединяет свойства линии и круга. Влияние эмоций обуславливает проявление синергетического эффекта: возникают автокреационные процессы, т. е. «процессы самообразования новых состояний» (Серёжникова, 2013). Данные процессы функционируют посредством усиления последующего уровня когнитивными функциями предыдущего уровня.

Таким образом, можно отметить, что ресурсные предикторы автокреационных процессов конфликтной компетентности способствуют адекватному выявлению причин и движущих сил конфликтного противоборства, что позволяет спрогнозировать возможные приемы воздействия. Следует отметить, что чувство юмора как при-

ем способствует профилактике острых углов конфликтного взаимодействия (Кашапов, 2012). Ресурсность предикторов как средств прогнозирования, указывающих на возможность появления какого-либо события, заключается в осознании имеющихся ресурсов для достижения намеченной цели, а в случае их недостаточности осуществляется прогнозирование средств приобретения новых.

Поиск новых ресурсов ориентирован на нахождение прорывного, конструктивного ресурса, который обеспечивает освоение возможностей, необходимых для самоопределения и самореализации. Восприятие привычного под новым углом обеспечивает видение перспективных направлений в собственном развитии. Возникающие коммуникативные затруднения рассматриваются как трамплин для развития качеств, необходимых для преодоления этих затруднений.

Достижение гармоничных отношений между людьми, являющимися одновременно и единомышленниками, и едиnochувственниками, позволяет в определенной мере немного укоротить тернистую часть пути профессионального и личностного развития, поскольку такие люди обладают сильной и гибкой системой эмоционально-когнитивных качеств и свойств, способствующей принятию логики мысли другого человека. Это становится особенно важным в условиях неопределенности в контексте возникновения новых событий.

В состоянии творческого едиnochувствования субъекты смотрят не друг на друга, а на общую проблему, которую нужно решить. Благодаря такому чувствованию происходит разделение направленности на межличностное общение и на решение возникшей конфликтной проблемы (Кашапов и др., 2018). Имеющиеся противоречия служат источником возникновения конструктивных конфликтных ситуаций. Вспыхивающий спор между единомышленниками поддерживается, подкрепляется сильными позитивными чувствами. Происходящий эмоциональный подъем выражается в выработке, генерировании мобилизирующей энергии, в ее накоплении, аккумуляции. Триггер как спусковой крючок срабатывает тогда, когда «гиря доходит до пола». Тем самым происходит фасилитационный эффект: высвобождение в социально-приемлемой форме накопленной энергии. Запускающим механизмом служит инпут (пусковой момент), представляющий собой информационное воздействие, которое становится ориентиром и основой для дальнейшей совместной работы по решению проблемы.

Благодаря инпуту происходит переломное, знаковое событие, нарушающее реализацию жизненных замыслов человека и сопровождающееся сильными эмоциональными переживаниями. Данные со-

стояния провоцируют осознание невозможности решения возникших противоречий средствами наличного знания и опыта. Возникающая «эмоциональная встряска» приводит к изменениям в устоявшейся системе аттитудов, ценностей, мотивов. Следовательно, воздействие инпута опосредовано триггерным механизмом, запускающим ингибиторные или фасилитационные функции в деятельности субъекта.

Ресурсные предикторы автокреационных процессов являются эффективными предикторами функционального прогресса при разрешении затруднений, возникающих в выполняемой деятельности. Эффективность предиктора определяется глубиной понимания наличия собственных и привлекаемых ресурсов, а также рассмотрением собственной активности как неисчерпаемого ресурса.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Гуманистически-экзистенциальный подход к мудрости: способы постижения истинного Я и призвания человека // Психологический журнал. 2005. № 3. С. 5–14.
- Бодров В. А.* Психологический стресс: развитие и преодоление». М.: Пер Сэ, 2006.
- Знаков В. В. Л. И. Анцыферова:* понимание мудрости и мудрость постижения себя и других // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 95–116.
- Знаков В. В.* Психология возможного: Новое направление исследований понимания. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
- Кашапов М. М.* Учет в медиации специфики типов реагирования на конфликт // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 16. «Психология. Педагогика». 2012. № 3. С. 31–41.
- Кашапов М. М.* Психология конфликта // Учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2016.
- Кашапов М. М., Кашапов А. С.* Формирование профессионального творческого мышления: Учеб. пособие для вузов. М.: Юрайт, 2020.
- Кашапов М. М., Филатова Ю. С., Кашапов А. С.* Событийно-когнитивные компоненты профессионализации субъекта. Ярославль: Индиго, 2018.
- Серёжникова Р. К.* Акмесинергетическая обусловленность саморазвития субъектов образовательного процесса // Вестник Исык-Кульского университета. 2013. № 35. С. 179–185.
- Холодная М. А.* Светлые и темные стороны рефлексии и арефлексии: эффект расщепления // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 15–26. doi: 10.31857/S020595920021475-8

## Смысловые теории травмы

*О. Г. Квасова*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В работе делается попытка рассмотрения подходов и концепций, которые вводят смысловые конструкты в интерпретацию механизмов развития психической травмы и ее последствий, оставаясь при этом в когнитивной парадигме. В статье предложены альтернативные подходы к психологической травме, выходящие за пределы негативных трактовок травмы и экстремальности и демонстрирующие смысловые образования и процессы, лежащие в горизонте личности, миров существования, ценностно-смысловой сферы. В статье дается анализ некоторых аспектов смысловой модели психологической травмы (М. Ш. Магомед-Эминов), в которой травматические смысловые образования – смысловые противоречия, смысловые конфликты (L- и D-смысловых образований, связанных с трансформацией смысла личности в движении индивида через миры существования) требуют введения глубинных экзистенциальных структур в контексте онтологического рассмотрения индивидуального бытия личности.

*Ключевые слова:* смысловая модель травмы, работа личности, трансформация способа бытия, L- и D-смысловая система.

С первых дней существования человечества было известно, что травматические события приводят к различным негативным последствиям, включая дистресс, дезадаптацию, болезненные проблемы (Магомед-Эминов, 2006). Однако в последние годы возрастание социальных кризисов и катастроф привело к тому, что психическая травма оказалась в фокусе внимания психологов и стала открывать все более разнообразные свои проявления и формы. Тот факт, что воздействие экстремального события приводит к травматическому расстройству только у некоторых людей, подвергшихся травматическому воздействию, говорит о том, что, в то время как некоторые из них восприимчивы, другие каким-то образом устойчивы к воздействию травмы (Магомед-Эминов, 1998, 2006). Если негативные последствия, вызывающие дистресс, хорошо изучены, то о защитных факторах и процессах, уменьшающих или нейтрализующих воздействие экстремальности на психическую систему известно гораздо меньше. Однако в последние годы исследователи все чаще стремятся выявить условия, которые помогают людям сохранить психологическое здоровье и благополучие после перенесенных травм (Vonanno, 2021). Исход психической



травмы, как сегодня начинают понимать авторы, зависит не от силы или интенсивности травматического воздействия событий, как это было принято полагать в многочисленных исследованиях травматического стресса в 1980–1990-е годы, и не от характерологических особенностей человека, а от того, какой смысл имеют для него те или иные события («смысловая концепция психической травмы» (Магомед-Эминов, 1998)) и какую работу со своим травматическим опытом совершает человек. Пассивная и активная позиция в совладании с травматическим опытом опосредствует исход и характер ресоциализации индивида в постэкстремальной ситуации.

Научные подходы, отражающие различные теоретические позиции авторов в трактовках психической травмы, показывают значение категории «смысла» для исследований травматического стресса: фиксации на смысле, переживания бессмысленности и отсутствие смысла жизни (Parson, 1997; и др.). «Самой распространенной проблемой среди ветеранов является не какой-то ясный набор симптомов, а, скорее, чувство, что жизнь — черная дыра. Индивидуальные описания отличаются, но общее ощущение заключается в том, что жизнь не имеет надежды. Жизнь кажется бессмысленной и пустой, как минимум, твоя жизнь кажется не имеющей цели...» (Egendorf, 1985, p. 141). Также в англоязычных работах, анализирующих успешную реадaptацию, ресоциализацию ветеранов после участия в военных конфликтах, уже в 1980-е годы ряд исследователей травматического стресса, хоть и крайне редко, но указывали на роль смысла в травматическом расстройстве. К. Скалл среди основных тем у ветеранов выделял чувство вины, брошенность, покинутость, предательство, утрату, одиночество, страх смерти и потерю смысла. В более поздних работах, выполненных, например, на выборке американских ветеранов Ирака, Афганистана и других войн, показано, что смысл жизни может быть важной проблемой, опосредующей эффективную терапию ветеранов с симптомами ПТСР (Finley, 2019).

В исследованиях последствий тяжелой утраты авторы также указывают на неуниверсальный характер реакций горя: «Каждый плачет по разным причинам» (Stroebe et al., 2001). В теориях социальной поддержки проблема «смысла» утраты в этом контексте становится центральной (ibid.). Эмпирическая проверка отдельных компонентов данного понятия показала, что, например, в исследованиях привязанности реакции были проанализированы в зависимости от отношений горящего с ушедшим, а также от того, каким образом создание нарративов об умершем становится центральным смысловым процессом в переживании горя. Модель психосоциального перемещения и мо-

дель двойного пути могут быть также отнесены в своих определениях специфических психологических и социальных аспектов утраты к категориям смысла.

В распространенных концепциях совладания со стрессом обыденной жизни, а именно в когнитивных теориях, акцент делается на процессе оценивания в контексте того, как человек имеет дело со стрессорами, как справляется с ними, как приспосабливается к ним и т. д. Переходным этапом от совладания и когнитивных объяснительных моделей травмы к экзистенциальной работе смыслообразования при травме является, с нашей точки зрения, подход Р. Янофф-Бульман, которая в своей теории делает акцент на когнитивных схемах, дополняя тем самым модель М. Хоровитца, открывающую целый пласт когнитивных подходов к интерпретации психической травмы и указывающую на то, что травматические воспоминания не включены в когнитивную схему индивида и практически не подвергаются изменениям с течением времени. Модель Янофф-Бульман имеет в своем основании следующие предположения:

- 1) у переживших травматические ситуации имеется некий общий опыт;
- 2) «виктимизация» и, как следствие, травматический стресс связаны с разрушением базисных представлений человека о себе и о мире;
- 3) совладание приводит человека в соприкосновение с разрушенными представлениями и влечет к перестройке концептуальной системы для лучшего функционирования;
- 4) имеет место когнитивный процессинг и размышления в связи с тем, что человек старается пережить травму и перестроить свое мировоззрение.

В данной теории разделяются автоматические процессы и произвольные усилия по перестройке представлений о мире и о себе. В модели Янофф-Бульман показывается, что пережившие травму ориентированы на поиск смысла и на более осмысленную жизнь в целом. Однако, в этих попытках внедрить смысл в понимание механизмов ПТСР многое сводилось к нарушению представлений о мире и ценностях, т. е. к когнитивным компонентам и процессам.

Попытка соотнести травматические расстройства и смысл сделана в работах К. Парк, модель которой интегрирует идеи разных исследователей (Park et al., 2010). В итоге делается вывод, что нарушение модели ценностей ведет к дистрессу, т. е. смысловые изменения сводятся к когнитивной модели травмы в результате негативного изменения представлений о мире и ценностях. В конечном счете пред-

полагается, что люди с более сильным смыслом жизни испытывают меньший дистресс в травматической ситуации.

Смысловая концепция травмы и стресса (Магомед-Эминов, 1996, 1998) исходит из нескольких оснований:

- 1) трансформации смысла личности осуществляется в ходе движения индивида через миры существования;
- 2) превращение события, ситуации из повседневного фактора в неповседневную экстремальную ситуацию высвечивает фундаментальный феномен личностного смысла, без учета которого невозможно психологически адекватно определить феномен стресса;
- 3) для этого осуществляется переход к онтологическому рассмотрению личности и экстремальности, в котором психическая травма понимается с точки зрения трансформации способа бытия личности в мире, создающей фрагментацию бытия личности и ее темпоральности (Магомед-Эминов, 1997, 1998, 2008);
- 4) травматический опыт становится экстремальным только на основе смыслового отношения личности к нему;
- 5) смысловое отношение личности к опыту определяется соотношением смыслов жизненного мира экстремальности и жизненного мира возвращения;
- 6) смысловая трансформация возникает тогда, когда разные смысловые жизненные миры вступают в связь, что приводит к работе конструирования гетерогенной смысловой структуры;
- 7) в зависимости от горизонта смыслообразования (L–D-смыслов, ориентированных на утверждение жизни или выживание), в работе личности конструируется либо феномен страдания (расстройства), либо мужества (стойкости), либо роста (трансгрессии).

Мы, вслед за автором деятельностно-смысловой концепции травмы (Магомед-Эминов, 1996, 1997, 1998), полагаем, что, несмотря на наличие негативных чувств и переживаний (страха, боли, ненависти, обиды, депрессии, тоски) и независимо от интенсивности травматического опыта, тяжелых переживаниях горя, потери, страха, обиды, человек может справляться с ними в смысловой работе по овладению своим опытом, восстановлению утраченной связи между частями опыта, конструированию историй своей жизни, своего будущего и прошлого – в темпоральной деятельности как деятельности по конструированию временной формы, связывающей прошлое, настоящее и будущее в континуальную целостность.

## Литература

- Магомед-Эминов М. Ш.* Личность и экстремальная жизненная ситуация // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 1996. № 4. С. 26–35.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Трансформация личности. М.: Психоаналитическая ассоциация РФ, 1998.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Экстремальная психология. Т. 2: От психической травмы к психотрансформации. М.: ПАРФ, 2006.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Феномен экстремальности. М.: ПАРФ, 2008.
- Vonanno G. A.* The end of Trauma: How the new science of resilience is changing how we think about PTSD. Basic Books, 2021.
- Egendorf A.* Healing from the War: trauma and transformation after Vietnam. Boston, 1985.
- Finley E. P.* Fields of Combat: Understanding PTSD among veterans of Iraq and Afghanistan. Cornell University Press, 2019.
- Magomed-Eminov M.* Post-traumatic stress disorders as a loss of meaning of life // D. Halpern, A. Voiskunsky. States of Mind. Oxford University Press, 1997. P. 238–250.
- Park C., Mills M., Edmondson D.* PTSD as meaning violation: Testing a cognitive worldview perspective // Psychological Trauma: Theory, research, practice and policy. 2010. V. 4. P. 66–73. doi: 10.1037/a0018792
- Parson E. R.* Traumatic Stress Personality Disorder (TrSPD): Intertheoretical Therapy for the PTSD/PD Dissociogenic Organization // Journal of Contemporary Psychotherapy. 1997. V. 27. № 4. P. 323–367.
- Handbook of Bereavement Research: Consequences, coping and care / Eds M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, H. Schut. Washington, DC: American Psychological Association, 2001.

### **Совладающее поведение студентов с различными индивидуально-типологическими особенностями, проживающих в угрожающих жизни условиях**

*И. В. Киселёва*

Донецкий государственный университет, Донецк

Представлены результаты исследования особенностей копинг-стратегий и механизмов психологической защиты студентов, проживающих в зоне проведения специальной военной операции. Сделан краткий теоретический обзор проблемы пролонгированного характера психотравмирующей

ситуации. Выявлены преобладающие стили совладающего поведения, а также корреляционные связи между используемыми копинг-стратегиями, механизмами психологической защиты и индивидуально-типологическими особенностями студентов. С помощью факторного анализа получены четыре фактора, показывающие выбор совладающего поведения при разных индивидуально-типологических особенностях. Обозначены перспективы дальнейших исследований данной проблематики.

*Ключевые слова:* стратегии совладания, механизмы психологической защиты, акцентуации характера, самооценка, нейротизм, психическая травматизация.

В современных психологических исследованиях все более заметен поворот от рассмотрения кратковременного участия человека в экстремальной ситуации к исследованию пролонгированного характера психотравмирующего воздействия: последствий пандемии (Медведева и др., 2023), террористических угроз (Литвинова и др., 2021), угрожающих жизни заболеваний (Харламенкова, Никитина, 2023), боевого стресса (Delahaij, Van Dam, 2017).

Военный конфликт, затронувший новые регионы РФ, имеет большую длительность с сохранением интенсивности угрозы жизни и здоровью, что сказывается на качестве жизни и психологическом благополучии жителей. Данные события «меняют образ жизни людей, их сознание и личность» (Анцыферова, 1994, с. 11), вызывают «тяжелые психологические последствия» (Тарабрина и др., 2017, с. 42).

Но вместе с этим личность «может быть буфером перед опасными ситуациями, она снижает стрессовую валентность тягостных событий» (Анцыферова, 1994, с. 14). Такой подход опирается на понятие «функционирование» применительно к личности, подчеркивая ее собственную активность в изменении себя как субъекта. Таким образом, «функционируя, человек как личность, как субъект жизнедеятельности сохраняет целостность идентичности благодаря имеющейся у него „индивидуальной теории“ и возможности изменить ее, не изменяя себе» (Харламенкова, 2023, с. 162).

Личность располагает определенными ресурсами, снижающими негативные последствия длительного проживания в условиях угрозы жизни и психической травматизации. Среди них – стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями, личностные особенности, в том числе экстраверсия/интроверсия и другие (Тарабрина и др., 2017).

Индивидуальные ресурсы преодолевающего поведения (механизмы психологической защиты, копинг-стратегии) необходимы для безопасного функционирования личности путем снижения эмоциональ-

ного напряжения и тревожности как в момент переживания острого стресса, так и после него (там же).

Согласно изложенному выше, целью данной работы является изучение преодолевающего поведения студентов с различными индивидуально-типологическими особенностями, проживающих в угрожающих жизни условиях.

Выборку исследования составили 110 студентов высших учебных заведений в возрасте 19–23 лет различных направлений подготовки, постоянно проживающие в зоне проведения специальной военной операции (прифронтовые города и районы Донецкой Народной Республики).

Были применены следующие методики: опросник «Способы совладающего поведения» (WCQ) Р. Лазаруса; опросник «Индекс жизненного стиля» (LSI) Р. Плутчика; методика диагностики самооценки личности С. А. Будасси; тест структуры интеллекта Амтхауэра (IST); Личностный опросник ЕРІ Г. Айзенка; опросник акцентуаций характера Леонгарда–Шмишека в адаптации Ю. В. Кортневой. Для обработки результатов использовались математико-статистические методы: корреляционный анализ, факторный анализ (IBM SPSS Statistics v. 26).

Как показали результаты исследования, среди опрошенных студентов, проживающих в условиях постоянной угрозы жизни, преобладают следующие стили преодолевающего поведения: бегство-избегание (51,7% выборки), дистанцирование (43,1%), положительная переоценка (32,7%), конфронтация (31%). Высокую напряженность имеют такие механизмы психологической защиты, как компенсация (71,8%), регрессия (60,2%), замещение (46,6%) и отрицание (43,7%).

В результате корреляционного анализа по Спирмену были выявлены взаимосвязи между используемыми копинг-стратегиями, механизмами психологической защиты и индивидуально-типологическими особенностями студентов. Так, при использовании копинг-стратегии по типу конфронтации напряжены механизмы регрессии ( $r=0,46$ ;  $p\leq 0,01$ ) и замещения ( $r=0,54$ ;  $p\leq 0,01$ ), наблюдаются более низкие показатели вербального ( $r=-0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ) и пространственного интеллекта ( $r=-0,41$ ;  $p\leq 0,01$ ), более высокие показатели нейротизма ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), акцентуации характера по типу застревания ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,01$ ) и возбудимости ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,01$ ).

Преобладание копинг-стратегии дистанцирования сочетается с более низкой самооценкой ( $r=-0,41$ ;  $p\leq 0,01$ ), напряжением механизмов психологической защиты подавления ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,01$ ), регрессии ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ), проекции ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), замещения ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ), более высоким нейротизмом ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), показателя-

ми акцентуации характера по типу педантизма ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), дистимности ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), тревожности ( $r=0,40$ ;  $p\leq 0,01$ ), эмотивности ( $r=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Копинг-стратегия по типу самоконтроля связана с более высокими показателями напряженности механизмов проекции ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), интеллектуализации ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), реактивного образования ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), а также педантической акцентуации характера ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Использование копинг-стратегии по типу поиска социальной поддержки связано с напряженностью психических защит регрессии ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), с застревающей ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), возбудимой ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), тревожной ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), экзальтированной ( $r=0,40$ ;  $p\leq 0,01$ ) и эмотивной ( $r=0,46$ ;  $p\leq 0,01$ ) акцентуациями характера.

Копинг-стратегия принятия ответственности имеет прямую связь с более низкой самооценкой ( $r=-0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ), напряженностью психологических защит регрессии ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,01$ ), замещения ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), более высоким нейротизмом ( $r=0,40$ ;  $p\leq 0,01$ ), педантической ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), дистимной ( $r=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ), тревожной ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ), эмотивной ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ) акцентуациями характера. В этом смысле данная стратегия больше напоминает не зрелое, осознанное принятие ответственности, а смирение с ситуацией, принятие неизбежного.

Стратегия бегства у студентов данной выборки связана с более низкой самооценкой ( $r=-0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ), с повышением напряженности механизмов регрессии ( $r=0,60$ ;  $p\leq 0,01$ ), проекции ( $r=0,40$ ;  $p\leq 0,01$ ), замещения ( $r=0,52$ ;  $p\leq 0,01$ ), с более высоким нейротизмом ( $r=0,64$ ;  $p\leq 0,01$ ), возбудимой ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ), дистимной ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,01$ ), экзальтированной ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,01$ ), эмотивной ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), циклотимной ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ) акцентуациями характера.

При преобладании копинга планирования решения проблемы наблюдались более высокие показатели самооценки ( $r=0,40$ ;  $p\leq 0,01$ ), психологической защиты отрицания ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,01$ ), интеллектуализации ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), реактивного образования ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), а также гипертимной акцентуации характера ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ). Такие результаты можно интерпретировать в ключе конструктивности данной стратегии преодоления.

Стиль преодолевающего поведения по типу положительной переоценки связан с напряжением психологических защит интеллектуализации ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,01$ ), реактивного образования ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), повышением показателя экзальтированной акцентуации характера ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ).

По результатам исследования, экстраверсия не связана с копинг-стратегиями. Тем не менее, существует прямая связь с самооценкой ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ), демонстративной ( $r=0,45$ ;  $p\leq 0,01$ ), гипертимной ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ) акцентуациями характера, обратная связь с напряженностью психологических защит проекции ( $r=-0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), интелтуализации ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,01$ ), реактивного образования ( $r=-0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ), с дистимной акцентуацией ( $r=-0,50$ ;  $p\leq 0,01$ ). Нейротизм показал взаимосвязь с четырьмя копинг-стратегиями: конфронтацией, дистанцированием, принятием ответственности и бегством.

При низкой самооценке у студентов, проживающих в угрожающих жизни условиях, наблюдается выбор копинг-стратегий дистанцирования, бегства, принятия ответственности, при более высокой — стиля планирования решения проблем.

В результате факторного анализа методом главных компонент с Варимакс-вращением и нормализацией Кайзера среди переменных были выделены четыре основных фактора, в которых присутствуют копинг-стратегии и психологические защиты. В первом факторе высокую нагрузку имеют следующие показатели: возбудимая акцентуация (0,87), циклотимная акцентуация (0,71), замещение (0,81), нейротизм (0,62), регрессия (0,56), копинг-стратегия конфронтации (0,51), низкая самооценка (-0,37), копинг-стратегия бегства—избегания (0,35). Такие данные свидетельствуют о том, что студенты данной выборки с более высоким нейротизмом, более низкой самооценкой, возбудимой и циклотимной акцентуациями применяют психологические защиты замещения и регрессии, а также стратегии совладания — конфронтацию и бегство—избегание. Учитывая полярность особенностей преодолевающего поведения, возможно, они чередуются циклично.

Во втором факторе высокую нагрузку имеют следующие переменные: тревожная (0,77), экзальтированная (0,73), эмотивная (0,78), педантичная (0,51) акцентуации характера, копинг-стратегии принятия ответственности (0,61), поиска социальной поддержки (0,40), психологическая защита по типу регрессии (0,43), нейротизм (0,46), экстраверсия (-0,38). Следовательно, тревожные, эмоциональные студенты-интроверты с высоким нейротизмом и напряженностью регрессии выбирают стратегии принятия ответственности и поиска социальной поддержки.

Третий фактор имеет следующую структуру: копинг-стратегия планирование решения проблем (0,88), положительная переоценка (0,40), конфронтация (0,42), самооценка (0,53), гипертимная акцентуация (0,57), отсутствие напряженности проекции (-0,34) и компенсации (-0,32). Студенты с высокой самооценкой и гипертимной



акцентуацией выбирают стратегии планирования решения проблем, положительной переоценки и конфронтации.

Четвертый фактор связан с высокой нагрузкой копинг-стратегии самоконтроля (0,90), дистанцирования (0,54), бегства—избегания (0,40), психологической защиты интеллектуализации (0,36), педантической акцентуации (0,43). Испытуемые с педантической акцентуацией и высокой напряженностью интеллектуализации используют копинг-стратегии самоконтроля, дистанцирования и реже — бегства—избегания.

Итак, анализ преодолевающего поведения студентов с различными индивидуально-типологическими особенностями, проживающих в угрожающих жизни условиях, показал следующее.

В данной выборке преобладают такие стили преодолевающего поведения, как бегство, дистанцирование, положительная переоценка, конфронтация. Высокую напряженность имеют компенсация, регрессия, замещение и отрицание как механизмы психологической защиты:

Были выявлены взаимосвязи между используемыми копинг-стратегиями, механизмами психологической защиты и индивидуально-типологическими особенностями студентов. Нейротизм показал взаимосвязь с конфронтацией, дистанцированием, принятием ответственности и бегством. При низкой самооценке у студентов, проживающих в угрожающих жизни условиях, наблюдается выбор копинг-стратегий дистанцирования, бегства, принятия ответственности, при более высокой — планирования решения проблем.

Сравнивая индивидуально-типологические особенности в структуре факторов, отметим, что в первых двух присутствуют нейротизм и напряженность механизма регрессии. Это свидетельствует о важности учета темпераментальных свойств для объяснения выбора стратегии совладания и возможной эффективности механизма регрессии для преодоления трудных ситуаций, возникающих в условиях постоянной угрозы жизни.

При этом уровень самооценки также связан с выбором стратегии совладания в пользу более рациональной (планирование решения проблем), поведенческой (бегство-избегание). Акцентуации характера также присутствуют в структуре выделенных факторов и связаны с особенностями копинговых и защитных механизмов, возможно, определяя наиболее подходящие для конкретной индивидуальности стили совладания.

Перспективы дальнейших исследований видятся в изучении зависимости данных показателей от степени травматизации студентов, а также наличия тех или иных последствий проживания в условиях постоянной угрозы жизни.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Литвинова А. В., Котенева А. В., Кокурин А. В., Иванов В. С.* Проблемы психологической безопасности личности в экстремальных условиях жизнедеятельности // Современная зарубежная психология. 2021. Т. 10. № 1. С. 8–16. doi: 10.17759/jmfp.2021100101
- Медведева Т. И., Ениколопов С. Н., Бойко О. М., Воронцова О. Ю., Чудова Н. В., Рассказова Е. И.* Влияние пролонгированной стрессовой ситуации на мировоззренческие установки, особенности мышления и моральные решения // Социальная психология и общество. 2023. Т. 14. № 4. С. 178–193. doi: 10.17759/sps.2023140411
- Тарабрина Н. В., Харламенкова Н. Е., Падун М. А., Хажуев И. С., Казымова Н. Н., Быховец Ю. В., Дан М. В.* Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности / Под общ. ред. Н. Е. Харламенковой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Харламенкова Н. Е.* Психология личности: от методологии к научному факту. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. doi: 10.38098/mng\_23\_0461
- Харламенкова Н. Е., Никитина Д. А.* Травматический стресс и его специфика при угрожающем жизни заболевании // Консультативная психология и психотерапия. 2023. Т. 31. № 3 (121). С. 10–27. doi: 10.17759/cpp.2023310301
- Delahajj R., Van Dam K.* Coping with acute stress in the military: The influence of coping style, coping efficacy and appraisal emotions // Personality and Individual Differences. 2017. V. 119. P. 13–18. doi: 10.1016/j.paid.2017.06.021

## Тревожность и воспринимаемый стресс у учащихся 7–11 классов\*

*А. С. Краско, М. В. Данилова*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

В статье представлены результаты исследования влияния тревожности на различные показатели личностных и социальных характеристик восприятия стресса: жизнестойкости, социальной поддержки и др. Предпо-

---

\* Исследование выполнено при поддержке РФФ, грант № 23-28-00999.

лагалось, что тревожность выступит в качестве предиктора, снижающего жизнестойкость и стрессоустойчивость подростков, а также повысит уровень воспринимаемого стресса. Показано, что школьная и самооценочная тревожность негативно коррелируют с показателями жизнестойкости и социальной поддержки. Самооценочная тревожность взаимосвязана также с уровнем воспринимаемого стресса. Межличностная тревожность, в большей степени характерная для девушек, снижает уровень жизнестойкости. Магическая тревожность связана с показателем возраста, имеет отрицательные корреляции с уровнем социальной интеграции и в целом снижает оценку подростками социальной поддержки.

*Ключевые слова:* подростковый возраст, воспринимаемый стресс, тревожность, стрессоустойчивость, воспринимаемая социальная поддержка.

В подростковый период развития активно формируются рефлексивность, самосознание, система ценностных ориентаций, личностное самоопределение. Подростки осваивают новые социальные роли, планируют жизненные перспективы. И при этом на фоне возрастного кризиса они оказываются особо уязвимыми перед ситуациями, которые воспринимают как трудные и стрессовые. Исследователи отмечают увеличение стрессов у подростков в связи с ускорением темпа современной жизни и ее насыщенностью событиями при их высокой неопределенности (Бочавер и др., 2016).

Наряду с хорошо изученными негативными стрессами подростков, связанными с проблемами в семье и школе, конфликтами со сверстниками и т. д., появляются новые стрессы, отражающие реалии жизни и деятельности современных подростков (пандемические ограничения, включенность в цифровые технологии и сетевое общение, увеличение воздействия гаджетов, сложности с распределением времени, одиночество, военные конфликты и т. д.).

Важной характеристикой, влияющей на разные сферы жизни и деятельности в подростковом возрасте, является тревожность, которая интегрирует проявления стрессов личностного и социального характера. Высокий уровень личностной тревожности провоцирует подростка воспринимать любую трудную или неясную ситуацию как стрессовую, вызывая чувство тревоги и нервное напряжение (Маслова, Поакацкая, 2019). Выявлено, что девушки имеют более высокий уровень личностной тревожности, более уязвимы к стрессовым факторам школьной среды, но у них в большей степени, чем у юношей, сформированы самопринятие и готовность принятия других. Юноши демонстрируют более высокие показатели контроля над собственной жизнью и менее склонны воспринимать внешние угрозы своей

самооценке (Лупенко, 2019). Стоит отметить так же, что в подростковом возрасте не выявлено гендерных различий в проявлении социальной тревожности (Павлова, Холмогорова, 2014). Важным фактом, отмеченным в исследованиях, представляется тот, что гендерные различия в тревожности не связаны с возрастом: у детей и взрослых они имеют одинаковые тенденции выраженности (Айсывакова и др., 2021). При этом низкий уровень тревожности позволяет человеку быстрее и легче адаптироваться к окружающей его среде, тогда как высокий уровень тревожности вызывает дискомфорт в окружающей социальной среде. Высокая тревожность у детей и подростков может выступать предиктором снижения социальной адаптации в будущем, а также предопределять большое количество стрессовых событий во взрослой жизни и нарушение социальных взаимодействий (Essau et al., 2014).

В подростковом возрасте тревожность тесно связана с личностными и социальными характеристиками. Так, высокий уровень тревожности у подростков тесно коррелирует с низкими показателями стрессоустойчивости (Маслова, Покацкая, 2019) и жизнестойкости (Хабиев, 2020). Стоит отметить, что в качестве позитивных социальных факторов, способствующих снижению тревоги и стресса у подростков, а также сохранению физического и психического здоровья, выступает социальная поддержка (Samara et al., 2017). Среди форм такой поддержки рассматриваются следующие: эмоциональная поддержка, сфокусированная на чувствах, на доверии; инструментальная поддержка как оказание любого типа практической помощи; формальная, проявляющаяся в поддержке, не предполагающей эмоциональной включенности или практической помощи; рефлексивно-деятельная поддержка, активизирующая собственные ресурсы человека, которому она оказывается (Холмогорова и др., 2014).

Однако исследований, рассматривающих комплексно роль тревожности в восприятии жизненных ситуаций в качестве стрессовых, а также ее взаимосвязи с показателями стрессоустойчивости, жизнестойкости и воспринимаемой социальной поддержки, имеющими важное значение в оценке стрессогенности ситуации, крайне мало. Учитывая, что 60–75% современных российских подростков обладают повышенным уровнем тревожности (Козырева, 2022), становится очевидной необходимость продолжения исследований проявлений тревожности и возможностей снижения ее негативного влияния на жизнедеятельность подростков.

*Целью* нашего исследования стало комплексное изучение вклада показателей тревожности в проявление личностных и социальных характеристик в восприятии стрессов в подростковом возрасте.

Были выдвинуты следующие гипотезы: 1) все компоненты тревожности более выражены у девушек всех возрастов; 2) разные компоненты тревожности играют существенную роль в восприятии стрессов непосредственно, а также в проявлении личностных и социальных характеристик, влияющих на переживание ситуации как стрессогенной; 3) тревожность может серьезно снижать уровень жизнестойкости, стрессоустойчивости и препятствовать принятию социальной поддержки, а также повышать уровень воспринимаемого стресса, независимо от пола и возраста подростков.

Восприятие стрессовых ситуаций оценивалось с помощью «Шкалы воспринимаемого стресса» (ШВС-10) В.А. Абабкова с соавт. Для исследования личностных характеристик использованы «Шкала личностной тревожности» А. М. Прихожан, «Опросник жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Расказовой, «Опросник стрессоустойчивости» Ю. Н. Щербатых. Для изучения социальных факторов применен «Опросник воспринимаемой социальной поддержки» Г. Зоммера и Т. Фюдрика в адаптации А. Б. Холмогоровой и Г. А. Петровой.

В исследовании приняли участие 266 подростков 13–17 лет (127 юношей и 139 девушек), которые являются учащимися 7–11 классов средних школ Санкт-Петербурга, большинство подростков (70%) воспитываются в полных семьях.

Данные обработаны с помощью программы математической статистики IBM SPSS v. 23 с использованием описательных статистик, сравнительного анализа по t-критерию Стьюдента, однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA), корреляционного анализа и регрессионного анализа.

Представим основные результаты, полученные по личностным характеристикам подростков и показателям социальной поддержки. Уровень воспринимаемого стресса в выборке юношей и девушек в целом соответствует среднестатистическим значениям. Однако по результатам сравнения средних значений отдельных показателей (t-критерий Стьюдента) уровень противодействия стрессу у девушек ( $M = 10,9$ ;  $\sigma = 2,44$ ) выше, чем у юношей ( $M = 9,95$ ;  $\sigma = 3,32$ ;  $F = 4,229$ ;  $p = 0,041$ ). Кроме того, уровень противодействия стрессу отличается в зависимости от возрастной группы (например, у восьмиклассников  $M = 12,1$ ;  $p = 0,058$ ; Бонферрони = 0,042). Также различается уровень разных показателей жизнестойкости в зависимости от класса. В десятом ( $M = 84,9$ ;  $\sigma = 20,39$ ) и одиннадцатом классе ( $M = 81,7$ ;  $\sigma = 20,23$ ) показатели общей жизнестойкости выше, чем в седьмом ( $M = 65,6$ ;  $\sigma = 16,69$ ;  $F = 3,154$ ;  $p = 0,029$ ; Бонферрони = 0,058; тенд.; 0,089, тенд.).

В связи с полом респондентов показатели жизнестойкости достоверно различаются только по параметру контроля (юноши –  $M = 31,5$ ;  $\sigma = 7,8$ ; девушки –  $M = 29,4$ ;  $\sigma = 9,0$ ;  $p = 0,03$ ). Юноши демонстрируют более высокий ( $p = 0,01$ ) уровень стрессоустойчивости ( $M = 32,69$ ;  $\sigma = 5,47$ ), по сравнению с девушками ( $M = 34,4$ ;  $\sigma = 5,29$ ) (согласно методике, шкала обратная). При этом между учащимися разных классов в показателях стрессоустойчивости достоверных различий не получено. Ряд показателей социальной поддержки (эмоциональная, социальная поддержка, социальная интеграция) также различаются ( $p < 0,01$ ) в зависимости от класса: в седьмом и восьмом классах показатели в среднем ниже, чем в десятом и одиннадцатом.

Далее рассмотрим последовательно проявление каждого из представленных в исследовании параметров тревожности и их соотношения с другими параметрами исследования. Так, уровень школьной тревожности учащихся имеет тенденцию к снижению от седьмого ( $M = 15,7$ ;  $\sigma = 8,69$ ) к одиннадцатому классу ( $M = 8,7$ ;  $\sigma = 5,95$ ;  $F = 2,446$ ;  $p = 0,070$ ; Бонферрони =  $0,064$ ), что нашло подтверждение в результатах корреляционного анализа: возраст имеет отрицательные взаимосвязи с показателем школьной тревожности. Кроме того, школьная тревожность отрицательно коррелирует ( $p < 0,01$ ) с показателями жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска, общая жизнестойкость), социальной поддержки (эмоциональная, инструментальная поддержка, социальная интеграция, удовлетворенность социальной поддержкой), а также отмечены положительные корреляции со всеми параметрами воспринимаемого стресса (ШВС) (уровнем перенапряжения  $p \leq 0,01$ , противодействия стрессу  $p \leq 0,05$  и общим показателем  $p \leq 0,01$ ).

Корреляционный анализ выявил, что показатели самооценочной тревожности так же, как и школьной, положительно взаимосвязаны с оценками по ШВС ( $p < 0,01$ ), а также с уровнем стрессоустойчивости ( $p < 0,01$ ) и полом респондентов ( $p < 0,01$ ), у девушек она выше. Отрицательные взаимосвязи отмечены с показателями жизнестойкости ( $p < 0,05$ ) и социальной поддержки ( $p < 0,01$ ). По результатам регрессионного анализа, самооценочная тревожность выступила отрицательным предиктором оценки по шкале «принятие риска» ( $\beta = -0,398$ ), а также снизила «общую жизнестойкость» у подростков ( $\beta = -0,442$ ).

Проявление межличностной тревожности характерно в большей мере для девушек ( $M = 16,2$ ;  $\sigma = 8,02$ ), чем для юношей ( $M = 9,26$ ;  $\sigma = 5,45$ ;  $F = 13,467$ ;  $p < 0,001$ ). Показатели межличностной тревожности положительно коррелируют со всеми параметрами ШВС ( $p < 0,01$ ), а также с показателями стрессоустойчивости ( $p < 0,01$ ) и отрицатель-

но – с показателями жизнестойкости ( $p < 0,01$ ) и социальной поддержки ( $p < 0,01$ ). Кроме того, по результатам регрессионного анализа, при наличии межличностной тревожности снижается уровень вовлеченности ( $\beta = -0,281$ ) и контроля ( $\beta = -0,397$ ), что, в конечном счете, снижает жизнестойкость подростков. В связи с возрастом и степенью школьного обучения (классом) различий в показателях межличностной тревожности не обнаружено.

Магическая тревожность (шкала включает в себя утверждения о «потусторонних» страхах, суевериях, страхе темноты) оказалась взаимосвязана с показателями возраста ( $p < 0,01$ ), что сопоставимо с результатами сравнительного анализа по возрастным группам: уровень магической тревожности у семиклассников ( $M = 12,0$ ;  $\sigma = 7,17$ ) достоверно выше, чем у одиннадцатиклассников ( $M = 5,7$ ;  $\sigma = 6,49$ ;  $F = 2,922$ ;  $p = 0,039$ ; Бонферрони =  $0,037$ ). Получены отрицательные взаимосвязи показателей магической тревожности и общей оценки социальной поддержки ( $p < 0,01$ ), в частности – эмоциональной ( $p < 0,01$ ), инструментальной поддержки ( $p < 0,01$ ) и социальной интеграции ( $p < 0,01$ ). Выраженность магической тревожности снижает уровень социальной интеграции ( $\beta = -0,287$ ) и общий уровень воспринимаемой подростками социальной поддержки ( $\beta = -0,227$ ).

Результаты исследования в целом подтверждают выдвинутые гипотезы. Тревожность значительно влияет на восприятие подростками ситуаций в качестве стрессовых, а также на жизнестойкость и стрессоустойчивость, которые, как известно, являются характеристиками, отражающими способность личности противостоять стрессам. Разные параметры тревожности чаще имеют более высокие значения у девушек всех возрастов. Также исследование показало, что разные параметры тревожности по-разному отражаются на личностных и социальных характеристиках подростков. Так, самооценочная тревожность в значительной мере влияет на проявление личностных характеристик, межличностная тревожность – на проявление как личностных, так и социальных характеристик, а магическая тревожность в значительной мере препятствует позитивному восприятию помощи от социального окружения, как эмоциональной, так и практической. При этом в качестве позитивного результата исследования можно отметить снижение от 13 к 17 годам ряда параметров тревожности (школьной и самооценочной), а также то, что исследование не выявило заметного влияния школьной тревожности подростков на проявление их жизнестойкости, стрессоустойчивости и на восприятие социальной поддержки. Исследование также показало, что жизнестойкость более подвержена как влиянию, так и изменениям, в срав-

нении со стрессоустойчивостью, поэтому психолого-педагогические вмешательства дадут более быстрые результаты при работе над повышением жизнестойкости. Коррекционная и консультационная работа может быть более эффективной при учете разных форм социальной поддержки, внимание к которым позволит снизить тревожность в разных сферах жизни и деятельности подростков.

### Литература

- Айсывакова Т. П., Матвеева О. А., Сорокопуд Ю. В.* Особенности проявления тревожности в подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 70 (3). С. 307–310.
- Бочавер А. А., Жилинская А. В., Хломов К. Д.* Перспективы современных подростков в контексте жизненной траектории // Современная зарубежная психология. 2016. Т. 5. № 2. С. 31–38. doi: 10.17759/jmfp.2016050204
- Козырева М. А.* Подростковая тревожность: проблема и пути решения // Молодой ученый. 2022. № 33 (428). С. 117–119.
- Лупенко Н. Н.* Гендерные различия тревожности личности и социально-психологической адаптированности у подростков // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 9. С. 55–58.
- Маслова Т. М., Покацкая А. В.* Тревожность личности как фактор развития стрессоустойчивости // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 352–355.
- Павлова Т. С., Холмогорова А. Б.* Гендерные факторы социальной тревожности в подростковом возрасте // Психологическая наука и образование. 2014. Т. 6. № 1. С. 169–179. doi: 10.17759/psyedu.2014060119
- Хабиев Т. Р.* Взаимосвязь жизнестойкости и личностной тревожности у лиц подросткового возраста // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2020. № 197. С. 170–179. doi: 10.33910/1992-6464-2020-197-170-179
- Холмогорова А. Б., Московская М. С., Шерягина Е. В.* Алекситимия и способность к оказанию разных видов социальной поддержки // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т. 22. № 4. С. 115–129.
- Essau C. A., Lewinsohn P. M., Olaya B., Seeley J. R.* Anxiety disorders in adolescents and psychosocial outcomes at age 30 // Journal of Affective Disorders. 2014. V. 163. P. 125–132. doi: 10.1016/j.jad.2013.12.033
- Samara M., Bacigalupe G., Padilla P.* The role of social support in adolescents: are you helping me or stressing me out? // International Journal of Adolescence and Youth. 2017. V. 22 (2). P. 123–136. doi: 10.1080/02673843.2013.875480



## **Жизнестойкость и автономность как ресурсы совладания с одиночеством в период взрослости\***

*К. М. Крупина, И. Р. Муртазина*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Исследование направлено на изучение жизнестойкости и автономности в структуре отношения к одиночеству. Проверялась гипотеза о том, что жизнестойкость и автономность вносят неоднозначный вклад в переживание одиночества и в зависимости от возраста по-разному включаются в механизм совладания с ним. В исследовании приняли участие 143 человека в возрасте от 18 до 64 лет, разделенные на три возрастные группы: ранней, средней и поздней взрослости. Выявлены различия по таким параметрам переживания одиночества, как «дисфория одиночества» и «потребность в компании», а также по параметру социотропности «зависимость от мнения окружающих» в сторону большей выраженности в ранней взрослости. Модели пути показали сложную структуру механизмов совладания с одиночеством посредством жизнестойкости и автономности в выделенных группах. В качестве ведущих факторов выступают параметры жизнестойкости, регулируя негативное отношение к одиночеству и способствуя позитивному восприятию последнего.

*Ключевые слова:* одиночество, жизнестойкость, автономность, ресурс уединения, взрослость.

Одиночество является актуальной проблемой, связанной с различными аспектами социальных отношений и жизни общества. Переживание одиночества характерно для всех возрастных групп, а его выраженность в разные периоды жизни может различаться (Barreto et al., 2021). Результаты 12-летнего лонгитюдного исследования С. Л. Ли с соавт. свидетельствуют о связи одиночества и симптомов депрессии (Lee et al., 2021), что указывает на негативную характеристику данного феномена. В этой связи встает исследовательский вопрос, направленный на изучение методов совладания с одиночеством на разных жизненных этапах. Согласно результатам исследований, проведенных по данной проблеме, одиночество связано с широким спектром стратегий для совладания с ним, эффективность использования которых зависит от множества разнообразных факторов (Петраш и др., 2021). Мы полагаем, что действенным фактором снижения переживания одиночества может являться жизнестойкость.

---

\* Проект поддержан грантом РФФ № 23-28-00841.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений, способствующих оптимальному восприятию стрессовых ситуаций личностью (Леонтьев, Рассказова, 2006). Исследования показывают, что жизнестойкость выступает в качестве защитного фактора против симптомов депрессии и тревоги (Chuning et al., 2024). Китайские исследователи сообщают о связи низкой выраженности параметров жизнестойкости с переживанием одиночества в возрасте старше 60 лет (Ng, Lee, 2020).

Поскольку одиночество координирует с социальным взаимодействием, при совладании с ним могут иметь значение особенности функционирования в обществе. Вполне вероятно, что направленность на себя может быть связана с возможностью находить ресурс в уединении. Автономность подразумевает определенную стратегию взаимодействия с социумом, которая направлена преимущественно на независимость и самостоятельность личности (Стрижицкая и др., 2021). Автономность связывают с упорством и направленностью на себя, а также с низкой зависимостью от вознаграждения при осуществлении деятельности (Otani et al., 2011). Высокие показатели автономности в соотношении с низкими значениями социотропности предсказывают эффективное лечение депрессии (Norman et al., 2024).

Таким образом, вполне вероятно, что личность, обладающая жизнестойкими убеждениями и использующая стратегию автономности в отношениях с социумом, может быть более устойчивой к переживанию одиночества и что данные параметры могут являться ресурсами для совладания с чувством одиночества. Мы предполагаем, что жизнестойкость и автономность вносят неоднозначный вклад в переживание одиночества и по-разному включаются в механизм совладания с феноменом в зависимости от возраста.

*Цель* исследования заключается в изучении жизнестойкости и автономности в структуре отношения к одиночеству.

Выборка включала 143 респондента 18–64 лет ( $M=31,44$ ;  $SD=10,23$ ); в том числе 83,2% женщин и 16,8% мужчин; выделены три возрастные группы: 1) 18–26 лет ( $N=62$ ), 2) 27–39 лет ( $N=48$ ), 3) 40–64 лет ( $N=33$ ).

Для изучения одиночества мы использовали «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (ДОПО) (Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев) и «Шкалу социального и эмоционального одиночества для взрослых» (SELSA-S) (в адаптация О. Ю. Стрижицкой с соавт.); для анализа жизнестойкости – «Тест жизнестойкости» С. Мадди (Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова); для определения автономности – методику «Социотропность–самодостаточность» (Стрижицкая О. Ю. и др.).

Обработка данных осуществлялась с помощью программ SPSS v. 23, Excel, AMOS v. 23. Были применены следующие методы математической статистики: описательная статистика; однофакторный дисперсионный анализ ANOVA; структурное моделирование «модели пути».

В результате однофакторного дисперсионного анализа выявлены значимые различия по параметрам ДОПО «дисфория одиночества» ( $p=0,036$ ) и «потребность в компании» ( $p=0,053$ ) в сторону наибольшей выраженности в первой группе. Сравнительный анализ не выявил различий по шкале социального и эмоционального одиночества и параметрам жизнестойкости в выделенных группах. Показаны различия по параметру социотропности «зависимость от мнения окружающих» ( $p=0,003$ ): самые молодые участники нашего исследования оказались в большей степени ориентированы на мнение окружающих, в сравнении с респондентами третьей группы (поздняя зрелость).

Для определения структуры связей параметров жизнестойкости и автономности с параметрами отношения к одиночеству мы использовали структурное моделирование, в результате для каждой из трех групп построена модель пути. Модель для группы ранней зрелости ( $\chi^2=16,071$ ;  $df=19$ ;  $p=0,653$ ; CFI=1,000; GFI=0,973; RMSEA=0,000; PCLOSE=0,789) показала влияние параметра жизнестойкости «принятие риска» на «вовлеченность», которая ведет к снижению «общего переживания одиночества» и «семейное одиночество». С другой стороны, «вовлеченность» повышает «контроль», вследствие чего снижается «зависимость от общения» и повышается параметр «ресурс уединения», способствующий самодостаточности.

Модель, полученная для группы средней зрелости ( $\chi^2=11,818$ ;  $df=13$ ;  $p=0,543$ ; CFI=1,000; GFI=0,936; RMSEA=0,000; PCLOSE=0,648), также обнаружила эффект влияния «принятия риска» на «вовлеченность», которая снижает параметр «зависимость от мнения окружающих» через повышение «контроля», что закрепляет полученный механизм посредством повышения «принятия риска» и повышает «самодостаточность». С другой стороны, «вовлеченность» снижает «общее переживание одиночества». Кроме того, в данную модель включился параметр «романтическое эмоциональное одиночество», который снижает «принятие риска» и повышает «общее переживание одиночества».

Третья модель (возрастная группа 40–64 лет) ( $\chi^2=11,786$ ;  $df=13$ ;  $p=0,545$ ; CFI=1,000; GFI=0,989; RMSEA=0,000; PCLOSE=0,619) обнаружила влияние параметра «вовлеченность» на параметр «принятие риска», повышая его. В свою очередь параметр «принятие риска» приводит к снижению «одиночества в романтических отношениях»,

а также способствует повышению «радости уединения». В результате снижается «потребность в компании», через который повышается «несемейное эмоциональное одиночество». Но «принятие риска» влияет непосредственно на «несемейное эмоциональное одиночество», понижая последнее, и «вовлеченность» также понижает его («несемейное эмоциональное одиночество») через воздействие на параметр «зависимость от мнения окружающих».

Приведенные критерии полученных моделей свидетельствуют о том, что все они эмпирически подтверждаются. Таким образом, в периоды 18–26 и 27–39 лет решающую роль имеют убеждения о том, что все происходящее с человеком способствует приобретению опыта (параметр «принятие риска»): именно они повышают вовлеченность в происходящее, что снижает болезненное переживание одиночества. В период 40–64 лет «принятие риска» повышается через вовлеченность, что оказывает прямое влияние на снижение переживания одиночества и способствует его принятию.

В отношении параметров шкалы «Социотропность—самодостаточность» следует отметить, что в моделях для ранней и средней зрелости «самодостаточность» включилась в механизм как следствие в первом случае принятия одиночества и нахождения в нем ресурса, во втором — как результат высокого параметра жизнестойкости «контроль». Параметр «зависимость от мнения окружающих» проявился несколько иначе: в период средней зрелости «контроль» повышает «принятие риска» через снижение «зависимость», а в поздней зрелости «зависимость» снижается посредством параметра «вовлеченность» и таким образом снижает переживание одиночества в отношениях с друзьями.

Итак, согласно результатам исследования, при переживании одиночества на разных этапах зрелости важное значение имеет жизнестойкость, параметры которой регулируют негативное отношение к одиночеству и способствуют позитивному восприятию последнего. Параметры шкалы «Социотропность—самодостаточность» по-разному проявляются в зависимости от возрастной группы, и, если в ранней зрелости самодостаточность является следствием принятия одиночества, то в средней — повышается в результате развитой жизнестойкости, и таким образом снижается зависимость от мнения окружающих; в поздней зрелости через зависимость непосредственно снижается несемейное эмоциональное одиночество.

Полученные результаты показали сложную структуру механизмов совладания с одиночеством посредством жизнестойкости и автономности на разных этапах зрелости. Ограничения нашего ис-

следования могут быть связаны с неравным соотношением по полу и небольшой численностью респондентов внутри подвыборок. Результаты могут быть использованы при разработке программ для взрослого населения, направленных на развитие способности совладания с одиночеством.

### Литература

- Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И.* Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
- Петраш М. Д., Стрижицкая О. Ю., Муртазина И. Р., Вартамян Г. А., Шуклин А. В.* Отношение к одиночеству: поведенческие стратегии как ресурсы преодоления // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2021. Т. 11. № 4. С. 341–355. doi: 10.21638/spbu16.2021.404
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д., Муртазина И. Р., Вартамян Г. А.* Адаптация методики «Социотропность—самодостаточность» на российской выборке взрослых и пожилых людей // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 3. С. 217–233. doi: 10.17759/exppsy.2021140315
- Barreto M., Victor C., Hammond C., Eccles A., Richins M. T., Qualter P.* Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness // Personality and Individual Differences. 2021. V. 169. Art. 110066. doi: 10.1016/j.paid.2020.110066.
- Chuning A. E., Durham M. R., Killgore W. D. S., Smith R.* Psychological resilience and hardiness as protective factors in the relationship between depression/anxiety and well-being: Exploratory and confirmatory evidence // Personality and Individual Differences. 2024. V. 225. Art. 112664. doi: 10.1016/j.paid.2024.112664
- Lee S. L., Pearce E., Ajnakina O., Johnson S., Lewis G., Mann F., Pitman A., Solmi F., Sommerlad A., Steptoe A., Tymoszyk U., Lewis G.* The association between loneliness and depressive symptoms among adults aged 50 years and older: A 12-year population-based cohort study // The Lancet Psychiatry. 2021. V. 8 (1). P. 48–57. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30383-7
- Ng S. M., Lee T. M. C.* The mediating role of hardiness in the relationship between perceived loneliness and depressive symptoms among older // Aging & Mental Health. 2020. V. 24 (5). P. 805–810. doi: 10.1080/13607863.2018.1550629
- Norman U. A., Truijens F., Desmet M., Desmet M., Meganck R.* Impact of personality style changes on CBT and PDT treatment responses in major depression // Acta Psychologica. 2024. V. 246. Art. 104295. doi: 10.1016/j.actpsy.2024.104295
- Otani K., Suzuki A., Kamata M., Matsumoto Yo., Shibuya N., Sadahiro R.* Relationships of sociotropy and autonomy with dimensions of the Temperament and Character Inventory in healthy subjects // Comprehensive Psychiatry. 2011. V. 52 (5). P. 507–510. doi: 10.1016/j.comppsy.2010.10.014

## **Трудная жизненная ситуация: страх негативной оценки внешнего облика во взаимосвязи с показателями межличностной чувствительности**

*В. А. Лабунская*

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону

Проверялась гипотеза об изменчивости силы взаимосвязей между компонентами межличностной чувствительности и выраженностью страха негативной оценки внешнего облика в зависимости от сочетания их показателей. Участниками исследования стали 84 студентки в возрасте от 18 лет до 21 года. Были использованы методики «Опросник межличностной чувствительности» (Разваляева, Польская, 2021) и «Страх негативной оценки из-за внешности» (Разваляева, Польская, 2020). Участницы исследования, у которых выраженность страха негативной оценки внешнего облика, отвержения в межличностных отношениях отклоняется от средних показателей в сторону уменьшения, а зависимость от оценок окружающих, беспокойство в сфере межличностных отношений — в сторону увеличения, демонстрируют внутриличностный конфликт, актуализирующий трудные ситуации общения. Данные корреляционного анализа подтверждают выдвинутую гипотезу.

*Ключевые слова:* беспокойство в межличностных отношениях, внешний облик, межличностная чувствительность, страх отвержения, страх оценки.

В качестве центральной проблемы, объединяющей подходы к рассмотрению трудных жизненных ситуаций (Анцыферова, 1994; Харламенкова, 2014) и наиболее значимые феномены психологии внешнего облика (далее — ВО), в данной статье обсуждается страх негативной оценки, сопряженный с функциональной значимостью ВО в различных контекстах бытия человека. ВО приписывается ряд функций: укрепление самооценки, повышение аттрактивности, получение одобрения, уважения, увеличение влияния на других, выстраивание властных отношений (Социальная психология внешнего облика..., 2019). В коллективных монографиях (Психологические исследования внешности..., 2022, 2024) особое внимание уделяется изучению обеспокоенности, озабоченности, удовлетворенности ВО, самооценок ВО, меры фрустрации человека негативными оценками его ВО другими людьми (Лабунская, Сериков, Андриенко, 2019). Явления, обозначенные данными терминами, подвержены влиянию как социокультурных, так и инди-

видно-личностных факторов, к которым относится личностная установка в отношении ВО (Разваляева, Польская, 2020, с. 132).

Следуя выводам работ, включенных в статьи и монографии, можно констатировать, что восприятие и оценка ВО (в том числе негативная) являются факторами улучшения/ухудшения различных аспектов жизнедеятельности людей, их социальных, межличностных отношений. В обыденной жизни оценки другого являются значимыми, эмоционально насыщенными феноменами, регулируемыми переживаниями и взаимоотношениями людей. Учитывая эмоциональную нагруженность оценок ВО и их функциональную значимость в различных сферах взаимодействия, исследователи обращаются к изучению такого феномена, как страх негативной оценки ВО, который выступает вариантом «страха негативной оценки», лежит в основе социальной тревожности, а следовательно, способствует формированию трудных жизненных условий, особенно в тех случаях, когда наблюдается обесценивание, приводящее к его усилению (там же, с. 121).

Наряду с феноменом «страх негативной оценки ВО» в связи с проблемой условий возникновения трудных жизненных ситуаций рассматривается сложный конструкт «межличностная чувствительность», изучающийся на протяжении десятилетий в контексте межличностного общения. В работах, выполненных в процессе исследований межличностной чувствительности, зафиксировано повышение чувствительности в ответ на комментарии других людей, особенно в социальных сетях (Kim et al., 2017).

На основе анализа большого количества работ А. Ю. Разваляева и Н. А. Польская приходят к выводу, что люди, высокочувствительные к межличностным отношениям, склонны уделять пристальное внимание эмоциональным изменениям, комментариям и действиям окружающих их людей (Разваляева, Польская, 2021). В процессе адаптации разработанного ими опросника были зафиксированы значимые связи выраженности межличностной чувствительности со страхом отвержения, эмоциональной нестабильностью, одиночеством, тревогой, с повторяющимися, навязчивыми размышлениями о негативных эмоциях, событиях. В нашем исследовании было отмечено, что реакции молодых людей на негативные оценки их ВО включают демонстрацию раздражительности, обиды, стыда, смущения, неловкости, самообвинения, маскировку своего возмущения, гневливое отношение к другим, негативно оценивающим их ВО (Лабунская и др., 2019).

Исходя из вышеприведенных работ, была определена цель исследования: выявление взаимосвязей между показателями межличност-

ной чувствительности и показателями выраженности страха негативной оценки ВО.

Проверялась гипотеза о возможности изменения силы взаимосвязей между показателями межличностной чувствительности и выраженности страха негативной оценки ВО в зависимости от сочетания изучаемых показателей.

Использовались следующие методики:

1. «Опросник Межличностной чувствительности», адаптированный А. Ю. Разваляевой и Н. А. Польской (Разваляева, Польская, 2021). Данный опросник в русскоязычной версии включает три показателя: 1) зависимость от оценок окружающих, которая трактуется авторами адаптации как боязнь критики, повышенное внимание к чужому мнению, к производимому на окружающих впечатлению, как желание принятия и восхищения со стороны окружающих; 2) страх отвержения, понимаемый как проявление опасения быть непонятым, осужденным и непринятым, как убеждение в собственной антипатичности в межличностных отношениях; 3) беспокойство в межличностных отношениях, заявляемое о себе в переживании тревоги из-за любой угрозы отношениям, в боязни стать инициатором разрыва в отношениях, спровоцированного действиями или эмоциями. Опросник позволяет определить интегральный показатель межличностной чувствительности.
2. Методика «Страх негативной оценки из-за внешности» в адаптации А. Ю. Разваляевой, Н. А. Польской (Разваляева, Польская, 2020). Как подчеркивают авторы адаптации методики, она указывает на факторы межличностной уязвимости в связи с оценками ВО. Данная методика включает шесть утверждений, мера согласия с которыми на основе пятибалльной системы позволяет оценить выраженность страха негативной оценки из-за ВО — интегральный показатель и страх оценки, актуализированный в результате негативных социальных сравнений, обнаруживающих несоответствие своего ВО социально одобряемым образцам, что приводит к переживанию тревожности. В этой связи представляет интерес исследование меры согласия с каждым из шести утверждений, поскольку в них заложено сравнение в различных ситуациях: 1. Меня беспокоит, что другие люди думают о моей внешности; 2. Я переживаю, если знаю, что кто-то оценивает мой внешний вид; 3. Я беспокоюсь, что люди увидят недостатки в моей внешности; 4. Когда я знакомлюсь с новыми людьми, мне интересно, что они подумают о моей внешности; 5. Я боюсь, что другие



люди заметят мои физические недостатки; 6. Я думаю, что мнение других людей о моей внешности слишком важно для меня) (Разваляева, Польская, 2020, с. 133).

В качестве математических процедур использовали описательную статистику; корреляционный анализ.

Выборку составили 84 студентки в возрасте от 18 до 21 года.

Описательные статистики указывают, во-первых, на то, что показатели выраженности страха негативной оценки ВО и показатели межличностной чувствительности варьируют от самых низких до самых высоких, иными словами, наблюдаются индивидуальные различия. При этом, если учесть максимальный балл выраженности страха негативной оценки ВО (30 баллов) и максимальный балл общего показателя выраженности межличностной чувствительности (88 баллов), а также  $M = 16,26$ ,  $M_o = 13$ ; и  $M = 55,93$ ,  $M_o = 45$  для одного и другого показателя, то можно заключить, что выраженность страха негативной оценки ВО, межличностной чувствительности у участниц исследования находятся в диапазоне среднего и ниже среднего уровней.

Во-вторых, значения асимметрии и эксцесса не превышают единицы для всех переменных, рассматриваемых в исследовании, что характеризует распределение значений данных переменных как близких к нормальному, следовательно, показатели этих переменных можно использовать в процессе выполнения процедуры корреляционного анализа. Статистики указывают как на наличие положительной асимметрии (сдвиг распределения в сторону меньших значений, характерный для значений выраженности страха оценки ВО, отвержения в межличностных отношениях), так и отрицательной асимметрии (сдвиг распределения в сторону больших значений, характерный для значений таких переменных, как зависимость от оценок других людей, беспокойство в межличностных отношениях). Из этих данных следует, что часть девушек испытывают в большей мере, чем другие участницы исследования, зависимость от оценок других и проявляют беспокойство в межличностных отношениях, но в меньшей степени боятся негативных оценок их ВО и отвержения со стороны других людей. Учитывая данные, касающиеся распределения значений переменных, применялся корреляционный анализ Спирмена.

Результаты корреляционного анализа свидетельствуют о наличии значимых взаимосвязей между всеми показателями выраженности страха негативной оценки ВО и показателями межличностной чувствительности ( $p = 0,000$ ), за исключением такого показателя, как «Когда я знакомлюсь с новыми людьми, мне интересно, что они

подумают о моей внешности», и выраженностью страха отвержения ( $p=0,142$ ), беспокойства в межличностных отношениях ( $p=0,055$ ). Кроме этого, сила взаимосвязей между компонентами межличностной чувствительности и выраженностью страха негативной оценки ВО изменяется в зависимости от сочетания изучаемых показателей. Так, наиболее интенсивные взаимосвязи наблюдаются между такими показателями страха негативной оценки ВО, как «Я переживаю, если знаю, что кто-то оценивает мой внешний вид» ( $r=713$ ,  $p=0,000$ ), «Я думаю, что мнение других людей о моей внешности слишком важно для меня» ( $r=748$ ,  $p=0,000$ ), и выраженностью зависимости от оценок окружающих. Менее интенсивные взаимосвязи имеют показатели: «Меня беспокоит, что другие люди думают о моей внешности» ( $r=649$ ,  $p=0,000$ ), «Я беспокоюсь, что люди увидят недостатки в моей внешности» ( $r=621$ ,  $p=0,000$ ), «Я боюсь, что другие люди заметят мои физические недостатки» ( $r=634$ ,  $p=0,000$ ) с выраженностью зависимости от оценок окружающих. Как страх отвержения (от  $r=0,297$ ,  $p=0,006$  до  $r=0,396$ ,  $p=0,000$ ), так и беспокойство в межличностных отношениях (от  $r=0,260$ ,  $p=0,017$  до  $r=0,420$ ,  $p=0,000$ ) имеют еще менее интенсивные взаимосвязи с показателями страха негативной оценки ВО. В целом, взаимосвязи между общей оценкой страха негативной оценки ВО и общим показателем выраженности межличностной чувствительности ( $r=0,691$ ,  $p=0,000$ ) являются достаточно интенсивными.

Данные свидетельствуют о том, что девушки – участницы исследования – испытывают тревожность, связанную с негативными оценками ВО, зависят от оценок других, опасаются быть непринятыми, обеспокоены межличностными отношениями. В то же время переживания девушек указывают на их нормальное отношение к негативным оценкам ВО, на нормальные переживания, связанные с межличностной чувствительностью. Такая интерпретация может быть справедливой, учитывая факт постоянной представленности другому человеку, которая неизбежно сопровождается центрацией на ВО, оценочными суждениями и сравнениями. Данные когнитивно-эмоциональные феномены обуславливают переживания отвержения в общении, о чем сообщают результаты исследований, приведенные выше. Вместе с этим складывается впечатление, что часть участниц исследования, преуменьшая страх негативной оценки ВО, отвержения в межличностных отношениях, проявляя при этом зависимость от оценок окружающих, беспокойство в сфере межличностных отношений, демонстрируют не только наличие внутриличностного конфликта, но и неконструктивные способы совладания с трудными ситуациями общения.

Данные корреляционного анализа подтверждают выдвинутую гипотезу об изменчивости силы взаимосвязей между компонентами межличностной чувствительности и выраженностью страха негативной оценки ВО в зависимости от сочетания изучаемых показателей и одновременно указывают на то, что с изменением выраженности страха негативной оценки ВО изменяется выраженность межличностной чувствительности.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Лабунская В. А., Сериков Г. В., Андриенко Т. А.* Теоретические подходы и эмпирические исследования выраженности «ценности внешнего облика» и его функциональной значимости в рамках «многофакторной модели изучения отношения к внешнему облику» // Лицо человека: познание, общение, деятельность / Отв. ред. К. И. Ананьева, В. А. Барабанщиков, А. А. Демидов. М.: Когито-Центр—Моск. ин-т психоанализа. 2019. С. 13–37.
- Психологические исследования внешности и образа тела: Коллективная монография / Отв. ред. А. Г. Фаустова. Рязань: ОТСиОП, 2022.
- Психологические исследования внешности и образа тела: Коллективная монография / Отв. ред. А. Г. Фаустова; Рязань: ОТСиОП, 2024.
- Разваляева А. Ю., Польская Н. А.* Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности» // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 4. С. 118–143. doi: 10.17759/cpp.2020280407
- Разваляева А. Ю., Польская Н. А.* Психометрические свойства русскоязычной трехфакторной версии опросника межличностной чувствительности // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Т. 29. № 4. С. 73–94. doi: 10.17759/cpp.2021290405
- Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования: Коллективная монография / Отв. ред. В. А. Лабунская, Г. В. Сериков, Т. А. Шкурко. Ростов-на-Дону: Мини-Тайп, 2019.
- Харламенкова Н. Е.* Личность и преодоление трудных жизненных ситуаций // Прикладная юридическая психология. 2014. № 3. С. 10–18.
- Kim M., Im Ch., Chong S. Ch.* Selfie and self: The effect of selfies on self-esteem and social sensitivity // Personality and Individual Differences. 2017. V. 111 (1). P. 139–145. doi: 10.1016/j.paid.2017.02.004

## **Синдром дефицита внимания/гиперактивности как следствие посттравматического расстройства в раннем возрасте**

*Е. А. Лямина*

Детский центр психологической помощи, Минск, Белоруссия

В статье автор рассматривает причины формирования синдрома дефицита внимания/гиперактивности (далее – СДВГ) на фоне посттравматического расстройства, полученного в раннем детском возрасте. Актуальность исследования обусловлена повышением количества детей с подтвержденным диагнозом СДВГ и необходимостью правильного диагностирования и выбора корректирующих стратегий. В связи с недостаточной изученностью механизмов развития СДВГ данная проблема требует постоянного изучения для уточнения методов коррекции. Статья написана на основе практической работы с детьми в средних общеобразовательных школах г. Минска (1–6 классы), использовались методы наблюдения, интервью, опроса, изучения литературных источников по данной проблематике.

*Ключевые слова:* довербальный возраст, СДВГ, ПТСР, эмоциональное напряжение.

Согласно проведенным исследованиям, основную, но не единственную роль в возникновении синдрома дефицита внимания/гиперактивности (далее – СДВГ) играет наследственность. Однако к развитию синдрома может также приводить сочетание таких факторов, как повреждение головного мозга, неблагоприятная окружающая среда, неадекватный стиль воспитания (Брызгунов, Касатикова, 2002; Гасанов, Марков, 2008; Максимова, 2006). Следовательно, изменение социально-бытовых условий меняет поведение ребенка.

На сегодняшний день СДВГ диагностируется как свершившееся отклонение в развитии центральной нервной системы, однако если обратиться к причинам возникновения синдрома, то наиболее частой называют физиологическую (наследственность, повреждение головного мозга вследствие заболеваний или травм) (Захаров, 1998). В то же время такие причины возникновения СДВГ, как неблагоприятная окружающая среда, неадекватный стиль воспитания, иные внешние воздействия рассматриваются в качестве предпосылок к его возникновению только в случаях, когда такие явления, безусловно, доказаны, что затруднительно по ряду причин. К примеру, при обращении к специалистам родители ребенка называют только симптомы пси-

хических нарушений, но ни в коем случае не станут говорить о проблемах социального характера в семье как о возможных причинах возникновения таких нарушений.

Рассматривая проблему возникновения СДВГ в связи с социальными причинами, представляется необходимым учесть возможность наличия у ребенка посттравматического расстройства.

Иногда от родителей детей до трех лет можно услышать фразу: «Все равно не запомнит». Руководствуясь этим принципом, взрослые члены семьи в присутствии ребенка, а иногда и при непосредственном участии его могут решать свои моральные, социально-бытовые и другие проблемы.

По статистике у мальчиков СДВГ встречается в три раза чаще, чем у девочек (Синдром дефицита внимания..., 2024). Если рассматривать возникновение синдрома с позиции социальной обусловленности, то такое положение возникает, когда родители с рождения начинают воспитывать «мужика», которому «нельзя плакать – ты же мужик», «не жалуйся, ты же мужик», часто применяют физические наказания.

В отличие от взрослого, ребенок, не имея прошлого жизненного опыта, не в состоянии оценить степень угрозы в той или иной ситуации и воспринимает каждую пугающую ситуацию как максимально опасную. В случаях, когда подобные ситуации повторяются регулярно, вызывая непомерные психоэмоциональные нагрузки, память ребенка, будучи не в состоянии запомнить деталей, тем не менее, выделяет характерные особенности ситуации и запоминает их, превращая в триггеры, которые впоследствии будут провоцировать появление посттравматических симптомов, например, навязчивых мыслей, ощущения необъяснимого страха, психосоматических болей, постоянно повышенного уровня тревожности (Божович, 2008).

На довербальном уровне развития (до трех лет) ребенок выражает свои эмоции плачем или отклонениями в поведении в присутствии того, кто причинил ему вред. В ситуации бытового насилия в семье такая реакция воспринимается как капризы, непослушание, неподчинение и, как следствие, вызывает дополнительное наказание. Таким образом к уже имеющемуся страху добавляется страх наказания за выражение эмоций. Подобные множественные наслаения приводят к тому, что ребенок привыкает постоянно находиться в состоянии сверхбдительности (постоянно ждет «удара»). Получив психологическую травму в раннем детстве, ребенок не в состоянии описать ее и впоследствии, уже во взрослой жизни, человеку будет весьма затруднительно выявить причину негативной реакции на раздражитель (Реан, 2003).

При посттравматическом стрессовом расстройстве триггеры, закрепленные в сознании ребенка, могут поддерживать высокий уровень адреналина в организме, что делает человека напряженным, раздражительным и неспособным расслабиться или хорошо выспаться. После исчезновения стресса уровень адреналина должен прийти в норму, но в данном случае, при отсутствии понимания травмирующей ситуации и при наличии только триггеров, связанных по большей части с окружающей средой, состояние стресса становится постоянной составляющей жизнедеятельности ребенка.

Высокий уровень гормонов стресса, таких как адреналин, может помешать гиппокампу функционировать должным образом, и воспоминания о травмирующем событии не обработаются. Это может привести к тому, что человек будет воспринимать прошлые события так, как будто риск все еще присутствует, а не как то, что случилось в прошлом. А поскольку ребенок в раннем возрасте не может осознавать позиции «прошлое» и «будущее», для него стрессовая ситуация отпечатывается в памяти только как настоящее событие, которое происходит постоянно, с добавлением новых элементов, которые со временем пополняют багаж триггеров.

Постоянное состояние эмоционального напряжения приводит к нарушениям функционирования центральной нервной системы. Ребенок вынужден постоянно быть в напряжении, все внимание сосредоточить на том, чтобы не пропустить момент опасности и быть готовым к защитной реакции. Подобное поведение с взрослением закрепляется как единственно верное в сложившейся ситуации. Попадая в иную окружающую среду (игры на детской площадке, поступление в детский сад, школу), ребенок продолжает транслировать позицию защиты от нападения, что, несомненно, будет препятствовать формированию навыка межличностного общения с социумом, взаимодействия с другими людьми.

Следует заметить, что в случае наличия социальных причин возникновения синдрома с течением времени травмирующие события, как правило, не исчезают, а трансформируются в иную форму, относительно возраста ребенка. С учетом того, что ребенок уже в состоянии запомнить травмирующую ситуацию, описать ее, агрессор начинает действовать более осторожно и чаще всего физическое насилие заменяется моральным или эмоциональным (Морозова, 2011).

Дети с ПТСР избегают говорить о своих ощущениях, чтобы не думать о травмирующих событиях, полагая, что избегание помогает им справиться с ситуацией. В случае с психологической травмой, полу-

ченной в раннем детстве, человеку трудно поверить, что он способен почувствовать себя иначе.

Модель поведения, сформированная в состоянии постоянной травмирующей ситуации, является единственно верной, так как опыта поведения вне таковой либо не существует вовсе, либо человек воспринимает такую модель как нечто, что ему недоступно. В социуме ребенок наблюдает модель поведения других детей с более «счастливой» судьбой, но воспринимает это как нечто, чего он не заслуживает. В соответствии с таким мировосприятием ребенок строит свои отношения в коллективе. В такой ситуации к уже имеющимся психологическим травмам присоединяется постоянное чувство тревоги, связанное с обязательным посещением места, в котором ребенок вынужден взаимодействовать с социальным окружением, состоящим не только из сверстников, но и из посторонних людей старшего возраста, не имея навыка общения, находясь в состоянии постоянной повышенной тревожности, которое дополнительно усугубляется ответной реакцией окружающих. Как следствие, ребенок, находясь в постоянном эмоциональном напряжении независимо от того, существует ли реальная угроза, реагирует агрессией — с точки зрения окружающих, не посвященных в его проблему, совершенно необоснованной.

Необходимо учитывать, что в случае, когда ребенок не может помнить травмирующую ситуацию, триггером выступают малозначительные для посторонних явления, такие как движение в направлении ребенка, звуки, особенно неожиданные, запахи, чтение или обсуждение, напоминающее травму, прикосновение или определенные тактильные ощущения, определенное время суток, время года, детали обстановки, скрытая конфликтная ситуация, запахи или вкусовые ощущения, использование собеседником угрожающей, стыдящей, недоброжелательной или презрительной интонации, тона голоса, оборота речи или взгляда, страх ошибиться, необходимость общаться с людьми, наделенными властью, необходимость отстаивать свою позицию, обнаружение перед другими людьми своей уязвимости, ситуации общения, когда нет общих целей и ясных задач и где от индивида ожидается спонтанное поведение и выражение эмоций.

Возможной причиной признаков гиперактивности может являться ПТСР. Постоянное чувство внутреннего беспокойства заставляет ребенка ерзать на стуле, дергать ногами, размахивать руками или что-то теревить. Чувство тревоги усиливается, когда взрослые принуждают вести себя тихо и спокойно. Это вызывает обратную реакцию: на просьбу не шуметь дети отвечают бурным смехом, топаньем или вскакиванием с места. В школьном возрасте ребенок начинает

осознавать свои возможности и предпринимает робкие попытки защитить себя от возможного нападения. Любую попытку принуждения, особенно со стороны взрослых, представляющих, по мнению ребенка, большую, нежели сверстники, угрозу, ребенок воспринимает как нападение и начинает защищаться. Поскольку педагоги ожидают безоговорочного подчинения от учащегося, бурная противоположная реакция может привести их в замешательство, и ребенок, получив один раз подобную реакцию на свое поведение, будет повторять ее, как уже отработанное «оружие». Педагог, стараясь не уронить свой авторитет в глазах остальных учащихся, скорее всего не станет больше провоцировать подобную ситуацию и сократит общение с «неудобным» ребенком, что может привести к еще большему нарушению поведения.

Гиперактивность выражается в импульсивном поведении. Например, ребенок выкрикивает ответ на уроке, прежде чем учитель озвучит вопрос до конца, или вступает в драку из-за того, что не в состоянии дождаться своей очереди в игровых соревнованиях. В случае наличия ПТСР есть вероятность попытки ребенка любой ценой доказать свое превосходство, с целью подсознательного избегания ситуации наказания за несостоятельность, несоответствие ожиданиям.

Отмечается плохая память: пытаюсь заучить что-то наизусть, ребенок может повторить фразу двадцать раз и не воспроизвести ее уже через минуту. Происходит это из-за постоянной отвлекаемости: дети механически произносят заучиваемые слова. Загруженность памяти многочисленными триггерами и производными от них, а также постоянное эмоциональное напряжение приводит к нарушениям сна, усталости моральной и физической; загруженность мозга постоянным и непрерывным анализом окружающей ситуации делает невозможным сосредоточение внимания на заучивании текста, в работу включается артикуляционная память, в результате чего путем многократных повторений происходит механическое заучивание положения артикуляционного аппарата, без осознания смысла.

Из-за схожести многих симптомов и отсутствия возможности выявления достоверной информации относительно стартового механизма возникновения СДВГ, симптомы ПТСР могут быть упущены и не учитываться при составлении плана коррекции, что приведет к усугублению проблемы в связи с неизбежным увеличением уровня тревожности ребенка с момента осознания им своего статуса (больной, «проблемный») и возможного усугубления чувства вины на фоне негативных реакций со стороны родителей.

Таким образом, прежде чем приступить к составлению комплексного плана коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактив-



ности, целесообразно исключить наличие у ребенка посттравматического расстройства в раннем возрасте.

### **Литература**

- Божович Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008.
- Брызгунов И. П., Касатикова Е. В.* Непоседливый ребенок, или Все о гиперактивных детях. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002.
- Гасанов Р. Ф., Макаров И. В.* Особенности терапии синдрома нарушения внимания с гиперактивностью у детей с эпилепсией: Пособие для врачей. СПб.: НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2008.
- Захаров А. И.* Неврозы у детей и психотерапия. СПб.: Союз, 1998.
- Максимова А.* Гиперактивность и дефицит внимания у детей. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.
- Морозова Е. А.* Синдром дефицита внимания с гиперактивностью: причины и последствия // Практическая медицина. 2011. № 1. С. 125–127.
- Реан А. А.* Психология детства. СПб.: Прайм-Еврознак, 2003.
- Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей // Кардиология. Республиканский научно-практический центр. URL: <https://www.cardio.by> (дата обращения: 25.08.2024).

## **Проявления травмы войны среди различных групп населения Армении**

*С. Г. Мелик-Карамян*

Европейский университет Армении, Ереван, Армения

Начиная с 2020 г. мы проводим исследование в Республике Армении с участием жителей столицы – Еревана, а также приграничного города Капана, которые оказались невольными свидетелями, а иногда и участниками военных действий на территории Нагорного Карабаха. После военных действий 2020 г. и особенно сентября 2023 г., когда все жители Нагорного Карабаха – этнические армяне – были насильственно перемещены из своей исторической родины, среди жителей исследуемых нами городов оказались и они. Наше исследование было направлено на выявление уровня стресса, анализ наличия симптомов посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), а также возможности посттравматического роста (ПТР) после произошедших событий. Особенности психологического состояния представителей вышеперечисленных групп,

переживших военные действия с 09.2020 г. до 09.2023 г. включительно, которые мы выявили с помощью различных психологических методик, и будут представлены в данной статье.

*Ключевые слова:* стресс, посттравматический стресс, травма войны, ПТСР, посттравматический рост.

Военные действия, проходящие близко, а иногда и на территории Республики Армении с 2020 г. по 2023 г., привели нас к необходимости исследовать психологическое состояние жителей республики, подвергшихся травматическому воздействию боевых действий. В результате применения различных психологических методик нами были выявлены уровень стресса у жителей, наличие и выраженность симптомов ПТСР в исследуемых подгруппах, а также проявления ПТР. На данный момент в нашем исследовании приняли участие 154 человека, из которых 77 жителей г. Еревана (8 из них – беженцы из Арцаха) и 77 жителей г. Капана (2 из которых – беженцы). В среднем представительницы женского пола составили 73% выборки, мужского – 27%.

Уровень наличного стресса мы измеряли, используя методику стресса Р. Дейто (Аванесян и др., 2010). Данная методика базируется на теории, согласно которой уровень стресса можно измерить уравнением, показывающим разницу между различными видами давления и адаптацией. Данная методика базируется на теории, согласно которой стресс – это разница в уравнении между различными видами давления и адаптацией. Можно сказать, что стресс настолько сильно воздействует на человека, насколько сильно депривирует его от реализации жизненных потребностей, что в свою очередь может усугубляться либо облегчаться благодаря различным особенностям личности. Для измерения стресса в методике используются следующие шкалы: а) профиль индивидуальных проявлений, б) профиль индивидуальных потребностей и в) профиль индивидуальных способностей личности. Исследование отмеченных групп выявило следующую картину: как и предполагалось, уровень стресса наиболее высок у бывших жителей непризнанной Республики Арцах, для оккупации которой и на территории которой и происходили военные действия с 2020 по 2023 гг. При этом самые высокие значения регистрируются по шкалам «профиль индивидуальных потребностей» (65,9%) и «профиль индивидуальных проявлений» (64,4%), что указывает на неудовлетворенность основных потребностей представителей данной выборки, а также на проявленность различных психологических и физических проявлений состояния стресса. «Профиль индивиду-

альных способностей» по уровню формирования стресса также несколько высок у этой подгруппы, по сравнению с представителями двух других подгрупп, но в целом находится в пределах средней зоны значений (51,5%). При этом на второй строке по выраженности уровня стресса находятся жители столичного города Еревана с усредненным общим значением, равным 50,9%, что соответствует среднему уровню выраженности стресса. Из различных компонентов стресса выше по процентному соотношению в данной выборке также находятся показатели «профиля индивидуальных потребностей» (53,7%), далее следует «профиль индивидуальных проявлений» (51,7%), после которого уже – «профиль индивидуальных способностей» с показателем в 47,4%, что указывает на качества личности, немногим более облегчающие преодоление стресса, чем, например, в случае с беженцами из Арцаха. Уровень стресса в приграничном городе Капане ниже средней выраженности стресса в г. Ереване и в своем общем значении равен 49,9%. При этом регистрируются значения по «профилю индивидуальных проявлений», незначительно превышающие (51,2%) уровень стресса по «профилю индивидуальных потребностей» (51%), и по «профилю индивидуальных способностей», соответствующему профилю жителей столицы – с показателем в 47,4%.

Учитывая, что непосредственные военные действия были дальше всего от г. Еревана, но ближе к г. Капану, который находится в непосредственной близости от международной границы страны и жители которого в процессе военных действий слышали взрывы, сами находились в зоне бомбардировок и чувствовали опасность для собственной жизни, видели полеты военных самолетов, переживали изменение границ, которые начали проходить в непосредственной близости от города, часто перекрывая пути к деревням, в которые ездили жители, мы предполагаем, что данный уровень выраженности стресса может быть связан не столько с близким переживанием интенсивного травматического стресса войны, сколько с общим высоким уровнем повседневного стресса, присущим большим городам. Согласно О. В. Кружковой, стресс-факторами среды больших городов являются в том числе реальные риски и угрозы, увеличивающиеся вместе с растущим размером города, информационно-динамические нагрузки, социальный краудинг, транспортные риски, проблемы ориентации, безразличие окружающих, а также миграционные риски, усложняющие культурный контекст, и гомогенность визуальной среды, вызванная однообразием оформления внешних элементов города (Кружкова, 2014). Перечисленные факторы хронически воздействуют на жителей мегаполисов и не позволяют им восстанавливаться, так как нет воз-

возможности избежать или уменьшить воздействие подобных стрессоров, не зависящих от отдельного человека.

Кроме того, конечно, для жителей всех без исключения населенных пунктов Армении, даже если они сами не принимали участие в военных действиях, существует реальная угроза получения косвенной травматизации, так как абсолютное большинство опрашиваемых отмечали наличие членов семьи, родных, друзей или знакомых, которые принимали участие в войне и, следовательно, являлись непосредственными жертвами травматического стресса войны. Тем не менее, мы считаем, что жители городов, находящиеся дальше от государственной границы, переживали в большей степени интенсивный информационный стресс, который, учитывая распространенность и способы влияния современных средств массовой информации, а также социальных сетей, обеспечивает не меньшую, если не большую интенсивность воздействия, чем при непосредственном нахождении на территории, подверженной опасности (Тарабрина и др., 2017). В свою очередь жители городов, подвергшихся военной агрессии либо находящихся близко к зоне конфликта, испытывали стресс, связанный с войной, зная о ней и переживая ее больше на собственном опыте.

Для того, чтобы проверить наличие именно посттравматического стресса, вызванного боевыми действиями, мы применили методику PCL-5 (PTSD Checklist for DSM-5, или «Симптоматический опросник посттравматического стрессового расстройства», в соответствии с пятым изданием «Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам») в адаптации Н. В. Тарабриной с соавторами. Согласно DSM-5, основными критериями для определения наличия ПТСР являются следующие:

- критерий А – наличие в анамнезе травматической ситуации (столкновение со смертью или с угрожающей жизни ситуацией, подверженность серьезной травме);
- критерий В – наличие навязчивых симптомов в виде повторяющихся и тягостных воспоминаний, сновидений либо флешбэков, связанных с травмирующим событием;
- критерий С – постоянное избегание стимулов, ассоциирующихся с травматическим событием;
- критерий D – отрицательные изменения когнитивных процессов и настроения, связанные с имевшим место травматическим событием;
- критерий E – заметные изменения в возбуждении и реактивности, ассоциированные с травматическим событием.

Другие критерии вносят уточнения, согласно которым проявление вышеперечисленных нарушений должно продолжаться больше одного месяца, вызывать клинически значимый психологический дистресс и снижение социального и профессионального функционирования, а также негативные изменения в других важных сферах функционирования, и не быть связано с физиологическим эффектом от приема препаратов (алкоголь или наркотики), или с другими медицинскими состояниями (Молчанова, 2014).

Данные, полученные нами в исследуемых группах с применением методики PCL-5, подтвердили наивысшую выраженность проявлений посттравматического стресса в подгруппе беженцев из Арцаха, в частности, по симптомам интрузии – нежелательных и тягостных воспоминаний, снов или состояний кажущегося, но по ощущениям реального возвращения в самую травматическую ситуацию (флешбэков) – в среднем 2,0 балла (умеренная выраженность) по сравнению с 1,1 и 1,2 соответственно в группах жителей Еревана и Капана (небольшая выраженность). В то же время в группе беженцев симптомы избегания были выражены меньше всего (в среднем 1,3 балла), по сравнению с группой жителей столицы (1,8) и приграничного города (1,7). Отрицательные изменения когнитивных процессов и настроения выражены в равной степени у арцахцев и ереванцев (1,3 балла) и в несколько меньшей – у жителей города Капана (1,1 балл). Наконец, симптомы усиленного возбуждения и реактивности проявились ярче всего у жителей г. Еревана – 1,4 балла по сравнению с 1,1 в случае жителей г. Капана и 1,0 – в случае беженцев из Нагорного Карабаха. Таким образом, общая выраженность симптомов посттравматического стресса более или менее равна в исследуемых подгруппах (в среднем – 1,4 в подгруппах ереванцев и арцахцев и 1,3 – в подгруппе капанцев), но они отличаются по доминированию уровня выраженности того или иного комплекса симптомов. Это позволяет нам сделать вывод о том, что практически всё население небольшой по территории страны – Республики Армении – ощущает на себе последствия войны, являющейся одним из наиболее сильных травматических явлений, воздействующих на людей, причем не только на индивидуальном, но и на коллективном уровне. Каждая из рассматриваемых групп переживает травматические события по-своему, учитывая особенности собственной среды обитания, близость военных действий либо наличие других хронических факторов стресса.

В то же время мы согласны с тем, что любое травматическое событие не только приводит к появлению патологических симптомов и реакций со стороны когнитивно-эмоциональной и волевой сфер психики,

но может привести и к личностному росту на базе крайне отрицательных, но событий, которые создают необходимость для переосмысления окружающей человека действительности, а также его собственной роли в ней. Именно поэтому в работе с жителями Республики Армения мы применили также «Опросник посттравматического роста» (PTGI), автором которого являются Р. Тедески и Л. Калхун (Tedeschi, Calhoun, 2004). Согласно полученным нами данным, наибольший личностный рост фиксируется именно у беженцев, в среднем равняясь 2,8 баллам. При этом представители данной подгруппы в первую очередь отмечают повышение ценности жизни и изменение приоритетов (3,8 баллов из 5 возможных, что соответствует уровню больших изменений), с довольно большим отрывом далее следует фактор личностной силы (2,9 баллов) и улучшенных взаимоотношений (2,8 баллов, что близко к умеренным изменениям). Видеть новые возможности в сложившейся ситуации и переживать духовный рост представителям данной подгруппы уже сложнее (2,4 и 1,9 баллов соответственно, что соответствует малой степени изменений). По уровню ПТР далее следуют представители подгруппы жителей Капана. Распределение последовательности шкал личностного роста после травмы в данной подгруппе несколько похоже, но все же есть различия: так, на первом месте по ощущаемым изменениям опять стоит повышение ценности жизни и изменение приоритетов (но на этот раз с 3,2 баллами), далее следует фактор личностной силы (с 3 баллами), далее уже видение новых возможностей (2,5 баллов), улучшенные взаимоотношения (2,4 балла) и духовный рост (2,4 балла). Личностный рост в подгруппе жителей столицы в какой-то степени близок к профилю ПТР жителей г. Капана, но выражен в несколько меньшей степени. Так, жители Еревана практически одинаково начали ценить жизнь (3,1 балла), но несколько меньше чувствуют рост личностной силы (2,7 баллов), в некоторой степени видят новые возможности (2,5 баллов) и переживают духовный рост (2,3 балла), но чувствуют меньшее развитие близости в отношениях и социальной поддержки, чем жители двух других регионов (2,1 балл). Таким образом, мы наблюдаем наибольшую травмированность, но и наибольший посттравматический рост в подгруппе беженцев из Арцаха. В то же время, учитывая, что жители столицы Республики Армения также были достаточно травмированы, но пережили меньший ПТР, мы предполагаем, что данный фактор в свою очередь может сказаться на выраженности общего уровня стресса в этой подгруппе.

Надеемся, что продолжение исследования и дальнейший анализ результатов раскроют больше деталей и корреляций между исследуемыми феноменами.

## Литература

- Кружкова О. В.* Городской средовой стресс: восприятие реальности и гипотетическая оценка // Конфликтогенность современности: Коллективная монография / Урал. гос. пед. ун-т, Ин-т психологии / Отв. ред. Л. А. Максимова. Екатеринбург, 2014. С. 83–101.
- Молчанова Е. С.* Посттравматическое стрессовое и острое стрессовое расстройство в формате DSM–V: внесенные изменения и прежние проблемы // Медицинская психология в России. 2014. Т. 6. № 1. С. 2. doi: 10.24411/2219-8245-2014-00006
- Тарабрина Н. В., Харламенкова Н. Е., Падун М. А., Хажуев И. С., Казымова Н. Н., Быховец Ю. В., Дан М. В.* Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности / Под общ. ред. Н. Е. Харламенковой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Tedeschi R. G., Calhoun L. G.* Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence // Psychological Inquiry. 2004. V. 15 (1) P. 1–18. doi: 10.1207/s15327965pli1501\_01
- Ավանեսյան Հ. Մ., Ասրիյան Է. Վ., Գալստյան Ա. Ս. և ուրիշ.* Դեյթոյի սթրեսի թեստ. Տեղիականման ընթացակարգ / Խմբ. Ս.Վ. Հովհաննիսյան. Եր.: Հեղինակային հրատ, 2010. [Аванесян Г. М., Асриян Э. В., Галстян А. С. и др. Тест стресса Дейто. Процесс адаптации / Ред. С. В. Ованисян. Ереван: Авт. изд., 2010.]

## Личность в трудных жизненных условиях: наследие Л. И. Анцыферовой через призму современности

*А. А. Миронова*

Центр развития творчества «Созвездие», Надым

В статье рассмотрена работа Л. И. Анцыферовой «Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита» с точки зрения современного состояния психологической науки. Обозначены существенные изменения за прошедшее время в психологии совладания, которые были определены как трудности и достижения науки в продолжении предположений Л. И. Анцыферовой.

*Ключевые слова:* совладание, копинг, современность, наследие, личность.

В 1994 г. в научной литературе появилась новая работа Л. И. Анцыферовой под названием «Личность в трудных жизненных условиях:

переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита» (Анцыферова, 1994). На тот момент статья затрагивала актуальные вопросы преодоления трудностей, навеянные глобальными социально-экономическими изменениями в нашей стране. Невозможно переоценить вклад Л. И. Анцыферовой в отечественную школу психологической науки. Помимо изучения личности в различные ее возрастные периоды и мыслительной деятельности с точки зрения субъектности, Людмила Ивановна активно изучала вопрос особенностей преодоления личностью трудных жизненных ситуаций. Автор обращала внимание на недостаточную изученность проблемы совладания в русле психологии личности и общей психологии. На современном этапе развития психологической науки вопросы совладания изучаются практически во всех направлениях: от клинической психологии до возрастной, в рамках лонгитюдных и кросс-культурных исследований.

В указанной работе Анцыферова отмечает проблемные зоны при изучении совладания. Описанные автором методологические недостатки нашли свое решение спустя тридцать лет после их обозначения.

Первым обозначенным недостатком является фрагментарность подхода к изучению совладания. За прошедшее время сформировалось несколько подходов в отечественной науке, рассматривающих копинг с различных точек зрения: ситуационный, где доминирующим фактором является ситуация (Е. В. Куфтяк, Т. Л. Крюкова и пр.); диспозиционный, который ставит во главу угла свойства личности (К. А. Абульханова, Е. А. Сергиенко, Д. А. Леонтьев и др.); интегральный, где преодоление трудностей является качеством, объединяющим в себе множественные факторы (А. В. Либина, Ф. Е. Василюк и др.); клинический, где преодоление трудностей рассматривается как фактор, оказывающий непосредственное влияние на лечение болезни и его эффективность (Р. М. Грановская, И. М. Никольская, Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский и др.). Совладание вышло далеко за рамки психологии труда, где рассматривалось на момент публикации указанной работы. На современном этапе развития науки относительно совладания фокус внимания смещен с экстремальных ситуаций на повседневные, а также на способность справляться с трудностями, которые несут в себе новые условия жизнедеятельности человека, — например, существенно возросший поток информации, риски в цифровом пространстве и пр. Особое внимание уделяется исследователями субъективному восприятию стрессовой ситуации. Профессиональная сфера в изучении преодоления трудностей перестала играть доминирующую роль.



Второй недостаток – упрощенное определение трудной жизненной ситуации. В современных реалиях сложность ситуации определяется исходя из того, какая «ценность» для человека будет потеряна. Фокус исследований переориентирован от анализа преодоления объективных и сильных стрессоров к изучению саморегуляции в ситуации столкновения с субъективными трудностями, чья «событийность» есть результат чисто когнитивных оценок (Белинская, 2009). Развитие исследований совладания в этом направлении в отражает мнение Анцыферовой о личностном смысле того, что может быть утрачено в ситуации стрессового переживания.

Однако, в противовес тезисам о «личностной» теории, обозначенной в работе, в современных реалиях на первый план выходит неопределенность мира. Пандемия COVID-19, нестабильная социально-экономическая обстановка в стране и в мире существенно пошатнули «личностные концепции благополучного мира» (Анцыферова, 1994, с. 6). Актуальным направлением выступает изучение совладания в эпоху неопределенности и глобальных рисков (Белинская, 2022). Многие авторы подчеркивают, что стрессовые факторы утрачивают свою внезапность, они становятся повседневными и пролонгированными по своему действию.

В своей работе Анцыферова косвенным образом затрагивает тему проактивного совладания, упоминая «антиципирующее совладание» и «предвосхищающую печаль» (Анцыферова, 1994, с. 9). В определении «метастратегических техник» совладания как способности предвидеть и предотвращать стрессовые ситуации можно отчетливо проследить «ростки» проактивного копинга. Вторая техника, о которой пишет автор, нашла свое отражение в модели «Цели и совладания со стрессом», что позволяет ранжировать цели по их достижимости и реалистичности в критический момент. Анцыферова указывает, что «своевременность действий и поступков человека – важный компонент его мудрого отношения к жизни» (там же, с. 16).

На сегодняшний день проактивное совладание является одним из интенсивно исследуемых и спорных направлений. Преодоление трудностей, которые еще объективно не произошли, все чаще характеризует сверхадаптированных личностей, что делает вопрос весьма дискуссионным в русле психологической науки.

В анализируемой работе Анцыферова обращается к преобразующим стратегиям совладания, где описывает две техники – «идущее вниз сравнение» и «идущее вверх сравнение» (Анцыферова, 1994, с. 8). На наш взгляд, их можно рассматривать как проблемно-ориентированный копинг, носящий скорее активный характер и яв-

ляющийся достаточно эффективным при преодолении трудностей. При этом на примере, указанном в работе, явно прослеживается неоднозначность применения стратегии «поиск социальной поддержки»: при поддержке Л. Н. Толстого депрессивное состояние С. Рахманинова не уменьшалось, но при взаимодействии с доктором Н. В. Далем (даже терапевтическом) депрессивное состояние нивелировалось.

В работе Л. И. Анцыферова затрагивается и проблема личностного роста при стрессовой ситуации, указывая на принятие новой роли как ресурса для личностных изменений. Высказываемые предположения напрямую коррелируют с моделью посттравматического роста. Хочется обратить внимание на описанные в статье исследования Ф. Зимбардо. Если переложить опыт принятия на себя определенной роли в преодолении тягостных переживаний субъекта в современные условия, то возникает диссонанс: в виртуальном пространстве, принимая на себя роли «успешных» людей, человек, не имеющий такового в реальности, возвращает в себе дисфункциональные установки мышления в виде оценочной зависимости и долженствования, доминирующей сравнительной мотивации. Л. И. Анцыферова обозначает такое поведение как вариант приспособления. Однако в сегодняшних реалиях такое поведение больше способствует формированию деперсонализации, чем приспособлению.

Стратегия избегания может быть обозначена в качестве вспомогательного приема самосохранения в анализируемой работе. Там же обозначены не только негативные последствия избегания, но и позитивные возможности указанной стратегии, в частности, облегчение психологического состояния. В некотором смысле описанные примеры можно соотнести с переживаниями горя и одной из его стадий — отрицания. Различные формы разрушающего поведения (алкоголизм, наркомания и т. д.), по мнению автора, присущи личности, которая не хочет или не может использовать психологические приемы самосохранения.

Точка зрения Л. И. Анцыферовой о влиянии особенностей личности на выбор стратегии и успешности совладания нашла свое отражение в диспозиционном подходе при исследовании копинг-поведения. По описанным в работе характеристикам интерналов можно предположить, что такие люди более склонны к проактивному копингу, так как их основной чертой является восприятие мира как источника вызовов, где присутствует возможность испытать свои силы. В современном обществе деление на интерналов и экстерналов существенно утратило актуальность в связи с изменившимися условиями жизнедеятельности человека. Самоизоляция, которая была вве-

дена в качестве ограничения в период пандемии, из необходимости переросла в возможность профессиональной реализации с использованием дистанционных форм работы, когда существенное ограничение контактов положительно повлияло на самореализацию личности.

В заключение хочется отметить существенно весомый вклад Л. И. Анцыферовой в исследование совладания. Помимо разрешения ею острых в то время вопросов относительно совладания, были обозначены предпосылки новых способов преодоления трудностей. Сформировавшиеся в дальнейшем диспозиционный подход, модели копинг-поведения доказывают, насколько взгляды Людмилы Ивановны опередили свое время.

### Литература

*Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.

*Белинская Е. П.* Совладание с трудностями в эпоху неопределенности и глобальных рисков: основные исследовательские тренды // Вестник Кемеровского государственного университета. 2022. Т. 24. № 6. С. 760–771. doi: 10.21603/2078-8975-2022-24-6-760-771

*Белинская Е. П.* Совладание как социально-психологическая проблема // Психологические исследования. 2009. № 1 (3). doi: 10.54359/ps.v2i3.1001

*Журавлева Ю., Журавлев И.* Виртуальная деструкция личности // Сети 4.0. Управление сложностью. 2020. № 1. С. 80–85.

### **Совладающее поведение и личностные индикаторы психического здоровья у участников буллинга/кибербуллинга**

*Н. Ф. Михайлова, Е. А. Истомина*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Изучались долгосрочные последствия травматических переживаний буллинга на психологическое функционирование взрослых. В исследовании участвовало 1156 респондентов (293 мужчины и 838 женщин) в возрасте 17–37 лет. Буллинг оценивался с помощью «Ретроспективного опросника буллинга» (Rivers, 2001) и «Иллинойской шкалы буллинга» (Espelage, 2001), кибербуллинг – с помощью «Шкалы киберагрессии и кибервиктимизации» (Sharpa, Maghsoudi, 2017). Индикаторы психического здоровья оценивались с помощью Трисского личностного опросника – TRF (Beck-

ег, 1988), совладающее поведение – опросник «Способы совладающего поведения» (Lazarus, Folkman, 1988). Результаты исследования показали, что выбор испытуемыми копинг-стратегий и последствия для их психического здоровья зависят от опыта их участия в буллинге. «Жертвы» имели наихудшее психическое здоровье, выраженную депрессивность, зависимость, низкую самооценку. У «жертв» буллинга был востребован практически весь копинг-репертуар. «Агрессоры» отличались несформированным конструктивным копинг-поведением, склонностью к доминированию и отсутствием эмпатии.

*Ключевые слова:* буллинг, кибербуллинг, виктимизация, агрессия, копинг, психическое здоровье.

По своей тяжести травля в школе со стороны сверстников сравнима с домашним насилием (Vaillancourt, 2017). Стресс, вызванный буллингом, приравнивается к ПТСР, поскольку 30% – 40% травмированных подростков имеют симптоматику (навязчивые воспоминания, избегающее поведение), превышающую клинический порог постановки диагноза (Nielsen, 2015).

Исследования показали, что к 23 годам те, кто подвергался издевательствам в возрасте 16 лет, имеют низкий уровень самооценки и повышенный риск развития депрессии (Sourander et al., 2005). По данным С.Х. Мен с соавт., копинг является медиатором между стрессовыми переживаниями и психическим здоровьем подростков (Meng et al., 2011). Однако использование неэффективных стратегий совладания, характеризующихся избегающим, саморазрушающим или импульсивным поведением, может усугубить жизненную ситуацию и иметь более тяжелые последствия для психического здоровья «жертвы» буллинга в старшем возрасте (Compas et al., 2001).

Пережитые в юности травматические события и выработанный тип совладания в дальнейшем оказывают влияние не только на психическую адаптацию, но и детерминируют формирование определенного типа личности («жертвы» или «обидчика») и психологическое функционирование индивида в целом.

*Целью* исследования стала оценка роли совладающего поведения в формировании виктимизации, ПТСР, агрессии, а также индикаторов психического здоровья у участников буллинга/кибербуллинга.

В исследовании участвовало 1156 респондентов из России (293 мужчины и 838 женщин) в возрасте 17–37 лет. Из них тех, кто «никогда не сталкивался с буллингом в школе» (I контрольная группа), было 82 человека, «Свидетелей» (II группа) – 230 человек, «Агрессоров» или буллеров (III группа) – 176 человек, «Жертв» (IV группа) – 444 че-

ловека: тех, кто был в «двойной роли» – сначала «Жертвы», а потом сам стал «Агрессором» (V группа), – 224 человека.

Буллинг оценивался с помощью «Ретроспективного опросника буллинга» (Rivers, 2001) и «Иллинойской шкалы буллинга» (Espelage, 2001), кибербуллинг – с помощью «Шкалы киберагрессии и кибервиктимизации» (Shapka, Maghsoudi, 2017). Индикаторы психического здоровья оценивались с помощью Трирского личностного опросника – TRF (Becker, 1988), совладающее поведение – опросник «Способы совладающего поведения» (Lazarus, Folkman, 1988). Статистическая обработка данных: дисперсионный (ANOVA, Bonferroni), корреляционный и регрессионный виды анализа.

Результаты показали, что выбор стратегий совладания и последствия для психического здоровья зависели от того, в какой мере и в каком положении находились участники в ситуации буллинга/кибербуллинга.

Симптомы ПТСР были больше выражены у «Жертв», чем у остальных ( $p_{I-IV} < 0,001$ ;  $p_{II-IV} < 0,001$ ;  $p_{III-IV} < 0,001$ ;  $p_{VI-V} < 0,001$ ). Менее выраженные симптомы ПТСР были у респондентов контрольной группы ( $p_{I-II} = 0,093$ ;  $p_{I-III} = 0,001$ ;  $p_{I-V} < 0,001$ ). У «Свидетелей» чаще отмечались симптомы ПТСР, чем у «Агрессоров» ( $p = 0,001$ ) и у тех, кто был в двойной роли ( $p < 0,001$ ). «Жертвы-Агрессоры» имели более выраженные симптомы ПТСР, нежели «Агрессоры» ( $p < 0,001$ ).

«Агрессоры» чаще остальных использовали конфронтативный копинг ( $p_{I-III} = 0,001$ ;  $p_{II-III} = 0,001$ ;  $p_{III-IV} = 0,001$ ;  $p_{III-V} = 0,001$ ). Кто был в «двойной роли», в отличие от «Свидетелей», также чаще выбирали стратегии конфронтации ( $p = 0,001$ ).

«Свидетели» чаще прибегали к стратегиям дистанцирования, чем «Агрессоры» ( $p = 0,001$ ), «Жертвы» ( $p = 0,001$ ) и контрольная группа ( $p = 0,009$ ). Последние (кто не сталкивался с буллингом) реже остальных использовали стратегии дистанцирования ( $p_{I-III} = 0,052$ ;  $p_{I-IV} = 0,001$ ;  $p_{I-V} = 0,001$ ).

«Жертвы» чаще остальных ( $p_{I-IV} = 0,001$ ;  $p_{II-IV} = 0,001$ ;  $p_{III-IV} < 0,001$ ;  $p_{VI-V} = 0,001$ ) применяли стратегии самоконтроля. «Агрессоры», наоборот, меньше всех их использовали ( $p_{III-I} = 0,005$ ;  $p_{III-II} < 0,001$ ;  $p_{III-V} < 0,001$ ).

Поиск социальной поддержки чаще использовали «Жертвы» ( $p_{I-IV} = 0,001$ ;  $p_{II-IV} = 0,001$ ;  $p_{III-IV} < 0,001$ ;  $p_{VI-V} = 0,001$ ). «Агрессоры» реже остальных обращались к помощи окружающих ( $p_{III-I} = 0,005$ ;  $p_{III-II} < 0,001$ ;  $p_{III-V} < 0,001$ ). Контрольная группа также реже «Свидетелей» использовали этот копинг ( $p = 0,001$ ).

Принятие ответственности чаще использовали «Жертвы», чем контрольная группа ( $p = 0,001$ ), «Агрессоры» ( $p < 0,001$ ) и «Жерт-

вы-Агрессоры» ( $p=0,001$ ). «Свидетели» чаще «Агрессоров» ( $p<0,001$ ) и тех, кто был в «двойной роли» ( $p=0,061$ , тенд.), принимали ответственность в разрешении ситуации.

Для «Свидетелей» был характерен копинг избегания ( $pI-II=0,001$ ;  $pII-III=0,007$ ;  $pII-IV<0,001$ ;  $pII-V<0,001$ ). «Агрессоры», наоборот, реже «Жертв» ( $p<0,001$ ) и тех, кто был в «двойной роли» ( $p<0,001$ ), выбрали избегающие стратегии.

Травматический опыт подталкивал «Жертв» чаще остальных планировать решение проблемы ( $pI-IV=0,001$ ;  $pII-IV=0,001$ ;  $pIII-IV=0,087$ ;  $pIV-V=0,083$ ). Для «Агрессоров» данный вид копинг-поведения был характерен меньше всего ( $pI-III=0,013$ ;  $pIII-IV=0,087$ ;  $pIII-V<0,001$ ). «Жертвы-Агрессоры» от «Свидетелей» ( $p=0,001$ ) и контрольной группы ( $p=0,001$ ) отличались более частым использованием этого копинга.

«Жертвы» чаще других использовали копинг положительной переоценки ( $pI-IV<0,001$ ;  $pII-IV=0,001$ ;  $pIII-IV=0,047$ ;  $pVI-V=0,012$ ); «Агрессоры», наоборот, реже всех применяли его ( $pI-III<0,001$ ;  $pII-III=0,073$ , тенд.;  $pIII-V<0,001$ ). В отличие от «Свидетелей», контрольная группа его использовала чаще ( $p=0,003$ ). Таким образом, «Агрессоры» продемонстрировали несформированность конструктивного копинга (стратегий самоконтроля, планирования решения проблем, принятия ответственности, положительной переоценки), а также низкую востребованность копинг-поведения вообще, тогда как у их «Жертв» и «Свидетелей» копинг был востребован, поскольку они были травмированы и вынуждены справляться со стрессом, вызванным буллингом. Эти различия в копинг-репертуаре обусловлены разными эмоциональными переживаниями. Для одних участников опыт буллинга – серьезная психотравмирующая ситуация, а для других – наоборот, удовлетворение и повышение самооценки.

Поведенческий контроль был лучше сформирован у «Жертв», чем у всех остальных ( $pI-IV<0,001$ ;  $pII-IV=0,048$ ;  $pIII-IV=0,001$ ;  $pVI-V=0,001$ ). «Агрессоры» отличались самым худшим поведенческим контролем, в отличие от контрольной группы ( $p<0,001$ ), «Свидетелей» ( $p<0,001$ ), и тех, кто был в «двойной роли» ( $p=0,001$ ).

В отличие от остальных, «Жертвы» буллинга обладали самым худшим психическим здоровьем ( $pI-IV=0,03$ ;  $pII-IV=0,001$ ;  $pIII-IV=0,071$ ;  $pVI-V=0,001$ ). «Агрессоры», в отличие от контрольной группы ( $p<0,001$ ) и «Свидетелей» ( $p=0,006$ ), также обладали плохим психическим здоровьем.

Контрольная группа отличалась от всех участников высокой наполненностью жизни смыслом и чувствами ( $pI-II=0,021$ ;  $pI-III<$

0,001;  $p_{I-IV} < 0,001$ ;  $p_{I-V} = 0,001$ ). «Жертвы», наоборот, отличались более выраженной депрессивностью, нежели «Свидетели» ( $p = 0,032$ ), «Агрессоры» ( $p < 0,001$ ) и «Жертвы-Агрессоры» ( $p < 0,001$ ).

Эгоцентризм был больше выражен у «Агрессоров», чем у остальных ( $p_{I-III} = 0,011$ ;  $p_{II-III} = 0,005$ ;  $p_{III-V} < 0,001$ );  $p_{I-V} = 0,001$ ). Однако «Жертвы-Агрессоры» отличались меньшим эгоцентризмом, чем «Свидетели» ( $p = 0,001$ ).

Самой высокой экспансивностью или склонностью к доминированию обладали «Агрессоры» ( $p_{I-III} < 0,001$ ;  $p_{II-III} < 0,001$ ;  $p_{III-IV} < 0,001$ ;  $p_{III-V} < 0,001$ ). «Жертвы» отличались наименее выраженной экспансивностью, в отличие от респондентов контрольной группы ( $p < 0,001$ ), «Свидетелей» ( $p = 0,001$ ) и тех, кто был в двойной роли ( $p = 0,001$ ).

Наиболее выраженной автономией обладали респонденты контрольной группы, в отличие от «Агрессоров» ( $p < 0,001$ ), «Жертв» ( $p = 0,013$ ) и тех, кто был в «двойной роли» ( $p = 0,001$ ). Самыми зависимыми были «Жертвы» ( $p_{II-IV} = 0,001$ ;  $p_{III-IV} < 0,001$ ;  $p_{IV-V} = 0,001$ ).

Респонденты контрольной группы от остальных отличались самым выраженным чувством самоценности ( $p_{I-II} < 0,001$ ;  $p_{I-III} < 0,001$ ;  $p_{I-IV} < 0,001$ ;  $p_{I-V} < 0,001$ ); «Жертвы», наоборот, самым низким чувством самоценности, по сравнению с остальными ( $p_{IV-II} = 0,007$ ;  $p_{IV-III} = 0,001$ ;  $p_{IV-V} = 0,029$ ). У «Свидетелей» самооценка была выше, чем у «Агрессоров» ( $p = 0,001$ ) и тех, кто был в двойной роли ( $p = 0,001$ ).

Способность к эмпатии/любви была более выражена в контрольной группе, чем у остальных ( $p_{I-II} < 0,001$ ;  $p_{I-III} < 0,001$ ;  $p_{I-IV} < 0,001$ ;  $p_{I-V} = 0,025$ ). У «Жертв» способность к эмпатии была развита лучше, чем у «Свидетелей» ( $p = 0,008$ ), «Агрессоров» ( $p = 0,001$ ) и тех, кто был сначала «Жертвой», а потом стал «Агрессором» ( $p < 0,001$ ). У «Агрессоров» эмпатия была сформирована хуже, чем у «Жертв-Агрессоров» ( $p < 0,001$ ).

Предикторами виктимизации у участников буллинга ( $R = 0,315$ ;  $r^2 = 0,099$ ) стало использование стратегий бегства-избегания ( $\beta = 0,251$ ), самоконтроля ( $\beta = 0,157$ ), поиска социальной поддержки ( $\beta = 0,100$ ) при отсутствии стратегии положительной переоценки ( $\beta = -0,163$ ).

К вербальной агрессии были склонны лица ( $R = 0,208$ ;  $r^2 = 0,143$ ), использующие конфронтативный копинг ( $\beta = 0,332$ ), но не применяющие стратегии положительной переоценки ( $\beta = -0,166$ ) и самоконтроля ( $\beta = -0,136$ ).

Предикторами физической агрессии ( $R = 0,189$ ;  $r^2 = 0,136$ ) стал сформированный конфронтативный копинг ( $\beta = 0,195$ ), при несформированности самоконтроля ( $\beta = -0,194$ ) и поиска социальной поддержки ( $\beta = -0,089$ ).

Кибервиктимизации способствовал специфический копинг-стиль ( $R=0,201$ ;  $r^2=0,140$ ) – использование стратегий избегания ( $\beta=0,306$ ) при отсутствии положительной переоценки ( $\beta=-0,294$ ).

Склонность к киберагрессии ( $R=0,191$ ;  $r^2=0,136$ ) отмечалась у лиц со сформированными стратегиями конфронтации ( $\beta=0,227$ ) и планирования решения проблемы ( $\beta=0,164$ ) при отсутствии самоконтроля ( $\beta=-0,181$ ) и положительной переоценки ( $\beta=-0,180$ ).

Предикторами ПТСР стало ( $R=0,340$ ;  $r^2=0,216$ ) использование стратегий избегания ( $\beta=0,272$ ), принятия ответственности ( $\beta=0,139$ ), самоконтроля ( $\beta=0,127$ ) при отсутствии положительной переоценки ( $\beta=-0,178$ ) и планирования решения проблемы ( $\beta=-0,121$ ).

Предикторами поведенческого контроля ( $R=0,172$ ;  $r^2=0,129$ ) стало использование стратегий самоконтроля ( $\beta=0,218$ ) при отсутствии копинга бегства-избегания ( $\beta=-0,141$ ).

Предикторами психического здоровья ( $R=0,253$ ;  $r^2=0,164$ ) стало применение стратегий планирования решения проблем ( $\beta=0,337$ ), положительной переоценки ( $\beta=0,256$ ) и бегства-избегания ( $\beta=0,206$ ) при несформированности дистанционирования ( $\beta=-0,135$ ).

Предикторами индикатора психического здоровья как наполненность жизни смыслом и чувствами ( $R=0,308$ ;  $r^2=0,291$ ) стало использование стратегий положительной переоценки ( $\beta=0,315$ ) при отсутствии дистанционирования ( $\beta=-0,093$ ).

Формированию чувства самооценности ( $R=0,374$ ;  $r^2=0,140$ ) способствовало применение конфронтативного копинга ( $\beta=0,245$ ), стратегий планирования решения проблем ( $\beta=0,143$ ), и положительной переоценки ( $\beta=0,077$ ) при отсутствии стратегий принятия ответственности ( $\beta=-0,216$ ) и самоконтроля ( $\beta=-0,161$ ).

Предиктором автономии ( $R=0,186$ ;  $r^2=0,035$ ) стало использование стратегии «бегство-избегание» ( $\beta=0,186$ ),

К эмпатии и способности к любви были склонны лица ( $R=0,372$ ;  $r^2=0,138$ ), использующие стратегии положительной переоценки ( $\beta=0,278$ ), планирования решения проблем ( $\beta=0,158$ ), принятия ответственности ( $\beta=0,118$ ) и дистанционирования ( $\beta=0,096$ ) при несформированности стратегии избегания ( $\beta=-0,213$ ).

Буллинг и кибербуллинг – это преемственные виды насилия, представляющие единую модель насильственного поведения, реализуемую в разных условиях личностью, обладающей специфическими для нее копинг-стратегиями и особенностями. Этот специфический копинг-репертуар и личностный стиль был детерминирован в первую очередь позицией, которую участники занимали в буллинге: у жертв буллинга были в большей степени сформированы такие способы со-властвующего поведения, как бегство, поиск поддержки, принятие от-



ветственности, самоконтроль. Агрессоры отличались несформированным конструктивным копинг-поведением, выраженной склонностью к доминированию, отсутствием эмпатии и повышенным эгоцентризмом. Личностные индикаторы психического здоровья указывают на то, что «Жертвы» буллинга обладали самым худшим психическим здоровьем, более выраженной депрессивностью, зависимостью, низкой самооценкой и отсутствием у них склонности к доминированию/лидерству, а также высоким поведенческим контролем. Полученные результаты свидетельствуют о важности профилактики травли в школьной среде, поскольку она вызывает долгосрочные психологические последствия – нарушения психической адаптации и специфическую деформацию личности не только у жертв, но и у других участников (Sourander et al., 2007).

### Литература

- Compas B. E., Connor-Smith J. K., Saltzman H., Thomsen A. H., Wadsworth M. E.* Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress and potential in theory and research // *Psychological Bulletin*. 2001. V. 127 (1). P. 87–127. doi:10.1037/0033–2909.127.1.87
- Meng X. H., Tao F. B., Wan Y. H., Hu Y., Wang R. X.* Coping as a mechanism linking stressful life events and mental health problems in adolescents // *Biomedical and Environmental Sciences*. 2011. V. 24 (6). P. 649–655. doi: 10.3967/0895-3988.2011.06.009
- Nielsen M. B., Tangen T., Idsoe T., Matthiesen S. B., Magerøy N.* Post-traumatic stress disorder as a consequence of bullying at work and at school. A literature review and meta-analysis // *Aggression and Violent Behavior*. 2015. V. 21. P. 17–24. doi: 10.1016/j.avb.2015.01.001
- Sourander A., Multimäki P., Nikolakaros G. et al.* Childhood predictors of psychiatric disorders among boys: A prospective community-based follow-up study from age 8 years to early adulthood // *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2005. V. 44. P. 756–767. doi: 10.1097/01.chi.0000164878.79986.2f
- Sourander A., Jensen P., Rönning J. A., Elonheimo H., Niemelä S., Helenius H., Kumpulainen K., Piha J., Tamminen T., Moilanen I., Almqvist F.* Childhood bullies and victims and their risk of criminality in late adolescence: the Finnish From a Boy to a Man study // *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*. 2007. V. 161 (6). P. 546–52. doi: 10.1001/archpedi.161.6.546.
- Vaillancourt T., Sanderson C., Arnold P., McDougall P.* The neurobiology of peer victimization: longitudinal links to health, genetic risk, and epigenetic mechanisms // *Handbook of bullying prevention: The life course perspective* / Ed. C. P. Bradshaw. Washington, DC: National Association of Social Workers Press. 2017. P. 35–47.

## Статус в социальных сетях как совладающее поведение: к постановке проблемы

*Д. В. Погонцева*

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону

В данной работе поднимается проблема самоуничижительного юмора и самоиронии как возможного показателя совладающего поведения, вызванного страхом оценки своего внешнего облика. Приводится краткий теоретический обзор проблемы самоиронии. В работе приводится анализ 100 статусов в социальных сетях (на примере статусов, опубликованных 32 женщинами в возрасте от 22 до 64 лет в соцсетях «WhatsApp» и «В контакте»), в которых высмеивается внешний облик, как совладающее поведение. Приводится анализ 100 юмористических статусов, которые анализируются с точки зрения анонимности и персонализации, параметра внешнего облика, который высмеивается, а также способа подачи информации (текстовый, визуальный, текст-визуальный). Выявлены гендерные различия. Описаны перспективы исследования.

*Ключевые слова:* статус в социальной сети, юмор, совладающее поведение, самоирония, внешний облик.

Л. И. Анцыферова, рассматривая личность в трудных жизненных обстоятельствах, отмечала, что «новые общественно-исторические условия, крупные поворотные периоды в жизни общества порождают новые трудные ситуации и приемы совладания с ними» (Анцыферова, 1994). Интернет-взаимодействие представляет собой зеркало, по которому можно судить о динамичности различных жизненных явлений, одно из которых – кибербуллинг и его частная форма – киберлукизм, требующие от пользователей Интернета формирования приемов совладания с ними. В свою очередь, внешний облик – это тот аспект социального взаимодействия человека, который существенно влияет на все факторы его жизни, включая оценку «социального благополучия» (Лабунская, 2023). Также отмечено, что социальная фрустрированность связана с самооценками внешнего облика и с обеспокоенностью им, при этом чем выше социальная фрустрированность, тем ниже самооценка внешнего облика (Капитанова, Лабунская, 2023). Таким образом, социальные «трудные ситуации» будут порождать изменения в отношении к своему внешнему облику.

Р. Мартин выделил четыре основных стиля юмора: 1) самоподдерживающий, а также использование юмора как стратегии совладаю-

щего поведения; 2) агрессивный; 3) аффилиативный (тенденция шутить в толерантной манере); 4) самоуничижительный (Мартин, 2009). При этом аффилиативный и самоподдерживающий виды юмора он рассматривает как адаптивные, а агрессивный и самоуничижительный – как «потенциально вредные» и требующие совладания с ними. Рассматривая юмор как совладающее поведение, С. А. Хазова отмечает, что, хотя чаще юмор сопровождает несерьезные стрессовые ситуации, но и в «затяжных» проблемах, например, сложных отношениях с мужем, смене школы, разрыве отношений, чтение «иронических детективов», просмотр комедийных фильмов, придумывание «шутки по поводу» поднимают настроение, дают образец отношения к проблеме с юмором (Хазова, 2012). Одним из примеров «шутки по поводу» мы считаем использование шуток в статусе социальных сетей. Е. М. Иванова и О. В. Митина, рассматривая различные виды юмора, отмечают, что самоуничижительный стиль означает использование юмора, направленного против самого себя, с целью снискания расположения значимых других (Иванова, Митина, 2014). Авторы отмечают, что хотя лица, использующие самоуничижительный юмор, могут восприниматься как остроумные и веселые, за этим часто стоят низкая самооценка и обостренная потребность в принятии. Самоуничижительный стиль юмора положительно связывается с нейротизмом, депрессией, тревогой и отрицательно – с удовлетворенностью межличностными отношениями, качеством жизни, психологическим благополучием, самооценностью.

На этом этапе мы проанализировали статусы в социальных сетях (текст или картинка, которые выставляет человек на 24 часа, и которые могут посмотреть, в зависимости от настроек, друзья или все пользователи). Мы проанализировали 100 статусов, высмеивающих различные параметры внешнего облика, которые разместили женщины в возрасте от 22 до 64 лет (средний возраст 34 года) в приложении WhatsApp и в социальной сети «В контакте». Важно отметить, что респонденты изначально не знали об исследовании, однако если мы фиксировали появление статуса, высмеивающего внешний облик, то обращались к его автору за разрешением использовать информацию из статуса в научных целях и предлагали заполнить анонимный опросник, в котором фиксировались пол, возраст, рост, вес, ИМТ (соотношение роста и веса), а также вопрос, «насколько эта шутка „про вас“». В исследовании мы рассматривали шутки про внешний облик, которые респонденты оценили так: «Полностью соответствует моему самоощущению». Также надо отметить, что представленные 100 статусов были размещены 32 женщинами, причем некоторые выставляли

по 2–4 статуса в анализируемый период. Несмотря на то, что мужчины также выставляли подобные статусы (4 эпизода), они ответили, что данные шутки были адресованы конкретному человеку. Данную мотивацию мы рассматриваем как отдельный аспект особенностей статусов в социальных сетях, который заслуживает более подробно изучения, по сути являясь указанием респондентов на «киберлунизм» или «кибербуллинг».

В нашей работе мы рассчитывали все процентные соотношения, отталкиваясь от количества статусов, а не от количества респондентов, выставивших их. Интересно отметить, что в 78% случаев шутка представлена от первого лица и ее можно назвать «самоуничижительной», по классификации Р. Мартина, представленной выше. Соответственно, 22% шуток – безличные и скорее напоминают некий научный или философский тезис (например: «Женщина считается стройной, если ее рост хотя бы в два раза больше ширины»). Можно также отметить, что максимальная «персонализация» шутки наблюдалась у респондентки с именем Наталья, у которой дважды появлялся в статусе мем, на котором «коты будят Наташу», – таким образом достигается максимальная привязка юмористической картинка к автору. Также надо отметить, что шутки, представленные в статусах, были даны в трех формах: текстовые (только текст на однотонном фоне) – 30%; визуальные шутки составили 20% (только картинка без текстового содержания, например, раздавленные напольные весы около новогодней елки), а также тексто-визуальные (50%), в которых текст дополняет визуальное изображение (рисунок, фото, например: картинка с девочкой в балетной пачке и подпись: «Записалась в школу юных балерин, в лебединой стае есть теперь пингвин»).

С точки зрения особенностей внешнего облика, которые затрагиваются в социальных статусах, можно выделить вес (в 74 статусах), привлекательность (в целом оценка красивый/некрасивый, 19 статусов), рост (5 статусов), ухоженность (2 статуса). Далее мы попытались отследить, насколько те или иные шутки «актуальны» для их авторов. Так, было выявлено, что у женщин, разместивших статусы, высмеивающие лишний вес, только у 80% есть лишний вес (в соответствии с классификацией ИМТ по ВОЗ); шутки про рост разместили две женщины с ростом ниже 165 см (ниже среднего) и две женщины с ростом выше 182 см (выше среднего). Еще одна респондентка, выставившая шутку про рост, указала, что ее рост 175 см, однако в личном разговоре добавила, что большинство ее знакомых «чуть ниже нее», что говорит о субъективности оценки параметров своего внешнего облика. Мы не рассматривали в данном аспекте статусы, в которых есть упо-

минание «ухаживаемости» и «привлекательности», однако в дальнейшем планируем дополнить опросник, включив уточняющие вопросы относительно самооценки внешнего облика.

Как отмечают И. В. Григорьева с коллегами, использование юмора позволяет иначе истолковать социальную ситуацию, например, менее серьезно относиться к стандартам, по которым люди, по мнению субъекта, оценивают его социальную компетентность или, в нашем случае, внешний облик (Григорьева и др., 2014). Рассматривая проблему использования статусов в социальных сетях как способ взаимодействия, мы считаем, что их можно считать попыткой продемонстрировать самоиронию относительно различных особенностей внешнего облика, например, лишнего веса (реального или субъективной оценки веса как «лишнего») или роста, отличающегося от «средних параметров» (или скорее, выделяющего человека из его окружения).

Хотя статусы, высмеивающие «собственные недостатки внешнего облика» респондентов, можно оценить как самоиронию и принятие своего внешнего облика, мы вслед за Г. В. Белозеровой и И. Л. Шелеховым считаем, что самоирония, ирония и сарказм относятся скорее к отрицательным эффектам внутриличностного конфликта (Белозерова, Шелехов, 2021). В данном случае использование подобных статусов может указывать на озабоченность авторов несоответствием их тела эталонному и попытку защитить себя от возможных негативных оценок другими. Таким образом, мы видим необходимость расширить наше исследование, изучив подробно проблемы, связанные с самооценкой и самовосприятием своего внешнего облика, для того чтобы выявить, является ли подобный статус самоиронией и декларацией бодипозитивного отношения к своему внешнему облику или это способ совладающего поведения и страха негативной оценки внешнего облика другими.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Белозерова, Г. В., Шелехов И. Л.* Ирония и сарказм как личностные характеристики // Сибирская психология: между прошлым и будущим: Сб. науч. статей кафедры психологии развития личности Томского государственного педагогического университета. Томск: ТГПУ, 2021. С. 290–296.
- Григорьева И. В., Стефаненко Е. А., Иванова Е. М., Олейчик И. В., Ениколопов С. Н.* Влияние копинг-юмора на социальную тревожность при ши-

- зофрении // Национальный психологический журнал. 2014. № 2 (14). С. 80–87. doi 10.11621/nprj.2014.0210
- Иванова Е. М., Митина О. В., Стефаненко Е. А., Ениколопов С. Н., Бабина Ю. Н., Зизганова Г. А., Низовских Н. А.* Самоуничижительный юмор в России и особенности стилей юмора москвичей // СПЖ. 2014. № 51. С. 163–175.
- Капитанова Е. В., Лабунская В. А.* О взаимосвязи выраженности социальной фрустрированности и самооенок внешнего облика у молодых людей // Познание и переживание. 2023. Т. 4. № 2. С. 38–54. doi: 10.51217/cogexp\_2023\_04\_02\_03
- Лабунская В. А.* Социально-демографические факторы в структуре взаимосвязей между самооенками внешнего облика и оценками субъективного благополучия // Российский психологический журнал. 2023. Т. 20. № 3. С. 255–273. doi: 10.21702/rpj.2023.3.14
- Мартин Р.* Психология юмора. СПб.: Питер, 2009.
- Хазова С. А.* Юмор как ресурс совладающего поведения // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 3. С. 177–182.

## **Аутоагрессия: синергетическое и компенсаторное взаимодействие личности и ситуации**

*И. В. Полякова*

Смоленский государственный университет, Смоленск

Описывается значение синергетического и компенсаторного взаимодействия личности и ситуации в качестве системообразующего принципа анализа феноменологии психологии взаимоотношений. Аутоагрессия рассматривается как синергетический и компенсаторный механизм решения трудной ситуации. Представлены результаты исследования форм агрессивности и роли аутоагрессии в структуре агрессии обучающихся. Используются методики Тест агрессивности (Опросник Л. Г. Почебут) и Опросник исследования уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки (Buss–Durkey Inventory), на русском языке стандартизирован А. А. Хваном, Ю. А. Зайцевым и Ю. А. Кузнецовой. В исследовании приняли участие 382 обучающихся подросткового и юношеского возраста. Установлены психологические особенности взаимосвязи различных форм агрессивного поведения обучающихся. Выявлены ведущая роль и представленность аутоагрессии в структуре форм агрессивности независимо от гендерных и возрастных особенностей обучающихся.

*Ключевые слова:* личность, трудная жизненная ситуация, агрессивное поведение, аутоагрессия, механизм психологической защиты, компенсация, синергетическое взаимодействие.

Людмила Ивановна Анцыферова, представитель научной психологической школы С. Л. Рубинштейна, член Российской академии образования, заслуженный деятель науки РСФСР, внесла значительный вклад в отечественную науку. Творческое наследие Л. И. Анцыферовой — это образец научного, гуманного и высоконравственного отношения к человеку и его жизни. В число ее научных интересов входили разработка методологических принципов психологии, динамической теории личности, совладание человека с трудными жизненными ситуациями. Концептуальное положение о том, что предметом исследования психологов должны быть «деятельный человек и включение психики в исходную систему его связей с окружающим миром» (Харламенкова, 2014, с. 10), вводит ее в плеяду классиков отечественной психологии наряду с С. Л. Рубинштейном, Б. Г. Ананьевым, А. Н. Леонтьевым. Соотнесение научного подхода в анализе и обобщении экзистенциальных феноменов бытия и гуманистического отношения к личности составили концептуальную основу методологии построения практической персонологии (Нартова-Бочавер, 2014).

Методологический принцип интерпретации психического, сформулированный Л. И. Анцыферовой, основан на учете анализа личности и ситуации, в которой разворачивается взаимодействие. Исследование личности без учета контекста конкретной ситуации и, наоборот, ситуации без учета психологических особенностей ее восприятия индивидом не имеет смысла. Комплексный учет этих факторов открывает возможности рассматривать их в некоем целостном фрейме синергетического и компенсаторного взаимодействия личности и ситуации. Такой подход открывает возможности симультанного учета эндо- и экзогенных факторов, обуславливающих причины выбора поведенческих паттернов личности (Анцыферова, 1993). Таким образом, Л. И. Анцыферова вносит значительный вклад в разработку идей Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна и А. Н. Леонтьева, развивая тему субъективного проживания и переработки личностью экзистенциальных ситуаций, в которых она существует, в освоенные ею способы функционирования в социуме. Обобщаются не только паттерны поведения, но и их выбор. Новая ситуация, включающая в себя триггер, который, воздействуя на личность, активизирует принятие решения (выбор), становится привычной и со временем не вызывает напряжения и переживаний. Вслед за этим актуализируется пат-

терн поведения, трансформируя новую ситуацию в привычную (известную, ранее пережитую). Тиражирование этой цепочки в опыте в виде навыков и автоматизмов представляет собой в итоге сгенерированный индивидуальный способ и/или приемы развития социальных отношений, решения различных, в том числе трудных, жизненных ситуаций (Анцыферова, 2004). Согласно Анцыферовой, как мы писали выше, «центром психологического исследования должна стать не сама по себе психика, а деятельный человек и включение психики в исходную систему его связей с окружающим миром. Это... остается созвучным методологии комплексного человекознания, которая разрабатывалась одним из основателей ленинградской психологической школы Б. Г. Ананьевым, в представлениях которого именно человек является главным предметом познания» (Харламенкова, 2014, с. 10).

Принцип синергетически-компенсаторного понимания любого взаимодействия представляет собой не только концептуальный, но и практический принцип организации консультативной практики. «Во-первых, черты личности делают человека сензитивным к функционально важным сигналам, которые содержатся внутри ситуации; во-вторых, люди кодируют ситуации, исходя из своих личностных черт... в-третьих, в зависимости от собственной системы ценностей... придают разный вес свойствам ситуации. Однако не только синергетические эффекты возможны во взаимодействии личности и ситуации. Случается и компенсаторное взаимодействие, при котором человек ищет в ситуации дополнение к тому, чем он располагает, или компенсацию того, что у него в дефиците» (Нартова-Бочавер, 2014, с. 38–39).

Под синергией в психологии (в терминах Р. Бенедикт) традиционно понимается степень/уровень межличностного сотрудничества, когда общий результат превосходит вклады каждого из участников в это взаимодействие. Иными словами, результат не является аддитивной суммой усилий участников, но может значительно превышать ее. По Л. И. Анцыферовой, любое социальное взаимодействие является синергетическим (Анцыферова, 2004). По знаку результата синергетический эффект может быть положительным или отрицательным, внутренним или внешним и зависит от степени вовлеченности или дистанцирования участников в ходе взаимодействия (Финогенова, 2017). Другими словами, можно предположить, что синергетический эффект имеет когнитивный и операционно-технический планы. Когнитивный следует понимать как содержательный, а операционно-технический можно рассматривать как механизм, обеспечивающий трансформацию составляющих, некоего явления в общий целостный результат (продукт).



Компенсация представляет собой защитный механизм, суть которого, по З. Фрейду, заключается в попытке применить дополнительные усилия для того, чтобы преодолеть трудности, реальные или воображаемые недостатки, из-за которых трудная ситуация не разрешается. Компенсация – это некое квазирешение, демонстрирующее определенные позитивные качества личности вообще. Это как некий «утешительный приз», эти качества с решением ситуации связаны лишь опосредованно, т. е. усилия личности направлены не на решение сложной задачи, а на ее самореабилитацию или протекцию вследствие неуспеха. Они в сознании личности, переживающую сложную жизненную ситуацию, компенсируют ее неспособность справиться с трудностями и могут расцениваться в качестве психологической защиты, которая может реализовываться большей частью бессознательно или осознаваться частично.

Одним из приемов, имеющих синергетически-компенсаторный для обучающихся в трудных для них ситуациях учебной деятельности эффект, является аутоагрессия. Ее формы достаточно многообразны: от самоунижения до суицида (Полякова, 2017; Pasaich et al., 2014; Suyemoto, 1998). Перцептивные, эмоциональные, мнемические, волевые и иные паттерны оценки и поведения в сложной ситуации в условиях дефицита времени и ресурсов трансформируют ситуацию и обучающийся, действуя под их влиянием бессознательно, не отдает себе отчета в неверно принимаемом решении и его тиражировании (Полякова, 2018, 2019). Понятно, что воспроизведение подобных образцов поведения ведет к тиражированию неэффективных паттернов. В подростковом и юношеском возрастах это приводит к неэффективным результатам в учебной деятельности, общении и взаимоотношениях.

Целью нашего исследования было изучение роли аутоагрессии в структуре видов агрессивности обучающихся. В исследовании приняли участие 382 учащихся средних школ г. Смоленска и Смоленского государственного университета. В качестве методик были использованы Тест агрессивности (Опросник Л. Г. Почебут) и Опросник исследования уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки (Buss–Durkey Inventory), на русском языке стандартизирован А. А. Хваном, Ю. А. Зайцевым и Ю. А. Кузнецовой.

Полученные результаты исследования выявили, что аутоагрессия занимает ведущее место в структуре агрессивности учащихся подросткового и юношеского возраста, независимо от гендерных особенностей, причем результаты студентов выпускного курса университета оказались схожими с результатами подростков. Корреляционные

связи выявлялись с помощью критерия Пирсона. Установлены значимые прямые взаимосвязи между аутоагрессией и предметной, физической и эмоциональной агрессией (коэффициент корреляции равен 0,5, 0,6 и 0,7, соответственно). Иными словами, различные формы агрессивности можно рассматривать как синергетически-компенсаторный паттерн, функциональное назначение которого заключается в структурировании дефицитарного состояния обучающегося, испытывающего затруднения в «нормативном» решении задачи. Он включает различные виды агрессии, системообразующей формой которых, как это выяснилось в ходе исследования, является наиболее выраженный вид агрессии — аутоагрессия.

Поскольку любая форма агрессии свидетельствует о дефиците ресурсов решения трудной для личности (в нашем случае — учащихся) ситуации, степень ее выраженности говорит о преимущественном выборе механизмов психологической защиты. Таким образом, в ходе исследования было установлено, что аутоагрессия занимает ведущее место в парадигме видов агрессивности учащихся независимо от их возраста. В младшем подростковом и в старшем юношеском возрасте они соизмеримы (3,7 и 3,2 балла, соответственно).

### Литература

- Анциферова Л. И.* Психология повседневности; жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–16.
- Анциферова Л. И.* Человек перед лицом жизни и смерти // Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. С. 15–27.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анциферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.
- Полякова И. В.* Подготовка педагогов-психологов: проблема влияния эмоциональной оценки на точность восприятия // Психология обучения. 2018. № 4. С. 88–97.
- Полякова И. В.* Тензометрическое исследование особенностей функционирования перцептивной и эмоциональной сфер обучающегося // Известия Саратовского университета. Новая сер. «Философия. Психология. Педагогика». 2019. Т. 19. № 2. С. 188–193. doi: 10.18500/1819-7671-2019-19-2-188-193
- Полякова И. В.* Эффективность обучения: особенности взаимосвязи точности восприятия и нервно-психической устойчивости // Психология обучения. 2017. № 8. С. 32–39.

- Финогенова Е. А.* Синергетический эффект: подходы к определению и классификация // Вестник науки и образования. 2017. Т. 1. № 5 (29). С. 69–72.
- Харламенкова Н. Е.* Личность и преодоление трудных жизненных ситуаций // Прикладная юридическая психология. 2014. № 3. С. 10–18.
- Pasalich D. S., Dadds M. R., Hawes D. J.* Cognitive and affective empathy in children with conduct problems: Additive and interactive effects of callous-unemotional traits and autism spectrum disorders symptoms // Psychiatry Research. 2014. V. 219 (3). P. 625–630.
- Suyemoto K. L.* The functions of self-mutilation // Clinical Psychology Review. 1998. V. 18. P. 531–554.

## **Типология ненормативного психологического кризиса у женщин, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, и способы его преодоления**

*О. Б. Полякова*

Национальный исследовательский университет  
«Высшая школа экономики», Москва

В статье приведены особенности социальной ситуации помощи женщинам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Представлен анализ психологического состояния женщин, обратившихся в АНО «Центр помощи беременным женщинам и матерям с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации, „Дом для мамы“». Выделены основные проблемы женщин, обратившихся в кризисный центр. Приведен краткий анализ исследования их эмоционального состояния на этапе обращения в центр и в ходе психологической работы с ними. Выявлены типология психологических состояний ненормативного кризиса и способы его преодоления, а также особенности обращаемости женщин за психологической помощью. Исследование проводилось с помощью методики стандартизированного метода исследования личности «Миннесотский многоаспектный личностный опросник».

*Ключевые слова:* ненормативный психологический кризис, женщины в трудной жизненной ситуации, типология психологического кризиса, кризисный центр.

В последние годы в России существенно возросло число женщин, подвергшихся домашнему насилию. Число женщин, обращающихся

за помощью в кризисные центры, ежегодно составляет до 50 тысяч человек. Социальный портрет женщины, лишившейся жилья и оставшейся без средств к существованию, обрисовать просто: обычно она приезжая из региона, не имеющая в столице родственников, ей нередко некуда пойти по причине отсутствия денег, а порой и документов. В официальных московских центрах в помощи таким женщинам отказывают по причине отсутствия столичной прописки, так что без помощи пострадавшая оказывается на улице, причем зачастую с малолетним ребенком. Исследование проблемы типологии ненормативного кризиса проводилось в одном из основных центров помощи женщинам в трудной жизненной ситуации АНО «Центр помощи беременным женщинам и матерям с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации, „Дом для мамы“».

Целевой аудиторией кризисного центра являются беременные женщины и женщины с детьми, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, но не имеющие цели отказаться от ребенка. Психологическая кризисная ситуация таких женщин заключается в попытке анализа ситуации («Почему я оказалась в конфликтной ситуации, не справилась самостоятельно?») и в стремлении найти выход, построить план на будущее («Чем хотела бы заниматься?»).

Под ненормативной кризисной ситуацией понимается кризисная ситуация, которая может возникать на любом этапе жизненного цикла семьи и оказывается связанной с переживанием негативных жизненных событий, определяемых как кризисные (Олифинович и др., 2008).

Женщины в кризисе выражают эмоциональное отношение к происходящему («Всё идет не так»), конкретных планов на будущее у них нет, но есть стремление обрести счастье и стремление изменить сложившуюся кризисную ситуацию.

Антикризисное консультирование, как отмечают авторы (Баранова, 2012), помогает разобраться в причинах произошедшего путем переосмысления и применения метода событийного механизма («Чего не хватало в жизни? Что необходимо исправить? Почему в жизни чего-то не хватало?»).

В общем виде проблему кризисной ситуации женщин в приюте можно охарактеризовать как проблему формирования неверных алгоритмов поведения, установок и стереотипов, использование неверных моделей поведения.

Некоторые частные причины обращения наших подопечных:

- проблемы в отношениях с супругом/партнером/родственниками;
- болезни детей/родителей, в связи с этим материальные трудности;

- один или оба родителя инвалиды;
- психологическое, а в некоторых случаях и физическое насилие со стороны своего супруга/партнера;
- непредвиденные обстоятельства, в связи с которыми они оказались лишены жилья и средств к существованию (раздел имущества с родственниками, судебные споры и пр.).

В исследовании психологических типологий женщин в кризисной ситуации использовалась клиническая методика «Стандартизированный метод исследования личности», адаптированный к отечественным условиям опросник ММПИ (*англ.* Minnesota Multiphasic Personality Inventory – «Миннесотский многоаспектный личностный опросник»). Целью использования опросника было получение более точного представления о кризисной ситуации женщин. Нами были выявлены общие тенденции, а именно превышение показателей по шкалам «Ригидность аффекта», «Реализация эмоциональной напряженности в непосредственном поведении» и «Аутичность/аутизация», что показало нам трудности во взаимодействии женщин с окружающими и сложной социальной адаптации (Борытко, 2008).

На практике трудности женщин, связанные с социальной адаптацией, проявлялись в склонности к подозрительности, акцентуации на переживаниях, враждебности к окружению, что было обусловлено как способами преодоления кризиса, так и особенностями семейной ситуации.

В повседневной жизни сложности в преодолении кризисной ситуации женщинами были связаны со следующими особенностями:

- недостаточно адаптивными и эффективными способами реагирования на стрессовые ситуации, сформированными на протяжении жизни;
- особенностями взаимоотношения в семье (семейная история, особенности воспитания);
- наследственностью, а также врожденными особенностями характера и личности.

На основе анализа шкалы «Ригидность аффекта» были установлены стремление респонденток концентрироваться на переживаниях, отсутствие способности объективно смотреть на ситуацию, фиксация переживаний, подозрительность, ощущение враждебности окружающих, преувеличенное представление об опасности. Также женщины были склонны скрывать свое внутреннее психологическое состояние, демонстрируя социально допустимое поведение. Все приведенные

качества личности могут быть следствием описанных выше поведенческих особенностей. Научные исследования, а также опыт психологической работы с нашими подопечными дают возможность подтвердить выявленную специфику (Анцыферова, 1994).

По шкале «Аутизация» мы обнаружили, что 51% женщин склонны к глубокой погруженности в себя, нежели во внешние обстоятельства. Эту особенность можно выделить как негативную, если она сильно выражена, так как в некоторых обстоятельствах она может влиять на социальную адаптацию.

Женщины с высоким показателем по шкале «Аутизация» могут страдать от бедности эмоциональных связей, сложности во взаимодействии с социальным окружением, погруженности в личные переживания. Им свойственны ранимость, высокая эмоциональная чувствительность, низкий эмоциональный болевой порог.

Приведенные особенности, выявленные у женщин в кризисной ситуации, имели проявления в различной степени – от более ярких до маловыраженных. Эти особенности мы можем рассматривать как связанные и влияющие друг на друга факторы, которые сопряжены как с внешними (причины трудной жизненной ситуации), так и внутренними (характер кризиса, способность его преодоления, характер и его особенности) условиями (Пергаменщик, 2003).

Обращаясь к классической теории пирамиды потребностей (Маслоу, 2019), можно выделить несколько схожих и объединяющих особенностей женщин в трудной жизненной ситуации:

- 1) отсутствие удовлетворения базовых потребностей (в жилье, средствах к существованию, гигиене, чистоте и т. д.);
- 2) ограничения в удовлетворении потребности в безопасности (женщины, являясь жертвами насилия, часто скрываются от физического и психического насилия со стороны мужей, родственников и пр.), и приют спасает их от подобных угроз (количество таких женщин достаточно много, 25–30% от обратившихся за помощью);
- 3) основная категория женщин, которые обращаются за помощью, не определяется проблемой сохранения беременности, 70–75% – это женщины, которые оказались на улице по причине конфликтов с мужем, его родственниками. При этом они зарегистрированы в регионе, у них либо нет профессии, либо конфликтность их характера способствовала частой смене работы. Из всех обратившихся от 10 до 15% женщин являются сиротами, которые социально не защищены и не имеют навыка самостоятельной жизни, у них нет жилья и они не могут без посторонней помощи социально адаптироваться.

Последние исследования подопечных кризисного центра позволяют сформулировать представление о другой особенности женщин в кризисе, а именно — о вариантах проявления запроса в оказании психологической помощи (Полякова, 2024). С женщинами, поступившими в центр, проводилась психологическая работа, коллективные тренинги, которые, в отсутствие запроса на такую помощь, становились неэффективными. Выявлялись существенные проблемы, которые женщины не готовы были решать, так как это дополнительно их травмировало.

Большой процент женщин обращались за психологической помощью, но их запрос заключался в необходимости найти подход, который бы позволил изменить всю жизнь без существенных усилий, анализа, выстраивания плана, следования ему и пр. Находясь в кризисном центре, женщины не готовы были анализировать кризисную ситуацию, считая, что психологическая помощь нужна для манипуляции людьми, а не для изменения и переосмысления собственного поведения. Психологические консультации в ряде случаев помогали им разобраться в себе, провести работу с собой и понять, что существующие проблемы связаны не с внешними факторами или другими людьми.

Была и еще одна категория, имеющая живой запрос на помощь: это женщины, которые действительно стремились изменить свою жизнь к лучшему. Итогом работы являлось преодоление ненормативного психологического кризиса в несколько этапов:

1. Собеседование. Специалисты изучают проблему, выбирают направление помощи, вместе с женщиной намечают шаги, которые необходимо сделать в первую очередь.
2. Предоставление приюта. Для каждой женщины разрабатывается особый план действий, который позволяет выйти из кризисной ситуации, выступает фундаментом обновленной уверенной, счастливой жизни.
3. Работа со специалистами. Основная задача на этом этапе заключается в том, чтобы помочь женщине социализироваться, сформировать образ будущего и найти ресурсы для преодоления кризиса. Специалистами центра регулярно проводятся консилиумы — обсуждение успехов, возникающих трудностей и дальнейших шагов.
4. Обучение, профориентация. За время пребывания в центре женщины получают новые или совершенствуют ранее приобретенные профессиональные навыки. На данном этапе важно формирование уверенности в себе (в том, что женщина сможет в будущем обеспечивать себя и ребенка).

5. Подготовка к самостоятельной жизни. На этом этапе у мамы формируется правильное, здоровое отношение к себе, детям и к своей жизни. Этап направлен на то, чтобы научиться выполнять необходимые ежедневные дела без посторонней помощи.

### **Литература**

- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Борытко Н. М., Моложавенко А. В., Соловцова И. А.* Методология и методы психолого-педагогических исследований: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Под ред. Н. М. Борытко. М.: Академия, 2008.
- Баранова Е. В.* Психологическая помощь семье, находящейся в кризисе // Теория и практика общественного развития. 2012. № 5. С. 110–114.
- Маслоу А.* Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2019.
- Олифиревич Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф.* Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2008.
- Пергаменщик Л. А.* Кризисная психология. Курс лекций. Минск, 2003.
- Полякова О. Б.* Психологическая и социальная помощь семье в ненормативном кризисе в Центре помощи беременным женщинам и матерям с детьми, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, «Дом для мамы» // Социальные проблемы России и пути их решения: Коллективная монография / Отв. ред. А. Ю. Нагорнова. Ульяновск: Зебра, 2024. С. 133–142.

## **Парадоксы посттравматического роста и резильентности в оптике работы личности над собой**

*О. О. Савина, Е. А. Карачева*

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва

В настоящей статье представлена попытка, отталкиваясь от деятельностно-смыслового подхода, придать современное звучание творческим идеям динамического подхода к личности Л. И. Анцыферовой в области исследования личности с целью дальнейшей разработки понятийного аппарата для изучения человека в неповседневных, экстремальных ситуациях. Последствия психической травмы, понятия дистресса, совладания с трудными жизненными ситуациями рассмотрены в оптике



деятельностно-смыслового подхода (М. Ш. Магомед-Эминов). Данный подход дает нам эффективный концептуальный аппарат для анализа феноменов посттравматического роста и обесценивания, резильентности, следуя логике теоретического сдвига от негативистской трактовки травмы, стресса к позитивной психологии. На уровне личности, а не только реагирования на стресс, обсуждается проблема устойчивости: требуется рассмотреть на основе тех жизненных задач, которые решает человек в работе личности над собой.

*Ключевые слова:* работа личности над собой, деятельностно-смысловой подход, резильентность, гибкость, посттравматический рост, посттравматическое обесценивание, динамический подход к личности.

В одной из своих работ Л. И. Анцыферова написала слова, которые чрезвычайно актуальны в современной ситуации: «Перед нашими соотечественниками — россиянами стоит главный выбор — отыскать смысл жизни и утверждать его всеми возможными способами или уступить смерти, т. е. отчаянию, чувству безысходности, обесцениванию своего бытия. Опыт показывает, что человек в любом состоянии может найти если не радость, то отраду в своей жизни. Жизнь полна неисчерпаемых возможностей доброго и светлого, и их можно найти. Человеческое существование в мире, жизнь и смерть человека — явления вселенского масштаба» (Анцыферова, 2006, с. 251). События последних лет, а именно разворачивающиеся геополитические кризисы, военные конфликты и конфронтации, которые так или иначе влияют на людей, определяют необходимость изучения человека в многообразии способов его существования, трансформации его субъектности, личности, самоидентичности. Возрастает потребность в подходах, которые изучают, объясняют и выстраивают психологическую работу с живым, конкретным, телесным человеком в его жизни, а именно в разработках оснований практики с учетом специфики психологии людей в экстремальных, кризисных жизненных ситуациях. Ведь именно в неповседневных, критических ситуациях наиболее отчетливым образом происходит понимание личности человека. Динамический подход к личности (Л. И. Анцыферова) необходимо развивать в соответствии с современными подходами, позволяя высветить научный потенциал концепции, ее едва намеченные линии, нуждающиеся в дальнейших исследованиях. Представлена попытка, отталкиваясь от деятельностно-смыслового подхода, придать современное звучание его творческим идеям в области психологической помощи людям, развернуть и разработать концептуальный аппарат для изучения человека в неповседневных, экстремаль-

ных ситуациях (Магомед-Эминов, 1998, 2006, 2008; Магомед-Эминов, Карачева, 2023).

В настоящее время возрастает актуальность изучения мультимпсихических реакций человека в неповседневных, стрессовых, кризисных ситуациях. Внимание исследователей обращается к факторам, помогающим преодолеть жизненные трудности, в частности, к резильентности и посттравматическому росту (Bonanno, 2021; Tadeschi, Calhoun, 1996, 2004).

Наиболее распространенный подход к эмпирическим исследованиям резильентности состоит в выявлении набора характеристик, имеющих к ней отношение: например, поддержка со стороны других людей, оптимизм, вера в свою способность справляться с трудностями. Резильентные люди, успешно пережившие травму, согласно этим данным, не склонны искать смысл после травмы, но сосредотачиваются на решении проблем: используют различные стратегии совладания и регуляции эмоций, чаще испытывают и выражают положительные эмоции. Такие паттерны встречаются прежде всего у людей старшего возраста, у которых стрессоров меньше, больше ресурсов, выше доход и уровень образования.

Понятие гибкости (гибкости) в контексте травмы обычно определяется как нечто, связанное с адаптацией, что поддается модификации, «гнется, но не ломается». Этот термин часто используется взаимозаменяемо с такими синонимами, как пластичность, податливость, приспособляемость, эластичность, уступчивость, а иногда даже упругость. Резильентность интерпретируется как сохранение хорошего психического здоровья после потенциальной травмы, стабильная траектория развития здорового функционирования. Гибкость же — это процесс, который мы используем, чтобы адаптироваться к травматическому стрессу, найти свой путь к резильентности (Bonanno, 2021). Эмпирическая проверка этой теории показала, что гибкость регуляции эмоций может быть концептуализирована как конструкция, состоящая из нескольких факторов: чувствительности к контексту, репертуара (способности отслеживать эффективность выбранной стратегии) и откликаемости на обратную связь. Авторы идентифицировали преобладающие латентные паттерны гибкости регуляции: от регуляторов с высокой гибкостью к регуляторам с низкой гибкостью, предсказывающим с большей вероятностью депрессивные и тревожные симптомы у переживших травму. Таким образом, концепт резильентности дополняется новым контекстом гибкости как процесса совладания с психологической травмой.

В деятельностно-смысловом подходе М. Ш. Магомед-Эминова дифференциация флексибильности и резильентности решается на основе теоретического сдвига от психологии стресса и совладания с дистрессом, травмой к аутопоэтической работе личности над собой (Магомед-Эминов, 2008). В ходе этой работы решается задача на смысл как основа преодоления травматического опыта, включающая в себя диалектическую работу по конституированию идентичности (устойчивости) и созданию различий (флексибильности).

Одним из важных положений деятельностно-смыслового подхода выступает следующее: всякое травматическое воздействие является интенциональным предметом деятельности человека, опосредствованной смысловой работой его личности, которая конкретизируется в трех смысловых модусах или формах: расстройство (страдание)—стойкость (мужество)—духовный рост (трансгрессия). Эта триада психической трансформации хорошо обоснована теоретико-методологически и эмпирически на основе деятельности по оказанию психологической помощи людям в критических, экстремальных ситуациях. Работа конструирования этих феноменов имеет рекурсивный, циркулярный, круговой характер.

В деятельностно-смысловом подходе посттравматический рост, резильентность трактуются не как качества, свойства, состояния, а как работа, в которой они производятся и конституируются, в которой приводятся в связь множество факторов и активностей. Наши исследования показывают, что феномен посттравматического роста с классической пятифакторной структурой может быть только у людей, столкнувшихся с тяжелым стрессовым событием. Таким образом, травматическая ситуация становится условием появления у человека такого феномена, как посттравматический рост. С другой стороны, при проведении многочисленных исследований с различными группами испытуемых мы столкнулись с тем, что ряд респондентов испытывали затруднения при ответах, так как предлагалась только позитивная шкала определенного фактора, хотя они предпочли бы возможность отрицательной альтернативы. Несмотря на то, что, исходя из триадической структуры «расстройство—стойкость—рост» (М. Ш. Магомед-Эминов), в каждом исследовании мы оценивали тенденции «расстройства», «стойкости» и «роста» после травматического опыта, была выявлена недостаточность только лишь позитивной формулировки конструктора. В связи с этим в настоящее время активно разрабатывается концепт «посттравматического обесценивания», который был апробирован в адаптированной нами методике — расширенной версии «Опросника посттравматического роста и обесценивания» (Магомед-Эминов, Карачева, 2023).

В исследовании приняли участие 122 человека в возрасте от 20 до 33 лет (женщин – 97, мужчин – 25). Было проведено три серии исследования. В первой серии мы проверяли факторную структуру Опросника посттравматического роста (ОПТР) на всей выборке (N = 122), во второй серии мы выделили группу испытуемых с умеренным и сильно выраженным переживанием травматического воздействия (>26, N = 18), в третьей серии исследования факторный анализ ОПТР проводился на людях, имеющих слабо выраженное, умеренное и сильно выраженное переживание травматического воздействия (>9, N = 57).

Еще раз подчеркнем: в понимании феномена посттравматического роста мы дифференцируем две линии: натуралистическую, когда рост вызывается вынужденно травмой, точно так же как выученная беспомощность, и культурно-историческую, когда за феноменом роста находятся не только натуралистические процессы стресса, но и процессы трансформации смысловой работы личности.

Результаты исследования показали наличие динамики факторной структуры ОПТР в зависимости от смысловой оценки ситуации травматического опыта. В первой серии, куда попали люди, переживающие и не переживающие стрессовое воздействие, получилось три фактора. В группе с высоким уровнем травматического воздействия мы получили семь факторов. Однако в группе с травматическим переживанием стрессового события мы получили пять факторов, как в оригинальной версии ОПТР. Качественный анализ данных показал, что динамика факторной структуры ОПТР связана с наличием или отсутствием переживания стрессового, травматического события в оптике трансгрессивной мотивации.

Проблемы устойчивости, стойкости, резильентности, рассмотренные на уровне совладания, преодоления, сопротивления стрессу, имеют иной, личностный уровень, где ставится вопрос об устойчивости личности не просто как черты, ситуационно-процессуального феномена, но устойчивости, которую необходимо объяснить на основе тех жизненных задач, которые решает человек в работе над собой. Их решение необходимо ему не только для того, чтобы изменить свои качества релевантно ситуации, но и чтобы сохранить устойчивость тех своих особенностей, которые характеризуют его как личность. Тогда личность нужно рассмотреть как работу субъекта над собой, в которой перманентно, рекурсивно создается устойчивость, идентичность личности; в ходе решения смысловых задач жизни в диалектике устойчивости и роста личности конституируется ее аутентичность.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Трансформация личности. М.: Психоналитическая ассоциация РФ, 1998.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Экстремальная психология. Т. 2: От психической травмы к психотрансформации. М.: ПАРФ, 2006.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Феномен экстремальности. М.: ПАРФ, 2008.
- Магомед-Эминов М. Ш., Карачева Е. А.* Феномены посттравматического роста и обесценивания. М.: Академия психологической помощи, 2023.
- Bonanno G. A.* The end of trauma: How the new science of resilience is changing how we think about PTSD. N. Y.: Basic Books, 2021.
- Bonanno G. A.* The resilience paradox // *European journal of Psychotraumatology*. 2021. V. 12 (1). P. 1942642. doi: 10.1080/20008198.2021.1942642
- Tedeschi R. G., Calhoun L. G.* The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma // *Journal of Traumatic Stress*. 1996. V. 9. P. 455–471.

### **Совладающее поведение обследуемых в условиях нового московского стандарта поликлиник**

*Е. Г. Севостьянова*

*Городская поликлиника № 52 ДЗ г. Москвы*

Целью исследования явилось рассмотрение неопределенности обследования как трудной жизненной ситуации, выявление способов преодоления модифицируемых факторов неопределенности и повышения психологической безопасности обследуемых в условиях нового московского стандарта поликлиник. Оценены значимые дескрипторы психологической безопасности («Анкета психологической безопасности», Н. Е. Харламенкова), копинг-стратегии («Индикатор копинг-стратегий», Дж. Амирихан), агрессивность («Личностная агрессивность и конфликтность», Е. П. Ильин, П. А. Ковалев), уровень экзистенциальной исполненности («Шкала экзистенции», А. Лэнгле, К. Орглер (адаптация Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский). Участники исследования: 636 первичных и повторно обследуемых (из них 313 в условиях нового московского стандарта поликлиник). Значимость ситуации неопределенности при обследовании зависела от устойчивости к экзистенциальной ситуации неопределенности по роду профессии ( $U = 54,500$ ;  $p = 0,004$ ) и от условий прохождения обследования ( $U = 65,000$ ;  $p = 0,015$ ). Установлена связь актуализации ресур-

сов убеждения в контроле и удаче с низким уровнем негативной агрессии ( $R_s > 0,51$ ;  $p = 0,05$ ).

*Ключевые слова:* неопределенность как трудная жизненная ситуация, психологическая безопасность, совладание, обследуемые, новый московский стандарт поликлиник.

Любая жизненная ситуация обладает той или иной степенью неопределенности (Одинцова и др., 2023). Обследуемый находится в ситуации неопределенности перед, во время и часто после обследования. Динамический подход к исследованию личности (Л. И. Анцыферова) позволяет рассмотреть способы задействования имеющихся ресурсов совладания и формирования новых. Если первых для зрелого преодоления ситуации оказывается недостаточно, то формируется фрустрация, приводящая к психологическому стрессу, что Р. Лазарус и С. Фолкман описывают как трудную жизненную ситуацию. Таким образом, ситуация неопределенности обследования может рассматриваться как трудная жизненная ситуация.

Определение субъективных и объективных факторов трудной жизненной ситуации (Анцыферова, 1994) неопределенности обследования способствует поиску путей ее преодоления. Фактор субъективной оценки личностью ситуации неопределенности обследования зависит от наличия подобной проблемы у близкого, общения с тревожно (негативно) настроенными обследующимися, негативного личного опыта, устойчивости к неопределенности по роду профессии. К объективным факторам, модифицируемость которых зависит от обследующего, можно отнести выраженные патологические проявления, которые усиливают ситуацию неопределенности и требуют верификации (преодоление возможно благодаря визуализации (сонограммы), детальному пояснению, разрешению всех существующих у обследуемого вопросов). К объективным факторам трудности неопределенности ситуации обследования, модифицируемым условиями поликлиники, можно отнести незнакомую ситуацию, неочевидность результата, соматический дискомфорт, несоответствие результатов исследования ожидаемым. Новый стандарт московских поликлиник разработан и внедрен в 2019 г. с учетом пациентоориентированности (Сапсай, 2022). В 2024 г. заканчивается перевод на него всех московских поликлиник.

Данный стандарт позволяет преодолевать следующие модифицируемые объективные факторы неопределенности обследования:

1. Незнакомая ситуация. Стандарт включает возможность удаленной записи на исследование, напоминание о приеме по SMS, приветли-

вые и осведомленные сотрудники рецепции, понятная навигация, четкие инструкции по поведению до, во время и после обследования, электронное табло и прием пациента строго по времени записи, результат доступен в электронной карте или по запросу в распечатанном виде.

2. Неочевидный результат. Стандарт гарантирует высокий уровень специалистов (дополнительные экзаменационные испытания для сотрудников на базе аккредитационного центра), оборудование экспертного класса, возможность дальнейшего качественного обследования рядом с домом.
3. Соматический дискомфорт (исследование на голодный желудок, наполненный мочевой пузырь, необходимость соблюдения диеты за три дня до приема и прием сорбентов). Установлены кулеры на каждом этаже, в здании есть буфет, санитарные комнаты удобно расположены и оснащены.
4. Необходимость сопоставлять исследования, осмотры. Обследуемый осведомлен обо всех предыдущих осмотрах, исследованиях (данные ЕМИАС – единой медицинской информационно-аналитической системы г. Москвы).
5. Обеспокоенность за детей-инвалидов. Детская и взрослая поликлиники находятся в одном здании, имеются пеленальные столики, можно взять с собой ребенка непосредственно на исследование или оставить в безопасной игровой комнате, на охраняемой детской площадке около поликлиники; есть пандусы, подъемники, грузовые лифты, кнопки вызова на каждом лестничном и лифтовом пролете для маломобильных граждан.

*Задачи* исследования: рассмотреть ситуацию неопределенности обследования как трудную жизненную ситуацию; выявить способы преодоления модифицируемых факторов неопределенности и повышения психологической безопасности обследуемых в условиях нового московского стандарта поликлиник.

*Целью* исследования стало выявление особенностей совладающих ресурсов и экзистенциальной исполненности обследуемых. Для оценки эмоционального состояния использовалась методика «Личностная агрессивность и конфликтность», Е. П. Ильин, П. А. Ковалев). Уровень экзистенциальной исполненности оценивался с помощью «Шкалы экзистенции», А. Лэнгле, К. Орглер – опросника, состоящего из 46 пунктов, ответы на которые испытуемый дает, оценивая себя и свою сегодняшнюю жизнь по различным аспектам.

Для диагностики доминирующих копинг-стратегий личности был использован «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адап-

тация Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский). Опросник позволил определить поведенческие стратегии, которые формируются у человека в процессе жизни: разрешения проблем, поиска социальной поддержки и избегания. С помощью «Анкеты психологической безопасности» Н. Е. Харламенковой оценены значимые дескрипторы психологической безопасности. Сравнение значений показателей между группами проведено с помощью непараметрического U-критерия Манна–Уитни. Проведенный корреляционный анализ данных ( $R_s$ ) выявил сопряженность показателей.

Исследование проведено на базе Государственного бюджетного учреждения здравоохранения Городской поликлиники № 52 Департамента здравоохранения города Москвы. В исследовании приняли участие 636 первичных и повторно обследуемых (в том числе профессиональный медицинский осмотр педагогов, социальных и медицинских работников). Из них 313 (первая группа) обследованы в условиях нового стандарта московских поликлиник на базе филиала № 4 ГБУЗ ГП № 52 ДЗМ; 323 (вторая группа) – на базе главного корпуса.

Обе группы были сопоставимы по возрасту ( $p=0,289$ ) и полу ( $p=0,305$ ).

Обследуемые обеих групп имели низкие показатели по шкале самодистанцирования (возможный маркер чрезмерной ситуативной нагрузки). Более высокие показатели по шкале самодистанцирования были выявлены у обследуемых социальных профессий ( $U=54,500$ ;  $p=0,004$ ), т. е. значимость ситуации неопределенности при обследовании зависела от профессиональной устойчивости к экзистенциальной ситуации неопределенности ( $U=54,500$ ;  $p=0,004$ ).

Анализ результатов диагностики копинг-стратегий показал, что обследуемые первой группы имели более низкие показатели по всем трем шкалам, обследуемые второй группы более активно задействовали все возможные совладающие ресурсы ( $U=65,000$ ;  $p=0,015$ ), т. е. необходимость совладания при обследовании зависела от условий прохождения обследования.

Актуализация ресурсов убеждения в контроле и удаче позволяла справиться с неопределенностью ситуации обследования (сопряженность с низким уровнем негативной агрессии  $R_s>0,51$ ;  $p=0,05$ ).

Актуализация ресурса здоровья коррелировала с использованием копинг-стратегии поиска социальной поддержки ( $R_s>0,52$ ;  $p=0,05$ ) и при первичном обследовании была выше, чем при повторном ( $U=42,5$ ;  $p=0,04$ ), т. е. необходимость совладания при обследовании зависела от значимости его результатов. По мнению Л. И. Анцыферовой, «чем более значительное место в смысловой сфере



личности занимает находящийся в опасности объект и чем более интенсивной воспринимается личностью угроза, тем выше мотивационный потенциал совладания с возникшей трудностью» (Анцыферова, 1994, с. 5).

Полученные данные по переменной «убеждение в контроле» согласуются с данными О. А. Вороны (разумный контроль жизненных обстоятельств) (Ворона, 2005, с. 14), Н. Е. Харламенковой и Д. А. Никитиной (Харламенкова, Никитина, 2018): убеждение в контроле сопутствует низкому уровню ПТС, позволяет справиться с неопределенностью ситуации болезни. Результаты по переменной «убеждение в удаче» согласуются с данными Н. Е. Харламенковой («будет ли субъект ощущать жизнь как трагедию, т. е. небезопасную для него, во многом зависит от его отношения к конкретным жизненным обстоятельствам, к тому или иному делу, идее, поступку») (Харламенкова, 2019, с. 32), Д. А. Никитиной и Л. Х. Кузнецовой (Никитина, Кузнецова, 2016) (убеждение в удаче сопутствует низкому уровню ПТС, позволяет справиться с неопределенностью ситуации болезни), данными Лазаруса и Фолкмана (если имеющихся ресурсов для зрелого преодоления ситуации оказывается недостаточно, то формируется фрустрация, приводящая к психологическому стрессу), данными Л. И. Анцыферовой (преодоление ситуации неопределенности зависит от профессиональной устойчивости к экзистенциальной ситуации неопределенности), данными К. Муздыбаева, Л. И. Анцыферовой о значимости жизненной ситуации (Анцыферова, 1994; Муздыбаев, 1998), данными А. Н. Сапсай (Сапсай, 2022) (повышение психологической безопасности обследуемых в условиях нового стандарта московских поликлиник). Таким образом, преодоление трудной жизненной ситуации неопределенности обследования зависело от профессиональной устойчивости к экзистенциальной ситуации неопределенности, условий прохождения обследования, степени личностной значимости ситуации, актуализации совладающих ресурсов.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Ворона О. А.* Психологические последствия стресса у больных раком молочной железы: Автореф. дис. ... канд. психол. Наук. М., 2005.
- Муздыбаев К.* Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1. № 2. С. 102–113.

- Никитина Д. А., Кузнецова Л. Х.* Психологическая безопасность и базисные убеждения у пациентов с диагнозом «менингиома» с разным уровнем посттравматического стресса // *Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности.* 2016. № 6. С. 309–317.
- Одинцова М. А., Лубовский Д. В., Кузьмина Е. И.* Психологические ресурсы личности при переживании жизненных ситуаций разной степени неопределенности // *Социальная психология и общество.* 2023. Т. 14. № 4. С. 156–177. doi: 10.17759/sps.2023140410
- Сансай А. Н.* Стены лечат: как меняются московские поликлиники и стационары // *Московская медицина.* 2022. Т. 3. № 49. С. 82–91.
- Харламенкова Н. Е.* Понятие психологической безопасности и его обоснование с разных научных позиций // *Психологический журнал.* 2019. Т. 40. № 1. С. 28–37. doi: 10.31857/S020595920002985-9
- Харламенкова Н. Е., Никитина Д. А.* Личностные особенности и базисные убеждения при разном уровне посттравматического стресса у пациентов с диагнозом «менингиома» // *Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности / Отв. ред. В. В. Знаков, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 1929–1936.*

## **Соотношение интеллектуальных способностей и эффективности совладающего поведения в старшем подростковом возрасте\***

*Я. И. Сиповская*

Институт психологии РАН, Москва

В статье приводятся результаты эмпирического исследования соотношения показателей интеллектуальных способностей (понятийных способностей и психометрического интеллекта) со стратегиями совладающего поведения в старшем подростковом возрасте. Выборку составили 110 старших подростков в возрасте 15–18 лет. Использовались методики: «Описание неопределенных фигур» (Е. Ю. Артемьева); «Обобщение трех слов» (М. А. Холодная); «Понятийный синтез» (М. А. Холодная); «Прогрессивные матрицы» (Дж. К. Равен, Дж. Равен, Дж. Х. Курт); «Методы совладающего поведения» (Т. Л. Крюкова, Е. В. Куфтяк); электронный дневник. Полученные результаты указывают на дисбаланс в развитии интеллек-

---

\* Исследование выполнено по Госзаданию № 0138-2024-0016 «Интеллектуальные системы и способности человека».

туальных способностей учащихся. Сделан вывод о том, что школьная успеваемость связана с категориальными способностями и показателями психометрического интеллекта. Связи же с семантическими способностями, концептуальными способностями и какими-либо стратегиями совладания не обнаружены, тогда как сами копинги корреляционно – хотя и в меньшей мере – связаны именно с концептуальными и семантическими способностями.

*Ключевые слова:* интеллектуальные способности, понятийные способности, копинги, эффективность.

Е. И. Рассказова, Т. О. Гордеева и Е. Н. Осин определяют копинг как «разного рода процессы, направленные на возможно лучшее решение личностных, межличностных или профессиональных проблем, адаптацию человека к требованиям ситуации, вызывающей стресс, позволяющую овладение ею, ослабление или смягчение этих требований и восстановление психологического благополучия. Обычно термин „копинг“ относят к стратегиям реагирования на стресс, но можно говорить и о проактивном копинге, направленном на предотвращение действия будущего стрессора и подготовку к возможной стрессовой ситуации» (Рассказова и др., 2013, с. 84). Авторы отмечают, что копинг-стратегии многообразны: определено более 400 стратегий преодоления жизненных трудностей (Skinner, Sherwood, 2003) и предпринято множество попыток их классификации, хотя конвенциональной классификации по-прежнему нет.

Тем не менее, следует отметить, что все стратегии различаются преобладанием когнитивного и эмоционально-личностного компонентов деятельности. Имеющиеся данные о взаимосвязи интеллектуальных способностей и стратегий совладания с трудной жизненной ситуацией крайне неоднородны: либо отмечается, что испытуемые с более высокими показателями интеллектуальных способностей в основном выбирают проблемно-ориентированные стратегии совладания, либо говорится об отсутствии связи между уровнем интеллекта и выбором той или иной копинг-стратегии, либо констатируется склонность лиц с высокими показателями интеллектуальной продуктивности к выбору социальных и эмоциональных копинг-стратегий (Агеева, Латышева, 2021). В наших предыдущих исследованиях была сформулирована и доказана теоретическая гипотеза о том, что за совокупностью копинг-стратегий находится общий признак, который связан с успешностью старших подростков (Сиповская, 2022).

Более того, одной из проблем современной психологии является изучение природы интеллектуальных ресурсов человека, которые ис-

следуются посредством альтернативных подходов, предлагающих интерпретировать интеллект «изнутри» субъекта как ту или иную форму психической реальности (эмоциональных состояний, социальных отношений, имплицитной и эксплицитной компетентности, ментального опыта и т. д.) (Холодная, 2012). Марина Александровна полагает, что системообразующую роль в структуре интеллекта играют понятийные способности, которые обеспечивают интеграцию разных механизмов психической деятельности, способствуя появлению качественно новых интеллектуальных возможностей (предвосхищение «невозможных» событий, генерацию новых идей, выявление скрытых закономерностей, размышления в режиме «что, если бы...» и т. д.).

При этом следует отметить одну из важнейших идей, впервые сформулированных Л. М. Веккером в рамках единой теории психических процессов, состоящую в том, что понятийное мышление как высший уровень познавательного развития личности является не только ведущим механизмом организации познавательных процессов в структуре интеллекта, но и ведущим фактором регуляции социального поведения. Ввиду того, что для совладающего поведения значимую роль играет способность к концептуализации (оцениванию и интерпретации трудной жизненной ситуации, выявлению ее релевантных признаков, конструированию ее прошлых и будущих состояний и т. п.), можно ожидать, что понятийные способности имеют прямое отношение к регуляции совладающего поведения.

В нашем исследовании приняли участие старшие школьники 9–10 классов ( $N = 110$ ) в возрасте 15–18 лет (общеобразовательная школа г. Химки Московской области). Среднее время, отведенное на весь комплекс методик, – два стандартных школьных урока.

Мы использовали комплекс методик для диагностики трех видов понятийных способностей, психометрического интеллекта и способов совладающего поведения: методику «Описание неопределенных фигур» (модификация методики Е. Ю. Артемьевой) – для диагностики семантических способностей (способность использовать разнообразные способы семантического описания объектов) (Артемьева, 1999); методику «Обобщение трех слов» – для диагностики категориальных способностей (способность находить релевантную общую категорию для обобщения трех слов, принадлежащих к разным категориальным классам) (Холодная, 2012); методику «Понятийный синтез» – для диагностики концептуальных способностей (способность устанавливать связи между тремя не связанными по смыслу словами, самостоятельно придумывая релевантный контекст) (Холодная, 2012); тест Равена «Прогрессивные матрицы» для оценки общего уров-

ня психометрического интеллекта (Равен, Равен, Курт, 1997) и опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса для оценки индивидуальных стратегий взаимодействия с трудными жизненными ситуациями (Крюкова, Куфтяк, 2007).

Оценка школьной успеваемости проводилась на основе анализа базы данных электронного дневника школьника. Велся подсчет показателей учебной успешности по разным учебным дисциплинам.

Первым этапом работы с полученными в исследовании данными стало проведение их нормализации (по z-оценке) для того, чтобы впоследствии работать с данными, распределение которых не значительно отличается от нормального.

При проведении корреляционного анализа (метод Спирмана) были получены следующие результаты:

- коэффициент корреляции между концептуальными способностями и психометрическим интеллектом –  $R_s = 0,25$  при  $p \leq 0,01$ ;
- коэффициент корреляции между концептуальными и категориальными способностями –  $R_s = 0,37$  при  $p \leq 0,00$ ;
- коэффициент корреляции между показателями школьной успеваемости и категориальными способностями –  $R_s = 0,38$  при  $p \leq 0,00$ ;
- коэффициент корреляции между показателями школьной успеваемости и психометрическим интеллектом –  $R_s = 0,29$  при  $p \leq 0,00$ ;
- коэффициент корреляции между концептуальными и семантическими способностями (способность образовывать семантические интерпретации), равно как и связь этого вида семантических способностей с категориальными способностями не была зафиксирована, тогда как связи со способностью к образованию семантических признаков есть и у категориальных, и у концептуальных способностей –  $R_s = 0,34$  и  $R_s = 0,28$ , при  $p \leq 0,00$  и  $p \leq 0,00$ , соответственно;
- коэффициент корреляции между концептуальными способностями и стратегией совладающего поведения (дистанцирование) –  $R_s = -0,24$  при  $p \leq 0,01$ ;
- коэффициент корреляции между семантическими способностями (способность образовывать семантические интерпретации) и стратегиями совладающего поведения (самоконтроль) –  $R_s = 0,28$  при  $p \leq 0,00$ ;
- коэффициент корреляции между семантическими способностями (способность образовывать семантические признаки) и стратегиями совладающего поведения (конфликтность и поиск социальной поддержки) –  $R_s = 0,20$  и  $R_s = 0,26$  при  $p \leq 0,03$  и  $p \leq 0,03$ , соответственно;

- коэффициент корреляции между семантическими способностями (способность образовывать семантические признаки) и показателем психометрического интеллекта –  $R_s = 0,19$  при  $p \leq 0,04$ ;
- коэффициент корреляции между семантическими способностями (способность образовывать семантические интерпретации) и стратегиями совладающего поведения (самоконтроль) –  $R_s = 0,28$  при  $p \leq 0,00$ ;
- коэффициент корреляции между показателем психометрического интеллекта и стратегиями совладающего поведения (бегство) –  $R_s = -0,23$  при  $p \leq 0,02$ .

Полученные результаты были обобщены в предварительные выводы. Так, школьная успеваемость корреляционно связана с категориальными способностями (умение обобщать) и с уровнем сформированности интеллекта. Характерно, что связь успеваемости с концептуальными и семантическими способностями не зафиксирована. Соответственно, школьные оценки фиксируют только часть интеллектуального ресурса ученика.

Показатели совладающего поведения корреляционно не связаны с успешностью школьной деятельности, хотя избирательно все же коррелируют как с понятийными способностями, так и с психометрическим интеллектом: концептуальные способности отрицательно коррелируют с дистанцированием как с попыткой преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Для этого копинга характерно использование интеллектуальных приемов рационализации, переключения внимания, отстранения, юмора, обесценивания и т. п.

Нагруженный интеллектуальной регуляцией копинг «самоконтроль» (считается «продуктивным») коррелирует с семантической способностью к образованию интерпретаций, тогда как «эмоциональная, непродуктивная» стратегия «конфликтность» коррелирует со способностью к образованию семантических признаков, с которой также, в свою очередь, связана стратегия «поиск социальной поддержки». В этой связи следует обратиться к тому, что, с одной стороны, для разворачивания алфавита способов оперирования символической, знаковой информацией (семантические способности) продуктивно обращение к эмоциональному опыту субъекта деятельности, а с другой стороны, методика не позволяет сделать однозначного заключения о причинах выбора той или иной стратегии. Возможно, здесь речь идет о рациональном использовании своего ментального и эмоционального ресурса (взять паузу и отстраниться от мгновенного решения проб-

лемной ситуации для того, чтобы, вероятно, впоследствии вернуться к решению). Как отмечает Ю. А. Рокицкая, «в подростковом возрасте совладающее поведение находится в фазе активного формирования и является важным предиктором психологического благополучия, здоровья и успешности в деятельности. Кроме того, старшие подростки ориентированы на поиск социальной поддержки... это говорит об активном использовании социального механизма в решении возникающих трудностей» (Рокицкая, 2018, с. 220). И именно с этим копингом также связана способность к образованию семантических признаков.

Отрицательная связь копинга «бегство-избегание» с показателем психометрического интеллекта, на наш взгляд, подчеркивает дисбаланс в развитии интеллектуальных способностей учащихся. Даже выявленные корреляционные связи весьма малы, указывая на то, что понятийный опыт ученика слабо регулирует его социальное поведение в трудных ситуациях — это весьма тревожное обстоятельство. Кроме того, Л. А. Ясюкова подчеркивает качественное изменение типа интеллекта современных подростков: логическая систематизация информации, основанная на понятийном мышлении, сменилась на формально-образные обобщения, при которых суть явлений не выделяется и не понимается, хотя в памяти могут удерживаться большие объемы информации (Ясюкова, 2020).

### Литература

- Агеева И. А., Латышева Е. Е.* Сравнительный анализ стратегий совладания со стрессом у студентов и старшеклассников на карантине // Дифференциальная психология и психофизиология сегодня: способности, образование, профессионализм: Международная конференция, посвященная 125-летию со дня рождения Б. М. Теплова / Под ред. М. К. Кабардова, Ю. П. Зинченко, А. К. Осницкого. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. С. 294–299. doi: 10.24412/ci-36667-2021-1-294-299
- Артемьева Е. Ю.* Основы психологии субъективной семантики. М.: Наука; Смысл, 1999.
- Крюкова Т. Л., Куфтык Е. В.* Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. М.: Исследовательская группа «Социальные науки». 2007. № 3. С. 93–112.
- Равен Дж. К., Равен Дж., Курт Дж. Х.* Руководство к прогрессивным матрицам Равена и словарным шкалам. Раздел 1. Общая часть руководства. М.: Когито-Центр, 1997.
- Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н.* Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики

- и возможности применения методики COPE // Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 82–118.
- Рокицкая Ю. А.* Факторная структура копинг-поведения подростков // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2018. № 3. С. 220–233.
- Сиповская Я. И.* Факторы совладания, лежащие в основе успешности академической деятельности в старшем подростковом возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12. № 4. С. 449–457. doi: 10.21638/spbu16.2022.404
- Холодная М. А.* Психология понятийного мышления: от концептуальных структур к понятийным способностям. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Ясюкова Л. А.* Изменение типа интеллекта подростков за период с 1990 г. по 2020 г. // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Отв. ред. А. Л. Журавлев, М. А. Холодная, П. А. Сабашош. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 496–505. doi: 10.38098/proc.2020.59.34.00
- Skinner E. A., Sherwood H.* Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping // Psychological Bulletin. 2003. V. 129 (2). P. 216–269. doi: 10.1037/0033-2909.129.2.216

### **Взаимосвязь командных и индивидуальных копинг-стратегий в различных условиях стресса на примере спортсменов, занимающихся академической греблей**

*З. Р. Совмиз, Ю. В. Белоконь*

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар

В статье представлен анализ особенностей взаимосвязи командных и индивидуальных копинг-стратегий, реализуемый на примере спортсменов, занимающихся академической греблей, на соревновательном и послесоревновательном этапах. Полученные данные свидетельствуют о наличии насыщенных взаимосвязей между данными видами копингов на этапе соревнований. Количество взаимосвязей снижается на послесоревновательном этапе, при этом характер связей не меняется. Данные факты свидетельствуют о том, что на этапе переживания острого стресса личных копингов может быть недостаточно, что требует незамедлительного



включения копингов группового характера, особенно в условиях профессионального спорта, когда благоприятное совладание со стрессом – залог успешности выступления на соревнованиях.

*Ключевые слова:* командные копинг-стратегии, индивидуальные копинг-стратегии, личности в трудных жизненных ситуациях, командный спорт, академическая гребля.

Ярким и актуальным примером деятельности личности в трудных жизненных ситуациях является спортивная деятельность как источник стрессовых условий труда.

В командном спорте данные условия выражаются в существовании множества провокационных факторов помимо тех, например, что являются для командной и индивидуальной спортивной деятельности общими.

К общеспортивным стрессорам относится необходимость участвовать в соревнованиях, находиться вдали от дома в процессе спортивных и тренировочных сборов, высокий риск травматизации, тренировки на пределе возможностей в силу растущей конкуренции.

К стрессорам командной деятельности в спорте можно отнести помимо перечисленных факторов те особенности, которые разворачиваются в процессе межличностного взаимодействия: риск возникновения конфликтных ситуаций, выражающийся в неблагополучии отношений по горизонтали (с коллегами) и вертикали (с тренерами); риск ухудшения психологической атмосферы в команде; текучесть кадров; необходимость проявлять социальную гибкость.

В связи с перечисленными особенностями актуальным становится вопрос о том, какие именно способы преодоления стресса применяют спортсмены командных видов спорта, как они связаны между собой и меняются ли данные взаимосвязи в зависимости от уровня стресса и условий деятельности (Горская, 2012; Киселев, 2002; Крюкова, Сапоровская, 2014).

Стоит отметить, что в группах возможно применение не только индивидуальных копинг-стратегий, но и командных. Командный копинг – это действия, предпринимаемые группой людей для совладания со стрессом. Данное понятие объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, которые используются для преодоления стресса.

Феномен стресса и копинг-стратегий широко освещен в исследованиях Р. Лазаруса, С. Фолкмана (Lasarus, Folkman, 1991), Г. Б. Горской (Горская, 2012), Т.Л. Крюковой, М. В. Сапоровской (Крюкова, Сапоровская, 2014), З. Р. Совмиз (Совмиз, 2023). Большинство трудов ак-

центрируют внимание на семейном копинге, копинге в бизнес-группах, не затрагивая вопросы, связанные с включением командных копингов в малых группах (спортивных командах).

*Цель исследования:* выявить особенности взаимосвязи индивидуальных и командных копинг-стратегий на примере спортсменов, занимающихся академической греблей в командном классе, на разных этапах соревновательной деятельности.

Выборку составили 45 спортсменов от 18 до 20 лет (КМС, МС) – воспитанников ГБУ ДО Краснодарского края Спортивной школы Олимпийского резерва гребного спорта. Нами был проведен анализ особенностей взаимосвязи их командных и индивидуальных копинг-стратегий на соревновательном и послесоревновательном этапах.

Для начала представим корреляционные связи между показателями командного и индивидуального копинга в соревновательном периоде. Стоит отметить, что количество взаимосвязей достаточно насыщено и разнопланово. Возможно, это связано с тем, что совладающее поведение связано с активным поиском новых решений, актуальных в возникающей ситуации.

Совместное решение проблемы как вид командного копинга имеет прямые взаимосвязи с обучаемостью ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Мобилизация усилий имеет прямую взаимосвязь с обучаемостью ( $r=0,45$ ;  $p\leq 0,01$ ), уверенностью в себе, мотивацией достижения ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ), а также постановкой цели и психической подготовкой ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ).

Совладание с неприятностями отрицательно взаимосвязано со свободой от негативных переживаний ( $r=-0,49$ ;  $p\leq 0,01$ ), т. е. при мобилизации усилий спортсмены готовы учиться быстрее, при этом возрастает уровень уверенности в себе.

Мотивационная поддержка имеет прямые взаимосвязи с совладанием с неприятностями ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ) и свободой от негативных переживаний ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ) и обратные с обучаемостью ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,01$ ) и постановкой цели ( $r=-0,49$ ;  $p\leq 0,01$ ).

Социальное объединение имеет прямые взаимосвязи с совладанием с неприятностями ( $r=0,47$ ;  $p\leq 0,01$ ) и свободой от негативных переживаний ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ); отрицательные с обучаемостью ( $r=-0,47$ ;  $p\leq 0,01$ ) и отрицательные с постановкой цели и психической подготовкой ( $r=-0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Компенсация как компонент командного копинга имеет прямые взаимосвязи с обучаемостью ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,01$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ), постановкой цели и пси-

хической подготовкой ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ), отрицательную взаимосвязь с совладанием с неприятностями ( $r=-0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Показатель совместной регуляции негативных эмоций имеет прямые корреляционные взаимосвязи с обучаемостью ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), постановкой цели и психической подготовкой ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) и отрицательные взаимосвязи с совладанием с неприятностями ( $r=-0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ) и свободой от негативных переживаний ( $r=-0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Юмор положительно взаимосвязан с совладанием с неприятностями ( $r=0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ) и отрицательно с обучаемостью ( $r=-0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=-0,46$ ;  $p\leq 0,05$ ), постановкой цели и психической подготовкой ( $r=-0,49$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Другими словами, если в процессе соревновательной деятельности запускается индивидуальный копинг в виде совладания с неприятностями и он оказывается эффективным, снижается необходимость совместного решения проблем; совместной регуляции эмоций, компенсации как защитного механизма в виде бессознательной попытки преодоления реальных и воображаемых проблем. При этом растет роль юмора и мотивирующей поддержки.

Копинг в виде обучаемости снижает необходимость мобилизации усилий и нахождения в состоянии боевой готовности.

Далее представлены корреляционные связи между показателями командных и индивидуальных копингов в послесоревновательный период. Количество взаимосвязей к окончанию соревновательной деятельности снижается.

Мобилизация усилий имеет прямую корреляционную взаимосвязь с обучаемостью ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), постановкой цели и психической подготовкой ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ), т. е. при мобилизации усилий спортсмены готовы учиться и ставить цели.

Социальное объединение имеет прямую взаимосвязь с совладанием с неприятностями ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), т. е. при объединении в группу спортсмены лучше справляются со стрессовыми ситуациями.

Компенсация отрицательно коррелирует с совладанием с неприятностями ( $r=-0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ) и положительно с обучаемостью ( $r=-0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=-0,53$ ;  $p\leq 0,01$ ), постановкой цели и психической подготовкой ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ), высшим достижением под действием стресса ( $r=0,51$ ;  $p\leq 0,01$ ), т. е. при компенсации спортсмены хуже учатся новому, меньше уверены в себе и в стрессе не готовы к достижениям.

Совместная регуляция негативных эмоций отрицательно коррелирует с совладанием с неприятностями ( $r=-0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ) и положи-

тельно с обучаемостью ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), постановкой цели и психической подготовкой ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ).

Юмор имеет прямую корреляционную взаимосвязь с совладанием с неприятностями ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,01$ ) и отрицательные взаимосвязи с обучаемостью ( $r=-0,48$ ;  $p\leq 0,01$ ), уверенностью в себе и мотивацией достижения ( $r=-0,38$ ;  $p\leq 0,01$ ) и постановкой цели и психической подготовкой ( $r=-0,47$ ;  $p\leq 0,01$ ), т. е. после соревнований спортсмены в большей степени готовы анализировать действия, ставить цели.

В целом от перехода от соревновательного этапа к послесоревновательному не меняется характер взаимосвязей, но значительно уменьшается их количество, что вполне объяснимо динамикой стрессового состояния, которое меняется вследствие устранения провоцирующего фактора в виде соревнований.

Утрачивается взаимосвязь индивидуальных копингов с совместным решением проблем и мотивационной поддержкой, так как их роль актуальна в процессе непосредственного воздействия стрессового фактора и выражается в формировании настроения на победу и обсуждение возникающих сложностей.

Остаются взаимосвязи индивидуальных копингов лишь с теми командными копингами, которые обеспечивают переработку эмоций, объединение членов команды и поддержку в виде шуток и юмора. Данные стратегии преодоления стресса позволяют пережить вкус победы или поражения, трансформировать негативные эмоции, наметить совместные планы на будущие действия, связанные с командной работой.

Подводя итог проведенному исследованию, отметим, что командные копинги в большей степени взаимосвязаны с индивидуальными на этапе соревновательной деятельности. На разных этапах подготовки спортсменов количество взаимосвязей меняется. Так, на послесоревновательном этапе количество взаимосвязей снижается, так как накал трудностей после выступления притупляется.

## Литература

- Горская Г. Б.* Организационный стресс в спорте: источники, специфика проявлений, направления исследований // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2012. № 4. С. 74–76.
- Киселев В. Ю.* О проблемах комплектования сборных экипажей в гребле на лодках типа «Дракон» // Проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы научной конференции. Хабаровск, 2002. С. 15–17.

- Крюкова Т. Л., Сапоровская М. В.* Индивидуальные и групповые тенденции совладания с трудностями в российских семьях // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2014. № 21. С. 71–77.
- Совмиз З. Р.* Особенности копинг-ресурсов спортсменов индивидуальных и командных видов спорта // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2023. № 1. С. 80–87.
- Lasarus R. S., Folkman S.* The concept of coping // Stress and coping: An anthology. N. Y.: Columbia University Press, 1991. P. 189–206.

## **Стресс-факторы и особенности копинг-поведения у лиц юношеского и зрелого возраста в период пандемии COVID-19**

*А. В. Солодухин, А. В. Серый*

Кемеровский государственный университет, Кемерово

Во время пандемии COVID-19 люди столкнулись с повышенным психологическим стрессом. В то же время до конца неизвестно, насколько пандемия повлияла на отношение людей к окружающим их стресс-факторам. Целью исследования стало изучение наиболее угрожающих для психического здоровья населения стресс-факторов и того, насколько эффективно люди им противостояли. Для этого было опрошено 216 человек от 19 до 57 лет, из которых 125 перенесли коронавирусную инфекцию. Было обнаружено, что наиболее значимыми стресс-факторами являлись осложнения от перенесенной коронавирусной инфекции, экономические потери и кардинальные изменения в повседневной жизни. Основным же способом борьбы со стрессовыми ситуациями во время пандемии COVID-19 стало усиление копинг-стратегии «самоконтроль».

*Ключевые слова:* стресс, копинг-стратегии, стрессоустойчивость, пандемия, COVID-19.

Пандемия коронавируса (COVID-19) до сих пор оказывает ряд негативных психологических последствий на людей во всем мире. Население многих стран испытало на себе достаточно широкий спектр проблем из-за влияния коронавируса, в том числе связанных с самим вирусом (осложнения от заболевания, повышенное беспокойство за друзей и семью, утрата кого-то из родных и близких), финансовыми трудностями (включая потерю работы или дохода, неспособность оплачивать счета) и проблемами с удовлетворением основных потребностей (таких

как доступ к достаточному количеству еды, лекарствам и поддержание безопасности собственного жилья) (Fluharty, Fancourt, 2021). Недавние исследования также выявили значительный рост психических заболеваний, усиление чувства изоляции и одиночества во время пандемии COVID-19 (Bu et al., 2020; Pierce et al., 2020). Некоторые авторы связывают данные психические нарушения с жесткими мерами по локализации очагов заражения через введение карантинных мероприятий (Anderson et al., 2020). Поскольку значительная часть населения мира испытала ту или иную форму психологического стресса во время пандемии, возникла актуальность проведения дополнительных исследований по изучению стресс-факторов и способов, которые помогают людям защититься от связанных с ними негативных переживаний.

В последние десятилетия психологи-исследователи все меньше ориентируются на изучение переживаний стресса и больше фокусируют свое внимание на исследование деятельности, которую человек предпринимает для того, чтобы справиться со стрессовыми событиями. Для такой формы стресс-преодолевающего поведения в психологической науке используется термин «копинг-поведение».

Влияние стресса на психологическое состояние зачастую определяется не объективными свойствами стресс-факторов, а выбором оптимальной для конкретной стрессовой ситуации копинг-стратегии (Солодухин и др., 2023). Большая часть исследований, проведенных в данной научной области, относится к когнитивно-феноменологическому подходу переработки стрессовой ситуации, сформулированному Р. Лазарусом и С. Фолкманом (*Psychological insights...*, 2020). Данная теория предполагает, что преодоление стресса состоит из двух основных этапов: первичной оценки стрессора (является ли данная ситуация для меня угрозой или благом) и вторичной когнитивной оценки ситуации (что можно предпринять для решения данной проблемы). В зависимости от стрессовой ситуации человек выбирает необходимую модель копинг-поведения, реализует ее и затем проводит оценку ее эффективности. Однако пандемия COVID-19 привела к тому, что на людей одновременно оказывало влияние значительное количество стресс-факторов: отсутствие эффективных методов лечения и профилактики, большое количество смертей среди ближайшего окружения, в том числе в странах с отличным медицинским обслуживанием, проблемы самого человека, последствия для финансового состояния и ряд других причин (Auerbach, Miller, 2020). В связи с этим возникла необходимость исследования наиболее значимых и угрожающих для психического здоровья населения стресс-факторов и оценки того, насколько эффективно люди справляются с ними.

Целью исследования стало изучить наиболее значимые стресс-факторы, способы их преодоления и особенности копинг-поведения у лиц юношеского и зрелого возраста в период пандемии COVID-19.

Исследование стресс-факторов и копинг-поведения у лиц юношеского и зрелого возраста в период пандемии проводилось с 2022 по 2023 г. с помощью специально разработанной анкеты и опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса. Анкета включала в себя вопросы на выявление особенностей психического состояния в период пандемии COVID-19, влияние эпидемиологических условий на изменение психики, и на выявление дополнительных факторов, способствующих нарушению психического самочувствия. Всего в исследовании приняли участие 216 человек от 19 до 57 лет, среди них 138 женщин (64%) и 76 мужчин (36%). По результатам анкетирования была выделена основная группа испытуемых с подтвержденным через ПЦР-тестирование диагнозом COVID-19 ( $n = 125$ ) и контрольная группа, не болевшая COVID-19 ( $n = 91$ ). Результаты проведенного анкетирования представлены в количественных и процентных ответах испытуемых, а опросника «Способы совладающего поведения» Лазаруса – в средних значениях и значениях стандартного отклонения. Полученные данные по копинг-стратегиям были подвергнуты статистическому анализу с использованием методов сравнения средних величин по  $t$ -критерию Стьюдента. Для проведения статистического анализа применялась программа Statistica v. 11.0.

Результаты анкетирования показали, что 124 (57%) респондента не испытали негативного влияния пандемии COVID-19 на их психологическое состояние. Остальная часть ( $n = 92$ ; 43%) отметила, что пандемия привела к различным изменениям психики вследствие различных стрессовых воздействий. Среди основных негативных стресс-факторов у респондентов, испытавших воздействие пандемии, были выделены следующие: осложнения после перенесенного заболевания ( $n = 66$ ; 72%); информация о личном заражении или заражении инфекцией COVID-19 близкого человека ( $n = 64$ ; 70%); экономические проблемы ( $n = 63$ ; 68%); негативные последствия условий или ограничений из-за пандемии ( $n = 57$ ; 62%); изменения на работе и в бытовой жизни ( $n = 46$ ; 52%); наличие в информационном поле дезинформации по поводу COVID-19 ( $n = 37$ ; 40%).

Из всех опрошенных у 108 (50%) респондентов были отмечены жалобы на повышенную утомляемость, у 54 (25%) проблемы со сном, 41 (19%) респондент указал на повышенную тревожность, 39 (18%) на апатию, 35 (16%) на раздражительность, 28 (13%) на снижение когнитивных функций и работоспособности, и 24 (11%) –

на социальное дистанцирование. Симптомы депрессии заметили у себя 97 (45%) респондентов, 13 (6%) респондентов испытывали страх смерти и 9 человек (4%) отметили появление суицидальных мыслей.

Для преодоления возникших психологических проблем лишь 50 (23%) человек высказали намерение обратиться за профессиональной помощью к психологу или психотерапевту. Среди основных причин обращения за психологической поддержкой были обозначены жалобы на депрессию ( $n = 23$ ; 11%), беспокойство за близких ( $n = 19$ ; 9%), потерю работы ( $n = 11$ ; 5%) и проблемы в общении с близкими ( $n = 9$ ; 4%). При этом в исследуемой выборке было замечено незначительное увеличение частоты употребления алкоголя или курения: примерно 10% респондентов отметили, что стали чаще обычного курить или употреблять спиртные напитки.

С целью исследования различий в преодолении стрессовых ситуаций между переболевшими COVID-19 и контрольной группой нами был проведен сравнительный анализ их копинг-поведения ( $n = 216$ ):

- средние показатели в группе не болевших COVID-19 ( $n = 91$ ): конфронтация ( $50,5 \pm 6,33$ ); дистанцирование ( $53,3 \pm 7,89$ ); самоконтроль ( $43,2 \pm 7,13$ ); поиск социальной поддержки ( $47,3 \pm 8,6$ ); принятие ответственности ( $50,4 \pm 7,04$ ); бегство—избегание ( $53,6 \pm 9,89$ ); планирование решения проблем ( $50,5 \pm 8,36$ ); положительная переоценка ( $52,0 \pm 6,32$ );
- средние показатели в группе переболевших COVID-19 ( $n = 125$ ): конфронтация ( $49,3 \pm 9,55$ ); дистанцирование ( $53,3 \pm 9,5$ ); самоконтроль ( $49,5 \pm 8,2$ ); поиск социальной поддержки ( $49,3 \pm 8,7$ ); принятие ответственности ( $48,4 \pm 11$ ); бегство—избегание ( $54,1 \pm 9,8$ ); планирование решения проблем ( $52,2 \pm 9,17$ ); положительная переоценка ( $50,2 \pm 11,7$ ).

Результаты сравнительного анализа указывают на то, что лица, перенесшие COVID-19, имеют более выраженный показатель копинг-стратегии «самоконтроль», чем люди, не переболевшие данным заболеванием ( $49,5 \pm 8,2$  и  $43,2 \pm 7,13$ , соответственно;  $p < 0,01$ ). Данная стратегия характеризуется попытками преодоления стрессовых ситуаций за счет сдерживания негативных эмоций и усиления контроля над своим поведением. Учитывая, что по результатам анкетирования почти половина респондентов отмечает ухудшение своего психоэмоционального состояния, данная копинг-стратегия может временно уменьшить «заражение» негативными эмоциями окружающих людей и снизить общий уровень их проявлений.



Согласно результатам исследования, наиболее значимыми стресс-факторами, усиливавшими психические нарушения во время пандемии COVID-19, были проблемы, связанные с осложнениями от протекания самого заболевания, экономические потери и кардинальные изменения в повседневной жизни. При этом лишь четверть опрошенных были готовы обратиться за профессиональной психологической помощью. Основным же способом преодоления стрессовых ситуаций, связанных с пандемией COVID-19, являлось усиление контроля над своим поведением и негативными эмоциями. С целью повышения эффективности оказания психологической помощи требуются учет данных изменений и проработка копинг-стратегий, направленных не только на снижение их негативного влияния на психологическое состояние, но и на рациональное преодоление стрессовых ситуаций.

### Литература

- Солодухин А. В., Серый А. В., Варич Л. А., Брюханов Я. И.* Факторная структура функционального состояния у лиц юношеского возраста в период пандемии COVID-19 // Сибирский психологический журнал. 2023. № 89. С. 152–163. doi: 10.1371/journal.pone.0282345
- Anderson R. M., Heesterbeek H., Klinkenberg D., Hollingsworth T. D.* How will country-based mitigation measures influence the course of the COVID-19 epidemic? // *The Lancet Psychiatry*. 2020. V. 395 (10228). P. 931–934. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30567-5
- Auerbach J., Miller B. F.* COVID-19 exposes the cracks in our already fragile mental health system // *American Journal of Public Health*. 2020. V. 110 (7). P. 969–970. doi: 10.2105/AJPH.2020.305699
- Bu F., Steptoe A., Fancourt D.* Who is lonely in lockdown? Cross-cohort analyses of predictors of loneliness before and during the COVID-19 pandemic // *Public Health*. 2020. V. 186. P. 31–34. doi: 10.1016/j.puhe.2020.06.036
- Floharty M., Fancourt D.* How have people been coping during the COVID-19 pandemic? Patterns and predictors of coping strategies amongst 26,016 UK adults // *BMC Psychology*. 2021. V. 9. P. 1–12. doi: 10.1186/s40359-021-00603-9
- Pierce M. et al.* Mental health before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal probability sample survey of the UK population // *The Lancet Psychiatry*. 2020. V. 7 (10). P. 883–892. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30308-4
- Psychological insights for understanding COVID-19 and health / Eds R. Sanderman, D. Kwasnicka. N. Y.: Routledge, 2020.

## Особенности личностного функционирования подростков в условиях психологического насилия

*А. Г. Фаустова*

Рязанский государственный медицинский университет имени академика  
И. П. Павлова, Рязань

Психологическое насилие является самым распространенным видом жестокого обращения с детьми и подростками. К отдаленным последствиям относятся структурно-функциональные дефекты головного мозга, соматические заболевания, психические и поведенческие расстройства, неудовлетворительное качество жизни. Цель исследования — оценить особенности личностного функционирования подростков, подвергающихся психологическому насилию в семье. Обнаружено, что такие подростки испытывают трудности с эмоциональной и поведенческой саморегуляцией, склонны к импульсивным поступкам и предметной агрессии. В структуре самоотношения преобладает самообвинение, отмечается недостаток самоуважения и самопонимания. Депрессивная симптоматика проявляется пониженным фоном настроения, ангедонией, плаксивостью и истощаемостью.

*Ключевые слова:* жестокое обращение, психологическое насилие, личностное функционирование, самоотношение, подростковый возраст.

Любые насильственные действия — физическая или сексуальная агрессия, пренебрежение физиологическими нуждами — сопровождаются психологической жестокостью. При этом психологическое насилие в качестве отдельного вида жестокого обращения с детьми является наиболее распространенным: на его долю приходится 36,3% всех случаев (Stoltenborgh et al., 2015). Критериальными показателями психологического насилия мы предлагаем считать регулярность актов психологически жестокого обращения на протяжении длительного периода времени, наличие стереотипной модели поведения агрессора, формирование комплекса негативных эмоциональных переживаний у пострадавшего, провоцирующих впоследствии искажения Я-концепции.

В отличие от других видов жестокого обращения, психологическому насилию не сопутствуют очевидные для посторонних, объективные признаки наступивших ближайших последствий — по своей сути оно является «невидимым». В связи с этим внимание исследователей преимущественно направлено на его отдаленные последствия в виде структурно-функциональных нарушений головного мозга

(Teicher et al., 2022), развития соматических заболеваний и психических расстройств (Norman et al., 2012; Taillieu et al., 2016), снижения социально-экономического статуса и качества жизни (Collins et al., 2023). В подавляющем большинстве случаев психологическое насилие, пережитое в детстве и подростковом возрасте, оказывает негативное влияние на формирование различных компонентов личности.

Так, несвоевременное формирование Я-образа, в особенности полоролевой идентичности, в младшем школьном возрасте связывается с отсутствием четкой идентификации ребенка с одним из родителей в условиях дисфункциональной семьи (Булыгина, Парахони, 2015). В качестве другого источника нарушений дифференциации личностной идентичности рассматривается использование детьми защитного механизма отрицания в отношении негативных эмоциональных переживаний, проявляемых внутри семьи, и семейной дисфункции в целом (Иванова, 2001).

Такие признаки дисфункциональной семьи, как закрытость семейной системы и повышенный уровень родительского контроля, оказывают негативное влияние на формирование у ребенка системы отношений к самому себе, другим людям и окружающему миру (Булыгина, Парахони, 2015). У подростков, подвергающихся психологическому насилию в семье, наблюдаются угнетенность, негативная оценка собственной личности, импульсивность, трудности с эмоциональной и поведенческой саморегуляцией, уверенность в собственной неэффективности (Дементий, 2016).

*Цель* исследования – изучение особенностей личностного функционирования подростков в условиях психологического насилия со стороны близких родственников.

В качестве *гипотезы* выступило предположение о том, что подростки, подвергающиеся психологическому насилию в семье, демонстрируют негативные показатели личностного функционирования на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы были сформированы две выборки. Экспериментальную выборку составил 41 человек: 13 мальчиков и 28 девочек, средний возраст – 15,17 лет. Критерием включения в экспериментальную группу являлся самоотчет подростка об опыте психологического насилия (но не других видов жестокого обращения) со стороны близких родственников, полученный с помощью русскоязычной версии международного опросника ICAST-C (ISPCAN Child Abuse Screening Tool Children's Version). В контрольную группу вошли 30 человек: 13 мальчиков и 17 девочек, средний возраст – 15,06 лет. Согласно результатам

заполнения опросника ICAST-C, подростки из контрольной группы никогда не подвергались жестокому обращению со стороны близких родственников.

Для получения массива эмпирических данных использовали следующие стандартизированные методики: 1) схемный опросник Дж. Янга (Young Schema Questionnaire, YSQ S3R), адаптированный П. М. Касьяником, Е. В. Романовой; 2) тест-опросник самооотношения (ОСО) В. В. Столина и С. Р. Пантилеева; 3) опросник Л. Г. Почебут для диагностики агрессивности; 4) опросник детской депрессии М. Ковач (M. Kovacs), адаптированный С. В. Воликовой, О. Г. Калиной, А. Б. Холмогоровой.

Математико-статистический анализ предусматривал подсчет описательной статистики и сравнение экспериментальной и контрольной выборок с помощью непараметрического U-критерия Манна–Уитни.

Проведение исследования было одобрено Локальным этическим комитетом ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России (протокол № 7 от 11.01.2023).

Межгрупповое сравнение показателей, полученных с помощью схемного опросника Дж. Янга, обнаружило, что экспериментальная и контрольная выборки статистически значимо различаются по уровню выраженности ранней дезадаптивной схемы «Недостаточность контроля» ( $U_{\text{эмп.}} = 387,5$ ,  $p < 0,01$ ). Данная ранняя дезадаптивная схема относится к домену нарушенных границ. В нашем исследовании выявлено, что она преобладает среди участников экспериментальной группы – у подростков, подвергающихся психологическому насилию. Такой результат позволяет предположить, что они испытывают трудности с эмоциональной и поведенческой саморегуляцией, склонны к импульсивным поступкам. Авторы оригинальной версии методики и ее русскоязычной адаптации связывают формирование данной ранней дезадаптивной схемы с тем, что в процессе воспитания родители не уделяли должное внимание дисциплине и недостаточно контролировали ребенка. Однако следует принять во внимание, что нейронные механизмы самоконтроля в этом возрасте еще находятся на финальной стадии своего функционального созревания. Статистически значимых различий в уровне выраженности других ранних дезадаптивных схем не было выявлено, что может быть обусловлено незавершенностью их становления, в частности, в экспериментальной группе – в условиях продолжающегося воздействия психологической травматизации.

Экспериментальная и контрольная выборки статистически значимо различаются по уровню выраженности следующих параметров от-

ношения к себе: глобальное самоотношение ( $U_{\text{эмп.}} = 362, p < 0,01$ ), самоуважение ( $U_{\text{эмп.}} = 358,5, p < 0,01$ ), уверенность в себе ( $U_{\text{эмп.}} = 440, p < 0,05$ ), самообвинение ( $U_{\text{эмп.}} = 350,5, p < 0,01$ ) и самопонимание ( $U_{\text{эмп.}} = 395, p < 0,05$ ). Подростки из экспериментальной группы, подвергающиеся психологическому насилию, демонстрируют в целом более негативное отношение к собственной личности. В отличие от сверстников из контрольной группы, они меньше верят в свои силы и способность контролировать собственную жизнь, что сочетается с выраженностью у них ранней дезадаптивной схемы «Недостаточность контроля». Обращает на себя внимание драматическая разница в уровне выраженности самообвинения: подростки с опытом психологического насилия склонны к самоуничижению, враждебно настроены по отношению к собственному Я, фиксируются на своих недостатках. В этом, по нашему мнению, можно проследить и влияние психотравмирующего опыта детско-родительских отношений.

Обнаружены статистически значимые различия между исследуемыми группами в уровне выраженности депрессивной симптоматики: негативное настроение ( $U_{\text{эмп.}} = 330,5, p < 0,01$ ), неэффективность ( $U_{\text{эмп.}} = 274, p < 0,01$ ), ангедония ( $U_{\text{эмп.}} = 346,5, p < 0,01$ ), негативная самооценка ( $U_{\text{эмп.}} = 390, p < 0,01$ ). Подросткам из экспериментальной выборки, которые подвергаются психологическому насилию, свойственны общее снижение настроения, высокий уровень истощаемости, ангедония и склонность к плаксивости, негативная самооценка. Кроме того, они достоверно чаще демонстрируют убежденность в собственной неэффективности в отношении различных школьных активностей. Наиболее тревожными признаками следует признать их субъективное ощущение одиночества и наличие суицидальных тенденций. У подростков из контрольной выборки, в отчетах которых не упоминается опыт психологического насилия, показатели выраженности депрессивных симптомов соответствуют статистическим нормам.

Межгрупповые различия обнаружены в уровне выраженности следующих параметров агрессивного поведения: предметная агрессия ( $U_{\text{эмп.}} = 359, p < 0,01$ ), эмоциональная агрессия ( $U_{\text{эмп.}} = 369, p < 0,01$ ), самоагрессия ( $U_{\text{эмп.}} = 442, p < 0,05$ ). Для подростков из экспериментальной выборки данные формы агрессии более характерны, чем для их сверстников из контрольной группы без опыта психологического насилия. Однако в обеих выборках средние значения находятся в пределах статистической нормы. Подростки, подвергающиеся психологическому насилию, в агрессивной среде чувствуют себя слабыми и беззащитными. Если у них возникает агрессия по отношению к окружающим людям, то они стараются перенести ее на предметы. В межличностном

общении им свойственно демонстрировать подозрительность, неприязнь и враждебность, в связи с чем в отношениях зачастую возникает эмоциональное отчуждение. Логично предположить, что опыт психологического насилия провоцирует переживание собственной незащитности, склонность к подозрительности и враждебности, которые в некоторых ситуациях явно приобретают функции защитных механизмов.

Итак, личностное функционирование подростков с опытом психологического насилия действительно отличается от такового у сверстников, никогда не подвергавшихся психологически жестокому обращению со стороны близких родственников. Психологическое насилие в семье, выступая в качестве фона развития и усложнения структуры личности в подростковом возрасте, приводит к актуализации негативного самоотношения, в частности — к преобладанию самообвинения, недостатку самоуважения и самопонимания. Эмоциональная сфера личности характеризуется преобладанием депрессивной симптоматики в виде пониженного фона настроения, ангедонии, повышенной истощаемости и плаксивости. Подростки, подвергающиеся психологическому насилию, испытывают трудности с эмоциональной и поведенческой саморегуляцией, склонны к импульсивным поступкам. Сталкиваясь с психологической агрессией, они чувствуют себя незащитными и неэффективными, при этом собственную агрессию по отношению к окружающим людям стараются направлять на предметы.

К перспективам данного направления научных исследований следует отнести более дифференцированное изучение влияния различных форм психологического насилия (вербальная и невербальная агрессия, активные и пассивные акты жестокого обращения) на формирование личностной идентичности и самосознания детей и подростков.

### Литература

- Булыгина В. Г., Парахони А. А.* Формирование идентичности у детей младшего школьного возраста в дисфункциональных семьях // Вопросы современной педиатрии. 2015. Т. 14. № 1. С. 114–118. doi: 10.15690/vsp.v14i1.1269
- Дементий Л. И.* Психологическое насилие в семье как угроза формированию субъектных черт личности // Вестник Омского университета. Сер. «Психология». 2016. № 4. С. 18–23.
- Иванова И. В.* Влияние переживаний на развитие личностной идентичности у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2001.

- Collins S., Orth T., Brunton R., Dryer R.* Child abuse and well-being: Examining the roles of self-compassion and fear of self // *Child Abuse & Neglect*. 2023. V. 138. P. 106089. doi: 10.1016/j.chiabu.2023.106089
- Norman R. E., Byambaa M., De R., Butchart A., Scott J., Vos T.* The long-term health consequences of child physical abuse, emotional abuse and neglect: A systematic review and meta-analysis // *PLoS Medicine*. 2012. V. 9 (11). P. e1001349. doi: 10.1371/journal.pmed.1001349
- Stoltenborgh M., Bakermans-Kranenburg M. J., Alink L. R. A., van IJzendoorn M. H.* The prevalence of child maltreatment across the globe: Review of a series of meta-analyses // *Child Abuse Review*. 2015. V. 24. P. 37–50. doi: 10.1002/car.2353
- Taillieu T. L., Brownridge D. A., Sareen J., Afifi T. O.* Childhood emotional maltreatment and mental disorders: Results from a nationally representative adult sample from the United States // *Child Abuse & Neglect*. 2016. V. 59. P. 1–12. doi: 10.1016/j.chiabu.2016.07.005
- Teicher M. H., Gordon J. B., Nemeroff C. B.* Recognizing the importance of childhood maltreatment as a critical factor in psychiatric diagnoses, treatment, research, prevention and education // *Molecular Psychiatry*. 2022. V. 27. P. 1331–1338. doi: 10.1038/s41380-021-01367-9

## **Психологические ресурсы в реализации обучающей деятельности**

*М. В. Федотова*

Реабилитационно-образовательный центр № 105, Москва

Обосновывается научная необходимость сравнительного анализа выбора профессиональной траектории педагога в зависимости от его жизненной истории. Предпочтение учителем определенного контингента обучающихся (детей с нормативным развитием или с ограниченными возможностями здоровья) взаимосвязано с конфигурацией его психологических ресурсов. Специфика организации и реализации образовательного процесса, а также особенности взаимодействия с детьми, обладающими определенными ментальными особенностями может представлять собой ресурс для учителя. В качестве парадигмы используются системно-субъектный, ресурсный и динамический подходы к изучению личности и субъекта.

*Ключевые слова:* педагог, педагогическая деятельность, личность, субъект, специальное образование, психологические ресурсы.

Глобализация, геополитические кризисы и динамичное изменение экономической ситуации в России и во всем мире предъявляют высокие требования к человеку как субъекту жизни, ответственному за свою продуктивность и конфигурацию выборов, обуславливающих его деятельность, общение, отношения и самореализацию.

Исследуя личность, Л. И. Анцыферова придерживалась гуманистического подхода к человеку, согласно которому личностное развитие, личностный рост, расширение духовной сферы и интересов доступны каждому. Людмила Ивановна указывала на то, что личность существует в процессе постоянного несовпадения с собой, выхода за свои пределы, поскольку в условиях динамичного изменения окружающей действительности необходимо обладать гибкостью и способностью к изменению своих психологических качеств. Для сохранения устойчивости личность должна меняться (Анцыферова, 2006).

В интервью, опубликованном в разделе «Воспоминания, размышления, беседы» «Психологического журнала», Л. И. Анцыферова подчеркнула, что «задача исследователя — „вытащить“ основные составляющие и механизмы работы внутреннего мира человека, которые реально обеспечивают ему благополучие, комфортное существование или деформируют его жизненный путь, но он сам этого не осознает» (там же, с. 498).

Обсуждая проблему соотношения субъекта и личности Л. И. Анцыферова акцентировала внимание на том, что «личность как субъект «ваяет» себя, выстраивая и создавая пространство собственной жизни, уникальный жизненный мир. Субъект ставит цели и намечает жизненные планы, избирает стратегии жизни» (там же, с. 223).

Продолжая исследовать проблему соотношения субъекта и личности, Е. А. Сергиенко рассматривает личность как носителя содержания внутреннего мира человека, а субъекта как «качественно определенный способ организации, саморегуляции личности, способ согласования внешних и внутренних условий осуществления деятельности во времени, центр координации всех психических процессов, состояний, свойств, а также способностей, возможностей и ограничений личности по отношению к объективным и субъективным целям, притязаниям и задачам деятельности» (Сергиенко, 2021, с. 129). Таким образом, развитие психологии субъекта позволило рассматривать личность как стержневую структуру субъекта, задающую направление движения, а субъект — как категорию, определяющую непосредственную реализацию заданной стратегии через координацию выбора целей с ресурсами индивидуальности.



В связи с этим особенно острой становится проблема психологических ресурсов, позволяющих выделить и охарактеризовать как актуальные, так и потенциальные возможности человека, акцентировать внимание на стратегиях совладания, способствующих позитивной адаптации к изменяющимся жизненным обстоятельствам.

Ресурсный подход позволяет исследовать не только актуализированное, но и потенциальное, смещая фокус внимания с дефицитарного на позитивное, на возможности справляться со стрессом и преодолевать жизненные задачи. Концептуализация значения индивидуального мира личности, включающего травматические события и их последствия для дальнейшей жизни, учитывая совладающие стратегии субъекта, вследствие которых появился как новый потенциал, так и ограничения в области ментальных ресурсов и специфики функционирования в социуме, дает возможность обнаружить взаимосвязи психологических ресурсов в обучающей деятельности.

Индивидуальные психологические ресурсы — это «особенности индивидуальных, когнитивных способностей анализировать и упорядочивать внешнюю и внутреннюю среду, создавать ментальные модели ситуации и событий, ментально оперировать внутренними моделями и представлениями, подготавливать решения, проявлять способность гибкого когнитивного контроля» (там же, с. 164).

В связи с этим интересным представляется вопрос определения профессионального пути. В частности, каким образом учителя выбирают путь профессиональной реализации? Почему одни педагоги работают с детьми с нормативным развитием, а другие предпочитают обучать детей с нарушениями в развитии? Отдельный интерес представляет проблема ресурсов в реализации обучающей деятельности, которая носит напряженный характер и требует от профессионала наряду со знанием специальности уметь выстраивать стратегии поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях, вызывающих тревогу. Обучение детей с ментальными нарушениями требует от специалиста больших затрат психических ресурсов.

Можно предположить, что профессиональная реализации и выбор детей, с которыми работает учитель (с нормативным развитием или с ОВЗ), взаимосвязаны с его жизненной историей и конфигурациями его психологических ресурсов. Кроме того, вероятно, организация и реализация процесса обучения и взаимодействие с детьми могут являться ресурсом для педагога.

Опираясь на подход к исследованию личности, разработанный Л. И. Анцыферовой, а также системно-субъектный и ресурсный подходы, проанализируем конфигурацию психологических ресурсов

у учителей разных возрастных групп, работающих в общеобразовательных и коррекционных школах. Выявим, каким образом субъект осуществляет обучающую деятельность, что является движущей силой его развития, на какие «сильные» стороны педагог опирается, какие условия ему позволяют взаимодействовать с детьми, в том числе с учениками с ментальными нарушениями, какие возможности для собственного развития приобретает личность, осуществляя обучающую деятельность.

Л. И. Анцыферова исследовала личность как открытую, постоянно развивающуюся систему, рассматривая критически ее анализ с точки зрения совокупности черт, параметров, иерархий ценностей, мировоззрения, убеждений и т. д., поскольку все эти характеристики представляют собой результат «конструирования личностью себя и своих жизненных миров, исходы напряженных „движений“ душевной жизни, ее „произвола“. <...> Иными словами, личность соразмерна не деятельности и даже не жизненному пути, а целостному индивидуальному пространству и времени творимой ей жизни» (Анцыферова, 2006, с. 220).

Поэтому в исследовании планируется сочетать качественные и количественные методы сбора и анализа данных. С помощью опросников и тестов проследим общие закономерности, а используя качественные методы – проанализируем дискурс и нарратив. Следуя общей схеме, изучим психологические ресурсы, соотношение личностных и субъектных характеристик у учителей общеобразовательных и коррекционных школ. Эти задачи реализуются через ряд конструктов: контроль поведения, личностные установки, ценности и смыслы, соладающее поведение, психологические защиты и копинг-стратегии.

Определяя категорию субъекта как центральную в системно-субъектном подходе, Е. А. Сергиенко выделяет специфические функции субъекта: когнитивную – понимание, регулятивную – контроль поведения, коммуникативную – субъект-субъектные или субъект-объектные отношения) и личности (когнитивная функция – порождение смыслов, личностных смыслов, смысложизненных ориентаций, направленности; регулятивная – переживание; коммуникативная – направленность на определенные значимые аспекты реальности) (Сергиенко, Виленская, Ветрова, 2023). Для исследования психологического уровня регуляции поведения, реализующего индивидуальные ресурсы психической организации человека, мы используем опросник «Контроль поведения» (там же).

Для анализа личностных особенностей, черт личности, установок, ценностей и смыслов можно привлечь ряд методик: «Тест смысложиз-

ненных ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева, шкалу «Локатор Большой пятерки» (TheBigFiveLocator,) Дж. Ховарда, П. Медина и Ж. Ховард в адаптации Л. Ф. Бурлачук и Д. К. Королёва (ЛБП) и Короткий опросник «Темной тетрады» (Short Dark Tetrad questionnaire, SD4) в адаптации Д. С. Корниенко, В. К. Вязовкиной, И. С. Горностаева.

Методика «Исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман» в адаптации М. А. Падун и А. В. Котельниковой позволяет оценить глубинные представления субъекта об окружающем мире и о себе, оказывающие влияние на его мышление, эмоциональные состояния и поведение. Данная методика позволяет исследовать не только личностные, но и субъектные характеристики, так как отображает ресурсы человека и их мобилизацию.

Л. И. Анцыферова предлагала изучать личность с позиций динамического подхода, согласно которому она является живой и подвижной системной целостностью — «развертывает, совершенствует, развивает себя в социально значимой совокупной деятельности, реализующей многообразные общественные отношения» (Анцыферова, 1981, с. 18). Поэтому ресурсы рассматриваются не изолированно, а в контексте их взаимодействия с факторами риска и противодействия, учитывая психическую травму испытуемых, способы совладания с ней и механизмы психологических защит.

Таким образом, выявление организации и динамики внутренних ресурсов позволит интерпретировать соотношение личностных и субъектных функций в процессе осуществления учителями педагогической деятельности в особых условиях работы с детьми с ментальной недостаточностью.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 2. С. 8–18.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Сергиенко Е. А.* Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.
- Сергиенко Е. А., Виленская Г. А., Ветрова И. И.* Новый метод оценки психической регуляции — опросник «Контроль поведения» // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16. № 1. С. 182–200. doi: 10.17759/expsy.2023160111

## **Психология повседневности в работах Л. И. Анцыферовой: история, актуальные проблемы и перспективы исследований\***

*Н. Е. Харламенкова*

Институт психологии РАН, Москва

Цель статьи состоит в обосновании актуальности изучения проблем психологии повседневности и доказательстве наличия связи между современными исследованиями этой тематики и работами Л. И. Анцыферовой. Показано частичное изменение предметной области психологии повседневности за последние тридцать лет; выделены актуальные задачи исследования. Приведены критерии дифференциации признаков повседневного стресса, стресса, связанного с трудными жизненными событиями, и травматического стресса, а именно: деструктивность влияния стрессора, наличие угрозы жизни и здоровью; предсказуемость воздействия; регулярность влияния стрессора; обратимость последствий; востребованность системного копинга. Определены признаки сходства разных видов переживания стресса и различия между ними.

*Ключевые слова:* психология повседневности, повседневный стресс, трудные жизненные ситуации, травматический стресс.

С самого начала своей профессиональной деятельности Людмила Ивановна Анцыферова работала над проблемами, значимость которых становилась очевидной для исследователей лишь спустя многие годы. Открытие новых областей знания задолго до их интенсивного обсуждения научным сообществом не было случайным явлением, но происходило вполне закономерным образом, благодаря устойчивому интересу ученого к новейшим разработкам зарубежных (К. Левин, Ж. Пиаже, А. Валлон, П. Жане и др.) и отечественных (Б. Г. Ананьев, А. В. Брушлинский, С. Л. Рубинштейн) исследователей, посвященных описанию оригинальных подходов к психологическому изучению мышления, личности, к построению теоретических моделей и обоснованию методологических принципов психологии.

В 1993 г. в периодическом издании «Психологический журнал» выходит статья Л. И. Анцыферовой «Психология повседневности: жизненный мир личности и „техники“ ее бытия», в которой излагается ряд идей, касающийся теории личности Ханса Томе (Анцыферова, 1993). Не останавливаясь на основных положениях этой теории, отме-

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

тим, что благодаря работам Томе специалисты в области общей психологии, психологии личности, клинической психологии все большее внимание стали уделять психобиографическому методу, используемому для того, чтобы «воссоздать целостность течения тех или иных отрезков жизни человека... чтобы каждый... биографический эпизод оказался включенным в целостную смысловую связь биографии человека» (Анцыферова, 2004, с. 330).

По своему содержанию и методам исследования работы, выполненные Томе, были отнесены к области психологии повседневности, согласно основным положениям которой любой жизненный эпизод требуется соотносить с биографией человека, с картиной мира личности. Анцыферова пишет, что при таком подходе «каждый момент повседневной жизни предстает перед психологом в своей многокачественности и индивидуальном своеобразии» (там же, с. 335).

Причиной интенсивного развития психологии повседневности стала сложившаяся на тот момент ситуация, при которой исследование личности предполагало приписывание респонденту устойчивых черт, качеств, характеристик; отсутствовала необходимость в обращении к собственному жизненному опыту человека; «личность как критическое и мыслящее существо» практически не рассматривалась (с. 330).

Цель настоящей статьи — обосновать актуальность и перспективность изучения проблем психологии повседневности, показать связь современных исследований с работами Л. И. Анцыферовой, выделить признаки повседневного стресса.

Интересно проследить историю и тематику исследований, выполненных по психологии повседневности (daily life) начиная с середины 1990-х годов, т. е. с момента подготовки и публикации Анцыферовой статьи, посвященной концепции Х. Томе.

В последнее десятилетие XX и начале XXI в. большинство статей по данной проблематике было посвящено анализу повседневной активности человека (everyday activity, everyday functioning) и оценке эмоциональных состояний, негативных событий и стресса (Baltes, Lang, 1997; Lavallee, Campbell, 1995), в том числе в пожилом возрасте. Данная тенденция устойчиво сохраняется и до настоящего времени, при этом изучение проблемы повседневной активности расширяется за счет исследования удовлетворенности жизнью, психологического благополучия; все более интенсивно, начиная со второго десятилетия XXI в., разрабатывается проблема регуляции эмоций (см., например: Brans et al., 2013).

В современных работах по психологии повседневности наблюдается смещение тематики исследования в сторону анализа нега-

тивных, существенно реже — позитивных эмоций, их регуляции, изучения стресса и депрессии в текущей жизни (Koval et al., 2023). Актуальной остается проблема повседневной активности и психологического благополучия. Интенсивное развитие электронных средств позволило по-новому оценивать текущее состояние человека и его изменение в течение суток и более. Данный вид регистрации психических состояний и поведения получил название экологической моментальной оценки (Ecological momentary assessment (EMA)). Сейчас она широко используется для решения практических задач (например, в случае отслеживания изменения депрессивных и тревожных состояний) (Velkoff, Smith, 2023), а также для проведения научных исследований.

Перспективным следует считать обсуждение и эмпирическое исследование динамики доверия и недоверия с точки зрения регуляции отношений между людьми в контексте повседневной активности и взаимодействия (Weiss et al., 2021), а также анализ процесса забывания, который в повседневной жизни выполняет разные функции, в том числе такие, как поддержание позитивного образа Я, содействие наиболее эффективному функционированию когнитивных процессов и др. (Fawcett, Hulbert, 2020). Открытие более тридцати лет назад для отечественных ученых такого направления в развитии науки, как психология повседневности, оказало серьезное влияние на появление новых и более интенсивную разработку уже известных психологам проблем. Так, согласно С. К. Нартовой-Бочавер, обращение к тематике и методам психологии повседневности способствовало углубленному развитию исследований в области психологии совладающего поведения, психологии личности и психологии среды, являлось источником новых доводов и аргументов, доказывающих методологическую валидность психологии субъекта (С. Л. Рубинштейн, А. В. Брушлинский). Психология повседневности, как пишет Нартова-Бочавер, «представляет собой конструктивную парадигму понимания личности, потому что... фокусируется на тех событиях и ситуациях, которые имеют повторяющийся, типичный характер и потому репрезентативны... изначально идиографична, так как выделяет существенные для каждого человека индивидуальные жизненные задачи... оптимистична, так как акцентирует самодостаточность повседневности для поддержания душевного здоровья... рассматривает и нагрузки, и ресурсы как соразмерные обычным человеческим задачам» (Нартова-Бочавер, 2019, с. 23).

Безусловно, тема стресса, его причин, проявлений и последствий занимает особое место среди других проблем, традиционно относя-

щихся к психологии повседневности, что подтверждается использованием специального термина – «повседневный стресс».

При обсуждении особенностей повседневного стресса часто обращаются к анализу вызывающих его стрессоров, таких как учебные нагрузки, текущие профессиональные и семейные обязанности, сезонные и межсезонные ритмы заболеваемости и др. При этом само явление повседневного стресса принимается во внимание реже, чем обсуждение видов и типов стрессовых факторов.

Наиболее простой способ решения этой проблемы заключается, с нашей точки зрения, в определении особенностей повседневного стресса путем сравнения его признаков с показателями стресса, связанного с трудными событиями, такими, например, как экзамен, смена места жительства и др., и с особенностями травматического стресса, риск развития которого обусловлен воздействием экстремальных стрессоров – природных и техногенных катастроф, насилия и др. Подобное сопоставление требует выделения критериев, ориентация на которые позволит соотнести разные виды стресса, избегая их попарного сравнения.

Предлагаемые нами критерии можно использовать для дифференциации повседневного стресса, стресса на трудные и стресса на экстремальные события лишь с определенной долей вероятности, что обусловлено опосредованным влиянием множества дополнительных переменных, таких, например, как различия в уровне психологического благополучия и жизнеспособности личности, наличие или отсутствие кумулятивного эффекта, т. е. эффекта накопления повседневного стресса и его повышения до уровня переживания, близкого к стрессу на трудные и даже экстремальные события, доступность социальной поддержки и др.

Не исключая влияния побочных факторов, отметим, что критериями, позволяющими дифференцировать указанные виды стресса, являются деструктивность влияния стрессора, наличие угрозы жизни и здоровью; предсказуемость воздействия; регулярность влияния стрессора; обратимость последствий; востребованность системного копинга. Заметим, что указанные критерии дифференциации стрессовых переживаний в большей степени касаются особенностей описания того или иного стрессора. Учитывая этот факт, рассмотрим признаки стрессовых состояний личности, наблюдаемые в повседневных, трудных и экстремальных ситуациях.

Травматический стресс, вызванный воздействием интенсивного стрессора, связан с переживанием страха смерти, с дезадаптацией вследствие непредсказуемости его влияния и с чувством утраченных

возможностей из-за необратимости последствий воздействия, драматичный характер которого может быть частично преодолен за счет актуализации процессов гиперкомпенсации и системного копинга.

Между повседневным стрессом и стрессом, вызванным трудными жизненными ситуациями, больше сходства, чем различий. Предсказуемость и в целом неструктурный характер переживания этих видов стресса, обратимость последствий и отсутствие необходимости в системном копинге демонстрируют естественный характер наступления данных событий, что позволяет субъекту использовать различные приемы регуляции мотивационных и эмоциональных состояний до, после и во время их влияния, рассматривать подобные обстоятельства как источник личностного роста. Отличие повседневного стресса от стресса, связанного с трудными жизненными событиями, состоит в повторяемости, регулярности, обыденности первого. Включенность повседневного стресса в жизнь личности имеет свои положительные стороны, так как благодаря ей стресс поддерживает общий жизненный тонус человека, обеспечивает связанность, последовательность и цикличность событий, задает определенный ритм жизни, делает ее предсказуемой. Негативная сторона повседневного стресса проявляется в рисках развития хронических стрессовых состояний, выступающих в качестве предикторов развития интенсивного стресса, который истощает ресурсы преодоления дезадаптации и в случае экстремальных жизненных ситуаций усугубляет и без того тяжелое эмоциональное состояние человека.

С нашей точки зрения, именно повседневный стресс является тем психологическим инструментом, с помощью которого человек учится творить, ощущая себя активным создателем своей жизни, регулирует нарастающую эмоциональную напряженность с целью достижения позитивного результата. Этот вывод и многие другие высказанные нами ранее идеи можно рассматривать в качестве закономерного продолжения исследований, выполненных Л. И. Анцыферовой по психологии повседневности, смысл которых сконцентрирован в следующей фразе: «человек постоянно творит свой мир повседневности, учитывая связи между тематическими структурами, когнитивными репрезентациями и создавая ответы на требования мира» (Анцыферова, 2004, с. 347).

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–17.



- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Нартова-Бочавер С. К.* Жизненная среда как источник стресса и ресурс его преодоления: возвращаясь к психологии повседневности // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 15–17.
- Baltes M. M., Lang F. R.* Everyday functioning and successful aging: The impact of resources // *Psychology and Aging*. 1997. V. 12 (3). P. 433–443. doi: 10.1037/0882-7974.12.3.433
- Brans K., Koval P., Verduyn P., Lim Y. L., Kuppens P.* The regulation of negative and positive affect in daily life // *Emotion*. 2013. V. 13 (5). P. 926–939. doi: 10.1037/a0032400
- Fawcett J. M., Hulbert J. C.* The many faces of forgetting: Toward a constructive view of forgetting in everyday life // *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*. 2020. V. 9 (1). P. 1–18. doi: 10.1016/j.jarmac.2019.11.002
- Koval P., Kalokerinos E. K., Greenaway K. H., Medland H., Kuppens P., Nezlek J. B., Hinton J. D. X., Gross J. J.* Emotion regulation in everyday life: Mapping global self-reports to daily processes // *Emotion*. 2023. V. 23 (2). P. 357–374. doi: 10.1037/emo0001097
- Lavallee L. F., Campbell J. D.* Impact of personal goals on self-regulation processes elicited by daily negative events // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. V. 69 (2). P. 341–352. doi: 10.1037/0022-3514.69.2.341
- Velkoff E. A., Smith A. R.* Feeling the urge: Using ecological momentary assessment to test the relationship of interoception with disordered eating and nonsuicidal self-injury // *Journal of Psychopathology and Clinical Science*. 2023. V. 132 (1). P. 78–90. doi: 10.1037/abn0000794
- Weiss A., Michels C., Burgmer P., Mussweiler T., Ockenfels A., Hofmann W.* Trust in everyday life // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2021. V. 121 (1). P. 95–114. doi: 10.1037/pspi0000334

## **Динамика рефлексивной регуляции психических состояний студентов\***

*А. В. Чернов*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

В статье представлены результаты изучения роли рефлексии в динамике регуляции психических состояний студентов. Исследование осуществле-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта РФФ, проект № 23-18-00232.

но в несколько этапов на одной и той же выборке студентов на начальной и завершающей стадиях обучения в вузе в повседневной и напряженной ситуациях учебной деятельности. Методологической основой исследования выступает концептуальная модель структурно-функциональной организации ментальной регуляции психических состояний А. О. Прохорова. Установлены как прямые связи влияния рефлексии на составляющие психических состояний, так и опосредованные, сопряженные с выбором способов и приемов саморегуляции состояний. Выявлено, что в ходе обучения в вузе возрастает включенность как рефлексивных структур, так и способов саморегуляции в регуляцию психических состояний студентов.

*Ключевые слова:* психическое состояние, рефлексия, саморегуляция, ментальная регуляция, динамика, студент.

Проблема регуляции психических состояний является одной из наиболее актуальных в современной психологической науке и практике. Необходимость адекватной саморегуляции состояний обусловлена наличием постоянно возникающих «трудных» ситуаций жизнедеятельности. В отечественной психологии сложилась традиция трактовки саморегуляции как целесообразной активности по организации и управлению поведением, деятельностью, психическими процессами и состояниями человека (Моросанова, 2021). Согласно А. К. Осницкому (Осницкий, 2007), составляющие саморегуляции в сознании человека представлены в виде целей, освоенных умений и образов управляющих воздействий, привычных оценок переживания успеха и ошибочности действий, а механизмами их осознания выступают рефлексия и переживание.

Важнейшим условием саморегуляции собственного состояния является осознание человеком необходимости в его изменении, что, в свою очередь, связано с актуализацией структур сознания и регуляторных механизмов субъекта. На наш взгляд, именно ментальные структуры (рефлексивные, смысловые, система Я, образные и др.) наряду с регуляторными свойствами личности и операциональными средствами саморегуляции выступают в качестве ключевого фактора регуляции психического состояния человека.

Методологической основой нашего исследования стала предлагаемая А. О. Прохоровым концептуальная модель структурно-функциональной организации ментальной регуляции психических состояний (Прохоров, 2021). Модель представлена следующими компонентами: ситуация/событие – структуры сознания – операциональные средства саморегуляции – динамика состояний. Изучение рефлексивных структур в ментальной регуляции психических состояний показы-

вает, что вовлеченность рефлексивных механизмов определяется целью регуляции – потребностью изменения психического состояния как несоответствующего ситуации и условиям жизнедеятельности. Вклад рефлексивных процессов в саморегуляцию психического состояния связан с переносом внимания с основной деятельности на самого себя, что делает возможным осознанное самовоздействие, приводя к изменению состояния (Прохоров, Чернов, 2019).

В рамках данного исследования ключевым является понятие динамики, поскольку вместе с развитием личности по мере обучения в вузе происходит и становление системы ментальной регуляции психических состояний. Изучение динамики психологической организации личности предполагает «раскрытие работы психологических механизмов осуществления личностью себя, не только ее изменения, но и воспроизведения, утверждения достигнутого» (Анцыферова, 1990, с. 8). В этом контексте личность рассматривается «как живая подвижная системная целостность, которая развертывает, изменяет, преобразует и развивает себя в социально значимой совокупности деятельности, реализуя многообразные общественные отношения» (Харламенкова, 2023, с. 471).

*Цель* настоящего исследования – выявить динамику рефлексивной регуляции психических состояний на начальной и завершающей стадиях обучения студентов в повседневных и напряженных ситуациях. Будут установлены как прямые связи влияния рефлексии на составляющие психических состояний, так и опосредованные, сопряженные с выбором способов и приемов саморегуляции состояний.

Исследование осуществлялось в два этапа на лекциях и экзаменах. На первом этапе, который проводился в 2019 г., были диагностированы психические состояния, способы их регуляции, регуляторные свойства студентов первого курса (всего – 48 человек). На втором этапе (2023 г.) была исследована та же группа студентов в количестве 49 человек с применением тех же методик. Далее с целью выявления динамики регуляторных структур были отобраны студенты, встречающиеся в обоих выборках (всего 39 человек). Психические состояния и способы их саморегуляции диагностировались в повседневной (на лекции) и напряженной (на экзамене) ситуациях деятельности. Остальные методики применялись вне ситуаций учебной деятельности.

В ходе исследования использованы следующие методики:

1. Методика «Рельеф психических состояний личности (краткий вариант)» (Прохоров, Юсупов, 2011).
2. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (Моросанова, 2001).

3. Анкета диагностики способов саморегуляции психических состояний, включающая в себя 35 способов и приемов регуляции (А. О. Прохоров, А. В. Чернов, М. Г. Юсупов).
4. «Методика диагностики рефлексивных процессов: распознавания, осознания и идентификации» (Прохоров, Чернов, 2019) для диагностики рефлексивных структур.
5. «Методика диагностики индивидуального уровня рефлексивности» (Карпов, Скитяева, 2005).
6. Методика «Самооценка уровня онтогенетической рефлексии» (Фетискин и др., 2002).
7. Методика уровня выраженности и направленности рефлексии М. Гранта в адаптации А. В. Карпова (Карпов, 2005).

В ходе исследования применялись: анализ средних значений, корреляционный анализ методом Спирмена. Далее подсчитывался индекс организованности структур (ИОС – сумма прямых и обратных корреляций), индекс когерентности структур (ИКС – сумма прямых корреляций) и индекс дифференцированности структур (ИДС – сумма обратных корреляций) для каждой составляющей (по методу А. В. Карпова, 2005). Связям на уровне статистической значимости  $p \leq 0,05$  приписывался 1 балл,  $p \leq 0,01$  – 2 балла и  $p \leq 0,001$  – 3 балла. В ходе анализа данных использовалась программа SPSS v. 23.0.

В ходе исследования было установлено, что характер взаимосвязи рефлексии и подструктур психических состояний зависит как от направленности рефлексии, так и от особенностей ситуации учебной деятельности. В повседневной ситуации обучения на первом курсе общий уровень рефлексивности негативно влияет на показатели активности поведения студентов ( $r = -0,533$  при  $p \leq 0,007$ ), то же касается и ретроспективной разновидности рефлексии ( $r = -0,424$  при  $p \leq 0,039$ ): высокая рефлексия способствует снижению параметров активности поведения в структуре психического состояния. Иные закономерности характерны для данной группы респондентов к завершающему курсу обучения, где отрицательные влияния рефлексии деятельности трансформируются в положительные связи рефлексивных структур и состояний. Здесь на первый план выходят показатели рефлексии состояний: распознавание и идентификация собственных переживаний положительно коррелируют с подструктурами когнитивных процессов ( $r = 0,522$  при  $p \leq 0,001$ ), переживания ( $r = 0,449$  при  $p \leq 0,007$ ) и с психическими состояниями в целом ( $r = 0,520$  при  $p \leq 0,001$ ). Рефлексия собственных состояний способствует повышению активности переживаний (повышению тонуса, улучшению настроения), а также про-

дуктивности когнитивных процессов (памяти, внимания, мышления), не затрагивая при этом активности поведения или соматических реакций в структуре состояний. Отметим, что от первого курса к четвертому повышается индекс когерентности структур взаимосвязей и снижается индекс дифференцированности.

В напряженной ситуации экзамена также обнаружена динамика изменений взаимосвязей типа рефлексии и интенсивности проявления психических состояний и их подструктур. На начальном этапе обучения в напряженной ситуации рефлексия снижает интенсивность состояний, еще больше (нежели на лекции) повышая показатель дифференцированности структуры. В первую очередь это касается соматических реакций и состояний в целом. Выраженность психических состояний отрицательно связана с ауторефлексией ( $r = -0,373$  при  $p \leq 0,046$ ), рефлексией прошлого опыта ( $r = -0,471$  при  $p \leq 0,010$ ) и прошедшей деятельности (ретроспективной рефлексией) ( $r = -0,377$  при  $p \leq 0,044$ ). К четвертому курсу обучения данный тип взаимосвязей распадается, однако напряженность ситуации не позволяет актуализировать устойчивые связи состояний и рефлексивных структур, характерные для повседневной ситуации. Ведущим показателем психических состояний становится показатель переживаний, с которым положительно связан уровень распознавания состояний ( $r = 0,357$  при  $p \leq 0,035$ ) и отрицательно – показатель рефлексии прошлого опыта студентов ( $r = -0,424$  при  $p \leq 0,011$ ).

Далее, рассмотрим роль рефлексии в выборе способов и приемов саморегуляции состояний. На первом курсе в повседневной ситуации преобладают отрицательные взаимосвязи рефлексивных структур и частоты выбора способов саморегуляции состояний (ИДС = 44, ИОС = 55). Ведущим типом рефлексии выступает ауторефлексия. Высокая направленность сознания на себя в ходе лекции связана с редким применением таких способов саморегуляции, как «Активация положительных волевых состояний», «Самоубеждение», «Самовнушение» и др. К старшему курсу обучения ИОС взаимосвязей возрастает, в то время как растет и когерентность структур (ИКС = 79, ИОС = 96). На первый план выходят показатели ауторефлексии, общего уровня рефлексии и рефлексии состояний. Ключевыми способами саморегуляции, связанными с актуализацией рефлексии, выступают «Размышление-рассуждение», «Рационализация поведения и действий» и «Самоконтроль».

В напряженной ситуации экзамена обнаружена иная картина взаимосвязей. На начальном этапе обучения взаимосвязь рефлексии и способов саморегуляции носит фрагментарный характер (ИОС = 16,

ИДС = 13) и связана с уровнем коммуникативной рефлексии студентов, причем с низким ее уровнем. Рефлексия общения связана с такими способами саморегуляции, как «Самоуспокоение», «Самоприказы», «Самоубеждение». К выпускному курсу количество взаимосвязей рефлексивных структур и способов саморегуляции в напряженной ситуации резко возрастает (ИОС = 143), причем взаимосвязи носят преимущественно прямой характер (ИКС = 118). Ведущим типом рефлексии выступает рефлексия состояния, которая напрямую связана с такими способами саморегуляции, как «Активация положительных волевых состояний», «Самоконтроль», «Использование настроев», «Повышение собственной мотивации» и «Поисковая активность». Обратный тип отношений установлен для «Концентрации внимания на другой деятельности» и «Избегания, ухода от контактов».

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Выявлена специфика взаимосвязи рефлексии и психических состояний у студентов на разных этапах обучения в вузе. В повседневной ситуации обучения происходит повышение когерентности и снижение дифференцированности структур. Рефлексия собственных состояний способствует повышению активности переживаний, а также продуктивности когнитивных процессов. На начальном этапе обучения в напряженной ситуации рефлексия снижает интенсивность состояний, а к четвертому курсу обучения данный тип взаимосвязей распадается, остаются лишь фрагментарные взаимодействия.
2. Установлена роль рефлексии в выборе способов и приемов саморегуляции состояний на разных этапах обучения. В повседневной ситуации обучения от первого курса к четвертому возрастает участие рефлексии в выборе способов саморегуляции, увеличивается когерентность структур. В напряженной ситуации экзамена по мере обучения включенность рефлексии в регуляцию состояний многократно возрастает: значительно возрастает актуализация как рефлексивных структур, так и способов саморегуляции различной направленности. Данный факт позволяет говорить о становлении системы ментальной регуляции психических состояний студентов в ходе обучения в вузе.

### Литература

*Анциферова Л. И.* Личность с позиций динамического подхода // Психология личности в социалистическом обществе: личность и ее жизненный путь / Отв. ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова. М.: Наука, 1990. С. 7–17.

- Карпов А. В., Скитяева И. М.* Психология метакогнитивных процессов личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
- Моросанова В. И.* Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М.: Наука, 2001.
- Моросанова В. И.* Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2021. № 1. С. 3–37. doi: 10.11621/vsp.2021.01.01
- Осницкий А. К.* Регуляция деятельности и направленность личности. М.: Московский экономико-лингвистический институт, 2007.
- Прохоров А. О.* Ментальные механизмы регуляции психических состояний // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 4. С. 182–204. doi: 10.17759/exppsy.2021140410
- Прохоров А. О., Чернов А. В.* Рефлексивная регуляция психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019.
- Прохоров А. О., Юсупов М. Г.* Методика измерения психического состояния в учебной деятельности студентов (краткий вариант) // Психология психических состояний: Сб. статей студентов, магистрантов, аспирантов и молодых ученых / Под ред. А. О. Прохорова. Казань: Казанский университет, 2011. С. 277–288.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. Изд-во Института психотерапии, 2002.
- Харламенкова Н. Е.* Динамический подход Л. И. Анцыферовой к психологическому исследованию личности: новые грани проблемы // Научные подходы в современной отечественной психологии / Под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленской. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 461–477.

## **Самореализация личности: духовный аспект**

*М. А. Шачинова*

Институт психологии РАН, Москва

Статья посвящена обобщению идей отечественных психологов, связанных с раскрытием потенциала человека, саморазвитием, которые рассматриваются в контексте духовного аспекта личностной самореализации. Теоретико-методологическую основу исследования составляют идеи С. Л. Рубинштейна, Л. И. Анцыферовой, К. А. Абульхановой, А. В. Бруш-

линского, В. В. Знакова, изложенные в русле субъектного подхода. Духовный аспект самореализации связывается с гуманистической проблематикой и высшими, общечеловеческими ценностями. Теоретический обзор литературных источников выявил представления о самореализации, соотносимые в разной степени с ее духовным аспектом.

*Ключевые слова:* самореализация, личностная самореализация, духовность, духовный аспект самореализации, личность, субъект, субъектность.

Актуальность изучения духовного аспекта личностной самореализации обуславливается как сложившейся ситуацией в стране и мире, так и недостаточной разработанностью данной области исследований в российской психологической науке.

В Указе Президента РФ от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» отмечается, что усилия, прилагаемые Российской Федерацией для развития духовного потенциала ее народа, способствуют повышению сплоченности российского общества, осознанию гражданами необходимости сохранения и укрепления традиционных ценностей в условиях глобального цивилизационного и ценностного кризиса, ведущего к утрате человечеством традиционных духовно-нравственных ориентиров и моральных принципов. Тем самым важная роль духовности для развития человеческого потенциала подчеркивается на государственном уровне. В этой связи особую актуальность приобретают психологические исследования проблемы духовного аспекта личностной самореализации.

В изучении личностной самореализации в отечественной психологии выделяются направления, связанные с возрастными особенностями, гендерными аспектами, личностными характеристиками. Исследования духовного аспекта самореализации малочисленны и нуждаются в теоретическом обосновании, что представляет научную проблему, требующую решения.

*Цель* исследования – рассмотреть представления отечественных психологов о развитии человека, его предназначении, имеющие отношение к личностной самореализации в ее духовном аспекте.

Теоретико-методологическую основу для изучения духовного аспекта личностной самореализации составляют идеи С. Л. Рубинштейна, Л. И. Анцыферовой, К. А. Абульхановой, А. В. Брушлинского, В. В. Знакова, изложенные в русле субъектного подхода.

Анализируя идеи С. Л. Рубинштейна применительно к вопросу самореализации, можно увидеть, что он рисует «облик человека-творца,



который, изменяя природу и перестраивая общество, изменяет свою собственную природу» (Рубинштейн, 2002, с. 644). Автор подчеркивает, что для личностного развития и позитивного самоизменения человеку необходима «внутренняя работа, в которой формируется личность в ее самых высших проявлениях» (там же, с. 678). Особенно необходимо выделить гуманистический взгляд С.Л. Рубинштейна на понимание процессов развития человека и его предназначения. В своей работе «Человек и мир» он определяет «параметры человеческого бытия», по которым измеряются масштабы человеческой личности. К числу таких параметров автор причисляет следующие: отношение человека к человеку; правильное отношение к бытию, к Вселенной – то, что формирует «человека большого плана, образует возвышенное, героическое начало в жизни человека»; отношение человека к прекрасному, эстетическое начало в человеке; отношение к истине, к познаваемому как осознанию и овладение тем, что есть на самом деле, как дух подлинности и правдивости» (Рубинштейн, 2003, с. 378).

Л. И. Анцыферова пишет о необходимости для человека «постоянного творения и креативной трансформации как себя, так и условий своей жизни» (Анцыферова, 2006, с. 223). Она также подчеркивает важность активности субъекта: «Личность как субъект „вояет“ себя, выстраивая и создавая пространство собственной жизни, уникальный жизненный мир» (там же). Развитие личности рассматривается автором как движение не только к будущему, но и к прошлому, и на этой основе делается вывод о том, что интеграция личности со своим прошлым, настоящим и будущим способствует повышению ее энергетического потенциала, смысловых возможностей, переходу на новые уровни развития. Л. И. Анцыферова подчеркивает, что в число особенностей субъекта необходимо включить качества, связанные с духовностью, гуманностью, добродетельностью, нравственностью и совестью.

В работах К. А. Абульхановой мы находим интереснейшие идеи о развитии человека, его предназначении, имеющие отношение к личностной самореализации в ее духовном аспекте. Автор отмечает, что духовная жизнь сама по себе является самоценной и приносит «глубочайшее удовлетворение, которое не дает ни достижение материальных благ, ни даже социальное призвание», и способность достичь такого способа жизни составляет ее подлинный смысл и главную цель. Она пишет, что в качестве критериев субъекта в концепции С.Л. Рубинштейна рассматривались «самодвижение, самодеятельность, саморазвитие и способность преобразования действительности, объекта» (Абульханова, 2005, с. 4). В своих работах она определяет, что лич-

ность как субъект жизни постоянно направлена на самосовершенствование, достижение идеала. Такая активность дает возможность личности осознать себя как субъекта, относиться к себе как к источнику жизненных изменений, причине событий и поступков.

А. В. Брушлинский определяет субъекта как человека, изучаемого на высшем для него уровне активности, целостности, автономности. На наш взгляд, данные характеристики субъекта имеют прямое отношение к личностной самореализации, поскольку таковые являются неотъемлемыми элементами в ее достижении человеком. Автор пишет о том, что человек как субъект (деятельностный, свободный и т. д.) всегда неразрывно связан с другими людьми и вместе с тем автономен, независим, относительно обособлен. Им признается абсолютная ценность человека как личности и субъекта с безусловными правами на свободу, саморазвитие и т. д. (Брушлинский, 2003).

В. В. Знаков называет духовность стержнем саморазвития и самоактуализации творческого потенциала личности. Особый интерес представляет мысль автора о том, что благодаря состояниям, называемым им духовными, «происходит самоактуализация субъекта, самореализация, развитие лучших качеств его личности» (Знаков, 2005, с. 150). По мнению автора, «развитие и самореализация духовного Я субъекта начинается тогда, когда он осознает необходимость определения для себя того, как он конкретно должен понимать общечеловеческие духовные ценности — истину, добро, красоту» (там же, с. 152). Как отмечает В. В. Знаков, появление у человека хотя бы приблизительного осознанного представления о понимании общечеловеческих духовных ценностей (интеллектуальных, этических и эстетических) свидетельствует не только о признании их субъективной значимости для человека, но и о психологической готовности к их усвоению и формированию.

Представленные в рамках субъектного подхода взгляды ученых на предназначение человека, смысл его жизни, личностное развитие могут рассматриваться в тесной связи с понятием самореализации, которая в самом общем смысле характеризуется как «субъективно ощущаемое предназначение» (Егорычева, 2012, с. 75). Ученые подчеркивают такие характеристики субъекта, как активность, стремление к творчеству, саморазвитию, самотрансформации, к утверждению и реализации своей духовности, связанных с ней высших ценностей и нравственности, что свидетельствует о наивысшем уровне развития личности, раскрытии духовно-нравственного потенциала человека и имеет отношение к духовному аспекту личностной самореализации.

Г. В. Ожиганова отмечает, что «духовность представляет собой многоаспектный... психологический феномен, охватывающий высшие этажи развития личности и актуализации ее ресурсов... широкий диапазон психологических проявлений, включая добродетельное поведение, сверхинтеллектуальную деятельность и творческую самореализацию, а также связанный с этим внутренний опыт» (Ожиганова, 2016, с. 11). В приведенном определении, на наш взгляд, проявляется связь духовности с личностной самореализацией, которая ассоциируется с наивысшей ступенью развития личности, ее высшими жизненными достижениями.

Д. А. Леонтьев связывает самореализацию личности со «способностью быть личностью», выражающейся во внесении социально значимого вклада в культуру и в других людей (Леонтьев, 1997). Данная характеристика самореализации, на наш взгляд, имплицитно связана с духовностью человека: его положительными моральными качествами, творческим самовыражением, гуманизмом, широтой ума и т. д.

С. И. Кудинов выделяет личностную самореализацию как вид проявления самореализации, способствующей духовному росту человека, обеспечивая на первых этапах развитие личностного потенциала: ответственности, любознательности, эрудиции, креативности, нравственности и т. д. (Кудинов, 2015).

Л. А. Коростылева понимает самореализацию как осуществление самого себя в жизни, в повседневной деятельности, поиск, утверждение своего особого пути в этом мире, своих ценностей и смысла своего существования (Коростылева, 2001). Приведенное определение также имеет, на наш взгляд, прямое отношение к проявлению духовного аспекта самореализации. Акцент в работах автора делается на то, что самореализация осуществляется человеком только посредством собственных усилий, содеятельности, сотворчества с другими людьми, социумом и миром в целом.

Анализ работ Э. В. Галажинского позволяет вычленить важную для проблематики данного исследования показанную им связь самореализации с высшим проявлением человека. Автор понимает самореализацию как постепенно осознаваемый людьми процесс реализации собственных возможностей, который все более становится понятным людям как то, что обеспечивает смысл и ценность их собственно человеческого существования.

Таким образом, обобщение представлений отечественных психологов, связанных с развитием человека, раскрытием его потенциала, имеющее отношение к личностной самореализации, показывает, что важную роль в ней играют духовные устремления, затрагиваю-

щие ценностно-смысловую и нравственную сферы, включающие творчество, самосовершенствование и гуманистическую направленность личности в целом.

### Литература

- Абульханова К. А.* Принцип субъекта в отечественной психологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2. № 4. С. 3–21.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Брушлинский А. В.* Психология субъекта. СПб.: Алетейя, 2003.
- Егорычева И. Д.* Генезис самореализации как особого типа деятельности и роль подросткового возраста в ее развитии: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2012.
- Знаков В. В.* Психология понимания: Проблемы и перспективы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.
- Коростылева Л. А.* Психология самореализации личности: основные сферы жизнедеятельности: Дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2001.
- Кудинов С. И., Кудинов С. С.* Методологические проблемы исследования самореализации личности // Вестник Башкирского университета. 2015. Т. 20. № 2. С. 696–699.
- Леонтьев Д. А.* Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. / Под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. М.: Смысл, 1997. С. 156–176.
- Ожиганова Г. В.* Духовные способности как ресурс жизнедеятельности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002.
- Рубинштейн С. Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003.

### Функциональные структуры познавательных состояний\*

*М. Г. Юсупов*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

В статье рассматриваются теоретические аспекты функционально-структурной организации познавательных состояний. На основе представлений о фундаментальных функциях психических состояний и отношений

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РНФ в рамках научного проекта № 23-18-00232. URL: <https://rscf.ru/project/23-18-00232>.

между ними реконструируется компонентный состав познавательных состояний. Компоненты структуры познавательных состояний, связанные с проявлениями той или иной функции, выделялись на основе принципа «диалектических пар» (В. А. Ганзен). По результатам исследования в функциональную структуру познавательных состояний включены следующие компоненты: особенности ситуации, личностные свойства, когнитивные и метакогнитивные процессы, переживания и рефлексия, составляющие смысловых структур сознания, а также характеристики образа состояния. Интегративные процессы, объединяющие выделенные компоненты в целостное познавательное состояние, могут рассматриваться в качестве механизма его существования.

*Ключевые слова:* психические состояния, познавательные состояния, структура, функции.

С развитием системного подхода были созданы первые теории функциональной организации психики (П. К. Анохин, Б. Г. Ананьев, Б. Ф. Ломов и др.). На основе этих теорий была разработана общепсихологическая концепция функциональных структур психических состояний личности (Прохоров, 1998). Дальнейшее развитие этих идей видится в исследовании конкретных проявлений функциональных структур состояний в условиях отдельных видов деятельности. Особую значимость исследование психических состояний приобретает в контексте учебно-познавательной и научно-исследовательской деятельности, в ходе которых ежедневно переживаются интенсивные познавательные состояния (заинтересованность, сомнение, сосредоточенность, размышления и др.), связанные с пониманием, усвоением, творческим преобразованием научной информации. Здесь на первый план выходят исследования функциональных структур познавательных состояний (ситуации их возникновения, вопросы структуры и функций).

Функциональные структуры познавательных состояний актуализируются в ходе учебной, научно-исследовательской и др. видов деятельности, являясь результатом взаимодействия субъекта и объекта познания. С точки зрения системного подхода, они представляют собой многоуровневую структуру, интегрирующую в свой состав совокупность разнородных психических явлений (психические процессы, свойства, социально-психологические проявления и др.), необходимых для эффективной реализации деятельности. Комплексы отдельных состояний образуют оперативный (секунда–минута), текущий (час–день) и длительный (месяц–год) уровни функциональной структуры. На каждом из уровней доминирующим выступает одно

или несколько познавательных состояний, придающих переживаниям субъекта соответствующую этим состояниям эмоциональную окраску. Компоненты функциональной структуры находятся в непрерывном взаимодействии друг с другом, благодаря чему происходит развитие функциональной структуры, обеспечивающее адаптацию субъекта к информационно насыщенным ситуациям деятельности. Таким образом, функциональные структуры познавательных состояний могут выступать в качестве регуляторных средств в таких сложных формах деятельности, как учебная и научно-исследовательская.

При исследовании функциональной структуры познавательных состояний необходимо опираться на представления об их общей организации. Ключевым здесь является вопрос о структуре, поскольку структура состояния неразрывно связана с его функциями. Функции состояния разворачиваются на основе его структурной организации и отражают ее особенности. В этой связи необходимо отметить, что на сегодняшний день общая структура познавательных состояний недостаточно разработана.

Исследованию структуры познавательного состояния предшествует анализ его компонентного состава, т. е. тех составляющих психики, которые формируют целостное состояние. На наш взгляд, реконструировать компонентный состав познавательного состояния можно на основе анализа наиболее общих функций состояний и отношений между ними (функциональной структуры), знания современных тенденций в исследованиях состояний и применения принципа «диалектических пар», где это возможно (Ганзен, 1984, с. 156). Суть последнего заключается в раздвоении единого на две его важнейшие противоположности, которые определяют движущие факторы его существования и развития.

Исходным пунктом анализа являются представления о целостности состояния. Последняя обеспечивается наиболее общей, центральной функцией психических состояний – интегративной функцией (Прохоров, 1998). Состояния человека выступают как форма саморегуляции психики, один из механизмов интеграции человека как целостности, обеспечивая единство его духовной, психической и соматической организации. Являясь частью психики, конкретной ее модификацией в определенный момент времени, психические состояния также выполняют основные функции – отражения и регулирования. Функции отражения и регулирования взаимосвязаны и взаимообусловлены, их тесная взаимосвязь обеспечивает целостность состояния в норме, интеграцию различных психических процессов и свойств.

Действующий субъект не только взаимодействует с внешним миром, отражает его, но и выделяет себя из среды, осознавая свои внутренние состояния, идентифицируя себя с ними. На основе процессов самоотражения (самоощущение, самовосприятие, внутреннее внимание, аутопредставления и др.) происходит непрерывная саморегуляция своего состояния, контроль поведенческих проявлений. В этом случае в целостной характеристике состояния отражаются процессы саморегуляции и самоуправления субъекта. Поэтому правомерно говорить о таких функциях состояния, как самоотражение и саморегулирование. Функции отражения и регулирования описывают отношения субъекта с миром, самоотражение и саморегулирование — с самим собой. Отношение — системообразующая характеристика всего компонентного состава состояния, в структуре состояния она представляет уровень сознания и самосознания человека. Как характеристика сознания — это отношение к окружающей действительности, самосознания — это саморегуляция, самоконтроль, самооценка, т. е. установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения человека (Ганзен, 1984, с. 133).

Познавательное отражение, по современным представлениям, осуществляется на основе когнитивных процессов, управляемых процессами более высокого порядка — метакогнитивными (Величковский, 2006). Данные процессы противоположны по своей сути, метапознание является одной из форм рефлексивной регуляции познавательной деятельности. Содержанием метакогнитивных знаний являются сведения и суждения о человеке как познающем субъекте — его целях, стратегиях решения задач, индивидуальных различиях в интеллектуальной сфере, факторах, влияющих на познавательный процесс. В отличие от когнитивных процессов, обеспечивающих решение конкретных задач, основная функция метапознания заключается в регуляции познавательного процесса, в том числе посредством осознанного применения знаний о закономерностях когнитивных процессов человека и о познании в целом. Влияние метапознания на когнитивные процессы состоит прежде всего в релятивизации и изменении концептуальной модели мира, которая создается на базе традиционно выделяемых процессов восприятия, памяти, мышления и др. Метакогниции позволяют справляться с ситуациями, характеризующимися относительной новизной и неопределенностью. Это объясняет их важнейшую роль в процессах продуктивного мышления и в обеспечении оригинальных интеллектуальных достижений.

Функция самоотражения связана с понятиями рефлексии и переживания, образующими диалектически противоположную пару

(Фахрутдинова, 2012). Рефлексия есть процессуальный акт сознания; преломляясь через все уровни когнитивной иерархии, она выражает, по сути, самоотражательный аспект психики (Карпов, 2004). Переживание, в отличие от рефлексии, понимается как субъективная сторона жизни человека, является осуществлением процессуальной стороны, содержанием, средством развития субъекта (Фахрутдинова, 2012).

Регулирующая функция состояния проявляется в том, что в одной и той же ситуации человек демонстрирует различные формы поведения. Ситуация выступает как одна из важнейших детерминант психического состояния, его «объективная» составляющая. В то же время в каждом состоянии есть трансситуативная (субъективная) составляющая — постоянные способы индивидуального приспособления или свойства личности, связанные с ресурсами субъекта. Регулирующая функция состояния заключается в уравнивании конкретных условий среды (ситуации), актуальных особенностей отдельных сфер личности или личности в целом и возможностей по реализации актуализированных потребностей и мотивов (Куликов, 2001).

Механизмы саморегуляции состояний в отечественной психологии наиболее полно представлены в работах А. О. Прохорова (Прохоров, 2005) и Л. Г. Дикой (Дикая, 2003). Психические состояния, являясь выражением свойств личности, их «психологическим бытием», связаны с внутренними регуляторными ресурсами самого человека, его умением управлять собой в напряженной и постоянно меняющейся среде. Ключевую роль здесь играет способность к психической саморегуляции, — способность, обеспечивающая возможность эффективной саморегуляции состояний. Любое психическое состояние потенциально содержит в себе и возможности по его саморегуляции, поэтому правомерно говорить о функции саморегуляции состояний.

В обычных ситуациях изменения в состоянии совершаются автоматически, регулируются на неосознаваемом, произвольном уровне, отражаясь в активации физиологических показателей. В усложненных условиях (дефицит времени, повышение требований к точности, избирательности и др.) у человека возникает необходимость в анализе «цены» и средств деятельности. Осознание несоответствия актуального состояния требованиям деятельности приводит к превращению саморегуляции в самостоятельную деятельность со своим мотивом, целью. Основной мотив деятельности по саморегуляции состояний — избегание негативных и стремление к позитивным психическим состояниям (там же).

В концепциях психической саморегуляции состояний подчеркивается первостепенное значение смысловой организации сознания,



обеспечивающей отражение ситуации жизнедеятельности и определяющей выбор способов и приемов регуляции психических состояний в соответствии с ценностно-смысловыми ориентациями личности. Актуализация психического состояния обусловлена взаимодействием ситуации и смысловой организации сознания. Субъектом выделяются элементы и связи, образующие целостную (объективную) ситуацию. Преобразование ситуации в психологическую (субъективную) осуществляется смысловой организацией сознания, задающей направление дальнейших действий и поведения. Ситуация «преломляется», опосредуется смысловыми структурами, в ней выделяются значимые составляющие, имеющие смысл. Отражением этой детерминации является возникающее психическое состояние. Таким образом, смысловая организация сознания обеспечивает избирательность отражения ситуации, связывает ситуационные и личностные характеристики в единый «узел» – функциональную систему «ситуация–смысл–состояние» (Прохоров, 2009).

Смысловая система сознания является звеном, опосредующим влияние разнообразных факторов бытия субъекта. Она представляет собой осознаваемую детерминанту состояния, включающую в себя личностный смысл, смысловые установки, потребности, мотивы, смысловые диспозиции, смысловые конструкты, личностные ценности, смысловые ориентации. Степень актуализации отдельных смысловых структур, их сочетания и взаимоотношения в процессе опосредования ситуационных влияний находят выражение в разнообразии состояний.

Саморегуляция состояний осуществляется на основе рефлексивного анализа субъективного образа текущего состояния, его сопоставления с образом «желаемого» состояния и внесения необходимых коррекций посредством различных способов и приемов саморегуляции (общая кибернетическая схема). При этом различные техники саморегуляции применяются как для устранения негативных состояний, мешающих деятельности, так и для активизации и поддержания позитивных состояний, в том числе с целью их последующего перевода в устойчивые черты личности (Ильин, 2005).

Таким образом, можно заключить, что в качестве необходимых компонентов в функциональную структуру познавательных состояний следует включать особенности актуальной ситуации, личностные свойства, когнитивные и метакогнитивные процессы, переживания и рефлексии, составляющие смысловых структур сознания, а также характеристики образа состояния. Интегративные процессы, объединяющие выделенные компоненты в целостное познава-

тельное состояние, могут рассматриваться как механизм его существования и условие его функционирования.

### Литература

*Величковский Б. М.* Когнитивная наука: Основы психологии познания: В 2 т. Т. 2. М.: Смысл–Академия, 2006.

*Ганзен В. А.* Системные описания в психологии. Л.: Изд-во ЛГУ, 1984.

*Дикая Л. Г.* Психическая саморегуляция функционального состояния человека: системно-деятельностный подход. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003.

*Ильин Е. П.* Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер, 2005.

*Карпов А. В.* Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.

*Куликов Л. В.* Проблема описания психических состояний // Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. СПб.: Питер, 2001. С. 9–42.

*Прохоров А. О.* Психология неравновесных состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998.

*Прохоров А. О.* Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. М.: Пэр Сэ, 2005.

*Прохоров А. О.* Смысловая регуляция психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.

*Фахрутдинова Л. Р.* Структурно-динамическая организация переживания субъекта: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Казань, 2012.

## РАЗДЕЛ 7

# ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ И РЕСУРСЫ ЛИЧНОСТИ, СУБЪЕКТА

### **Анализ подходов к улучшению профессиональной адаптации и повышению жизнеспособности эмигрантов**

*О. Е. Алексанова*

Психологический центр «Белая комната», Москва

Статья посвящена анализу подходов к улучшению профессиональной адаптации и повышению жизнеспособности эмигрантов. Исследование показало, что на концептуально-методологическом уровне можно выделить три подхода: 1) концепцию социально-психологической адаптации; 2) концепцию нивелирования социально-экономических проблем; 3) концепцию адаптации к труду и жизнедеятельности. При этом следует учитывать следующие моменты: особенности психики эмигрантов как представителей различных народов и культур; проблемы национального характера, особенностей мировосприятия и взаимоотношений; закономерности формирования и функции национального самосознания, этнических стереотипов; влияния этнических сообществ, диаспор, землячеств и т. д. Принимая во внимание полисубъектность реализации миграционных мероприятий, дифференциацию объектов обучающего, профилактического и иного воздействия, вариативность форм и методов работы, мы выделили различные уровни системы работы с эмигрантами.

*Ключевые слова:* профессиональная адаптация, жизнеспособность, эмиграция, концепция, эмигранты, практические рекомендации.

Глобализация и эмиграция определяют ритм и темп современного общества. Продолжающееся движение и мобильность людей через континентальные, национальные и региональные границы теперь яв-

ляется повседневным опытом и воспринимается как норма для многих. В условиях интенсивной миграции и глобализации происходят масштабные демографические изменения во всем мире, при этом эмигрантам приходится справляться с процессом адаптации в новой культурной среде, с психологическими проблемами и другими аспектами, включая всевозможные механизмы жизнеспособности, благоприятствующие адаптации и ассимиляции.

Одной из сложных проблем в различных этнокультурных средах является жизнеспособность эмигрантов. Когда осуществляется культурный переход, эмигранты не только пересматривают привычки и прежний образ жизни, но и успешно встраиваются в социальную среду. И тогда вопрос индивидуальной жизнеспособности выходит на первый план.

Ученые обратили внимание к проблеме улучшения психологического состояния эмигранта, и это в свою очередь привело к выделению феномена жизнеспособности и разностороннему его изучению (Махнач, Лактионова, 2007). Не все эмигранты успешно адаптируются в новых условиях существования, вливаются в социальную среду, выбирают оптимальную стратегию ассимиляции и трудоустройства.

Прикладная направленность проблемы изучения эмиграции должна состоять в выработке практических (психологически значимых) рекомендаций по оптимизации профессиональной адаптации и повышению жизнеспособности эмигрантов. При этом следует учитывать особенности психики эмигрантов как представителей различных народов и культур; проблемы национального характера, особенностей мировосприятия и взаимоотношений; закономерности формирования и функции национального самосознания, этнических стереотипов; влияния этнических сообществ, диаспор, землячеств и др. Были проанализированы существующие подходы к заявленной проблеме.

Следует отметить, что на концептуально-методологическом уровне можно выделить три подхода: 1) концепцию социально-психологической адаптации; 2) концепцию нивелирования социально-экономических проблем; 3) концепцию адаптации к труду и жизнедеятельности. Раскроем основное содержание заявленных подходов.

1. Подходы к социально-психологической адаптации эмигрантов направляют усилия ученых и специалистов на создание экологичной социализирующей среды, гармонизации межличностных отношений в стране пребывания, адаптацию в трудовых коллективах и т. п. Фундаментальными в данном направлении можно считать труды

Д. А. Леонтьева (Леонтьев, 2006), Г. Г. Павловца (Павловец, 2002), Л. А. Александровой (Александрова, 2003). В качестве прикладного аспекта, направленного на повышение жизнеспособности переселенцев, предлагаются тренинговые программы, организационные и консультативные мероприятия.

2. Подходы к нивелированию социально-экономических проблем центрируются на различных социальных, гуманитарных, образовательных и экономических вопросах. На значимость решения в приоритетном порядке социально-экономических проблем эмигрантов (ученых) указывает М. Г. Вандалковская (Вандалковская, 2017); среди них выделяется ассимиляция к условиям жизни другой страны, ее бытовому и научному климату. В. А. Митрохин приводит примеры адаптации различных представителей русской эмиграции (Митрохин, 2005), в которых указывается на создание в стране пребывания особой психологической атмосферы для приезжих. Акцент на актуальность языковой адаптации и социальной ориентации, необходимости учета профессиональной квалификации эмигранта делается В. И. Журавлевой (Журавлева, 2001). Например, указывается, что если уровень профессионализма низкий, то эмигранту влиться в общество сложнее. На примере конкретно взятого этноса Е. И. Ларина и О. Б. Наумова описывают механизм социально-психологической адаптации кош-агачских казахов-эмигрантов и социальные мероприятия, оптимизирующие эмиграционные процессы (Ларина, Наумова, 2008). Ключевым моментом выступает оптимизация взаимоотношений эмигрантов с окружающими, постепенное замещение референтной группы (свой этнос – единомышленники – новая социальная реальность). Классически следует признать труды в области этнопсихологии. Например, Г. Хофстеде и Р. Маккрэй (Хофстеде, Маккрэй, 2010) в рамках этнологического подхода призывают учитывать этнодифференцирующие признаки людей и оказывать помощь на уровне культуры в государстве (национальной культуры). Помощь в социализации эмигрантов через интернационализацию в сфере высшего образования предлагает К. Тремблэй (Тремблэй, 2010). Постулируется тезис о том, что полная ассимиляция возможна только при прохождении эмигрантом всех ступеней ресоциализации, в первую очередь, элементов образовательной системы – школы, высшего образовательного заведения.

Этнологический подход к психологическим и социально-психологическим проблемам эмиграции состоит, с одной стороны, в определении культурной и социальной обусловленности пси-

хических состояний и внутриличностных процессов восприятия, мышления, эмоций, сознания, индивидуальных особенностей, желаний, целей и интересов личности, а с другой – в понимании социокультурной природы межличностных отношений и групповой динамики в среде эмигрантов. В этой области сложились отдельные исследовательские направления, среди которых следует выделить теорию социализации и инкультурации, этнологию детства, теорию аккультурации, концепцию этнического характера и др.

3. Подходы по адаптации к труду и жизнедеятельности ориентированы на психологическую работу с индивидом и группой как центральным слагаемым успешности адаптации. Так, предпринимаются многочисленные попытки перенести известные подходы к адаптации персонала на решение проблем трудовой эмиграции. Например, В. А. Лобова проводит параллель работы вахтовым методом в условиях Крайнего Севера и трудовой эмиграции, обосновывая необходимость преодоления коммуникативных проблем, снижения стрессовых нагрузок, гармонизации семейных отношений (Лобова, 2011).

Наиболее распространенным является подход к оказанию социально-психологической помощи и поддержки детям из семей эмигрантов. В частности, А. А. Нестеровой рассматриваются особенности адаптации несовершеннолетних, которые не являются единой и однородной группой, пути решения психосоциальных проблем, обосновывается необходимость разработки различных для каждой группы детей способов поддержания их социального и психологического благополучия (Нестерова, 2018). Позиционируются различные модели экзистенциальной поддержки молодых людей.

Принимая во внимание полисубъектность реализации миграционных мероприятий, дифференциацию объектов обучающего, профилактического и иного воздействия, вариативность форм и методов работы, мы выделили различные уровни (уровневую структуру) системы работы с эмигрантами:

- I уровень (первичная работа) отражает деятельность различных субъектов (законодателя, представителей органов государственной власти и управления, работодателей, членов трудового коллектива и др.) по оптимизации миграционного процесса, его гуманизации и созданию изначально комфортных условий миграции;
- II уровень отражает деятельность органов местного самоуправления и психологов по непосредственной работе с эмигрантами.

Подразумевается раннее выявление у переселенцев трудностей в адаптации и поведении, которые хотя и проявляются в виде отдельных личностных проблем, но пока не приводят к существенной дестабилизации профессиональной и психической деятельности.

- III уровень определяется тем, что внимание психолога концентрируется на эмигрантах с ярко выраженными адаптационными, социально-психологическими или поведенческими проблемами (например, злоупотребление алкоголем, перерастающее во вредную привычку, кредитная зависимость, иждивенчество, игромания, самоубийства, вовлеченность в межнациональные конфликты и т. п.).

Анализ подходов к улучшению профессиональной адаптации и повышению жизнеспособности эмигрантов и выделение различных уровней позволил нам сформировать иерархическую систему психологической работы.

### Литература

- Александрова Л. А.* К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: Сб. науч. трудов. Вып. 2. Кемерово: Кузбассвуиздат, 2003. С. 56–68.
- Вандалковская М. Г.* Адаптация русских ученых-эмигрантов в научной и культурной жизни Европы в 20–30-е гг. XX в // Гуманитарные исследования Центральной России. 2017. № 1 (2). С. 29–41.
- Журавлева В. И.* Еврейская эмиграция из России в США на рубеже XIX–XX вв.: образ «чужого» в сознании американцев // Новый исторический вестник. 2001. № 4. С. 124–139.
- Ларина Е. И., Наумова О. Б.* Кош-агачские казахи-мигранты // Вестник Евразии. 2008. № 2. С. 45–65.
- Лобова В. А.* Психологическая адаптация рабочих межрегиональной вахты в контексте сохранения здоровья // Вестник угроведения. 2011. № 1 (4). С. 81–89.
- Махнач А. В., Лактионова А. И.* Жизнеспособность подростка: понятие и концепция // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. С. 290–312.
- Митрохин В. А.* Современная отечественная историография русской эмиграции «Первой волны» (1990-е–начало 2000-х гг.) // Известия Саратовского университета. Сер. «История. Международные отношения». 2005. № 1–2. С. 93–102.

- Нестерова А. А.* Дети, охваченные миграционными процессами: разнообразие, вызовы и диверсификация моделей поддержки // Журнал исследований социальной политики. 2018. № 4. С. 645–660.
- Тремблэй К.* Интернационализация: формирование стратегий в национальном контексте // Вестник международных организаций: образование, наука, новая экономика. 2010. № 3. С. 110–168.
- Хофстеде Г., Маккрэй Р. Р.* Возвращаясь к обсуждению личности и культуры: связь личностных черт и культурных осей // Социологический журнал. 2010. № 4. С. 9–41.

## **Психолого-педагогическое сопровождение развития жизнеспособности подростков**

*О. Н. Андрущенко*

КГБОУ «Кедровый кадетский корпус», Красноярск

Статья посвящена описанию опытно-экспериментальной работы по организации психолого-педагогического сопровождения развития жизнеспособности подростков. Показано, что цель реализации инструментов развития жизнеспособности подростков, обучающихся в кадетском корпусе, должна заключаться в помощи им в развитии личностных качеств, связанных с жизнеспособностью, через организацию социально-культурной среды воспитательно-образовательного пространства.

*Ключевые слова:* жизнеспособность, условия формирования, предпрофильная подготовка, технология, психолого-педагогическое сопровождение.

Подростковая жизнеспособность во время обучения выражается в соиздании по преобразованию самого себя, в организации образования и зарождении намерений о профессии. Этот период является наиболее подходящим для развития и актуализации содержательных компонентов жизнеспособности: социально-психологической устойчивости к действиям окружения, здоровья, позитивного мышления, наличия смысла жизни и ее целей, ответственности и активности, которые выступают ресурсами самой жизнеспособности (Рыльская, 2008).

К. А. Абульханова-Славская отмечает, что социальное временное пространство предъявляет человеку определенные требования на каждом возрастном этапе, и здесь очень важно своевременно решить задачи, соответствующие логике событий. Важно стратегически пла-



нирывать свои действия, события, чтобы иметь возможность активно использовать, преобразовывать или резервировать имеющиеся ресурсы, чтобы решить задачи данного этапа (Абульханова-Славская, 2005).

Дж. Кидд рассмотрела жизнеспособность в контексте становления карьеры как компонент профессионального роста и развития. Она ведет речь об особой профессиональной жизнеспособности и определяет ее как способность к совладанию с подъемами и падениями в профессиональной деятельности, реализуемую за счет уверенности в себе, надежды, самоуважения и гибкости (Kidd, 2006).

Анализируя проблему формирования жизнеспособности, ее сущность, структурные компоненты, способы организации, остановимся на моделировании данного феномена в контексте предпрофильной подготовки подростков-кадет.

В теоретическом осмыслении проблемы нашего исследования очевидны два аспекта: 1) исследование жизнеспособности и 2) процесса ее формирования у обучающихся кадетского корпуса. Интеграция названных аспектов в конечном итоге позволит решить поставленные задачи. Результатом должна стать технология психолого-педагогического развития жизнеспособности воспитанников кадетского корпуса в контексте предпрофильной подготовки. Актуальность создания данной технологии определяется необходимостью решения задач системы кадетского образования: развития такого комплекса качеств личности воспитанников, которые помогли бы им проявиться субъектами личностного и профессионального становления, и в создании психолого-педагогических условий для раскрытия личностного и субъектного потенциала подростков; психолого-педагогического сопровождения в условиях реализации ФГОС – подготовка воспитанников к успешной социализации в обществе, готовность занять субъектную позицию, потребность в саморазвитии, приобретении умений и навыков для решения задач в различных сферах человеческой деятельности. Выпускники кадетских корпусов должны быть готовы реализовывать себя в качестве субъектов жизнедеятельности: обладать высоким уровнем самосознания, развитыми потребностями в знаниях, умениях, способностях. Для них важно быть способным взаимодействовать в социуме, быть готовым занять при необходимости лидирующее положение, уметь организовать товарищей на выполнение сложной задачи, осознавать свои права и права других людей, т. е. быть жизнеспособным.

В отечественной психологии А. В. Смирнов и А. И. Лошкина предлагали экспериментальную программу развития жизнеспособности, в которой основным условием формирования жизненных смыслов

является стратегия преодоления страха. По мнению этих исследователей, у большинства инвалидов могла быть иная судьба, если бы в процессе формирования жизненных смыслов они сделали выбор: преодоление страха, активность и открытость вместо бегства, пассивности, враждебности (цит. по: Вайзер, 2006).

В современной науке рассматривают также модель жизнеспособности в период геронтогенеза, включающую в себя личностный конструкт, макросоциальный конструкт, микросоциальный конструкт и механизмы их формирования и развития. Использование тех или иных психотехнологий зависит от уровня развития жизнеспособности личности. Для категории людей с низкими показателями этого параметра предлагают ресурсоформирующие технологии, поскольку в данной группе может наблюдаться блокирование идентификационных механизмов, механизмов социальной адаптации, механизмов интеграции и индивидуализации, т. е. необходимо сделать акцент на перестройку неадаптивных установок, которые влияют на стратегии поведения и способы самоосуществления. Категории людей со средними показателями уровня жизнеспособности может помочь замена ресурсов. Функции технологий в данном случае – в осознании новых смыслов, ориентиров, мотивации как основного внутреннего ресурса, что стимулирует человека выполнять определенные действия, помогающие повысить уровень интегрированности и адаптированности в обществе. Для категории людей с высоким уровнем жизнеспособности предлагают ресурсонакапливающие технологии, которые обеспечивают не только расширение количества, но и повышение качества личностных ресурсов, способствующих позитивной адаптации в ситуациях переживания психологического стресса.

Структура нашей технологии психолого-педагогического сопровождения развития жизнеспособности подростков включает в себя следующие основные компоненты:

1. Предварительная диагностика уровня жизнеспособности и личностных особенностей подростков.
2. Мотивация подростков к самопознанию (является ведущим направлением в технологии).
3. Организация развивающей деятельности.
4. Контроль эффективности развивающей деятельности.
5. Объективный и рефлексивный анализ эффективности развивающей работы, выявление затруднений, корректировка.

При реализации психолого-педагогического сопровождения развития жизнеспособности подростков необходимым условием является

активность подростков как социальная, сознательная деятельность. Мы выделяем два основных вида активности: активность индивида как биологического субъекта (определяют как адаптивный вид) и активность индивида как социального субъекта (определяют как продуктивный вид). Сущность жизнеспособности мы определяем как способность разрешать противоречия в процессе самопознания, самореализации и самоуправления. В наших исследованиях выделяем три структурных компонента жизнеспособности — адаптивность, открытость опыту и жизнелюбие, которые развиваются в социально-культурной среде, — и три уровня развития: психический, личностный и субъектный. В связи с этим теоретическим основанием реализации технологии психолого-педагогического сопровождения развития жизнеспособности является системный подход.

Разработанная нами технология состоит из связанных между собой этапов. Каждый следующий этап является логическим продолжением предыдущего. Реализация технологии проходит поэтапно в течение трех лет (8–10 классы). Каждый этап содержит тематические блоки: «главные и побочные линии развития», «ситуации развития», «интегральные новообразования развития», направленные на формирование интереса к самопознанию, исследованию собственной жизни, различных процессов. Эти темы соотношены с ценностными характеристиками кадета и его планами на жизнь через целеполагание и планирование, развитие способности к прогнозированию результатов собственной деятельности, соотношения их с личностными ресурсами, развитие готовности к эффективному функционированию, продуктивности поведения как субъекта деятельности, достижения цели и решении жизненных задач.

В ходе реализации технологии происходит обучение подростков навыкам самоуправления своими отношениями, ценностями, убеждениями, эмоциональными состояниями и межличностными отношениями. Формирование самоуправления происходит во внутреннем и внешнем плане. Внутренний план — это отношения, ценности, убеждения, эмоции; внешний усложняется от этапа к этапу, от уровня к уровню до самоуправления социально-культурным пространством, когда подростки включаются в социальные ситуации на уровне краевых мероприятий.

Таким образом, в нашем исследовании системный подход позволяет рассматривать жизнеспособность одновременно в нескольких уровнях, раскрывающих разные масштабы ее структурной организации, определенные свойства и отношения, системные детерминанты и т. д. Такой подход позволяет проводить комплексное исследование

человека как личности, субъекта познания, общения, деятельности. Субъектно-развивающий подход помогает обнаружить механизмы и способы проектно-функционирующего развития, осознание подростками целостной картины социальной действительности в их социальном взаимодействии. Благодаря субъектно-деятельностному подходу мы можем выявить взаимосвязь жизнеспособности (ее биологического, психологического, социального аспектов) и эффективного выполнения целевой функции, которая задается смысложизненными целями и проявляется в процессе организации и управления подростками своей жизнедеятельностью.

Таким образом, в предлагаемой нами технологии конкретизируются критерии и уровни жизнеспособности подростков-кадетов: личностный критерий – способность решать жизненные задачи успешного освоения социальных позиций и ролей; субъектный – способность к регуляции и управлению условиями жизнедеятельности и успешным проявлением себя в них; уровни сформированности жизнеспособности: психологический – уровень регуляции поведения, личностный – уровень самопознания, личностного, профессионального самоопределения; субъектный – уровень категоризации проблем, регуляции социальной целостности и ценности оптимального межличностного взаимодействия и своевременной организации собственной деятельности и поведения.

### Литература

- Абульханова К. А.* Принцип субъекта в отечественной психологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2. № 4. С. 3–22.
- Вайзер Г. А.* VII Симпозиум «Психологические аспекты смысла жизни, акме и счастья» // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 6. С. 118–121.
- Рыльская Е. А.* Воспитание жизнеспособности школьников // Педагогика. 2008. № 3. С. 23–28.
- Kidd J.* Understanding Career Counseling: Theory, research and practice. London, 2006.

## **Свобода выбора и мотивация к учебной деятельности в университете**

*О. С. Белянцева*

Новосибирский государственный университет экономики и управления,  
Новосибирск

В статье на основе выбора элективных дисциплин по физической культуре и спорту определены механизмы мотивационной активности. Рассмотрены мотивационные предпосылки учебной деятельности и непосредственная связь с выбором элективной дисциплины. Произведен литературный обзор ряда источников изучаемой тематики. Гипотеза исследования состоит в том, чтобы определить структурную взаимосвязь личностного выбора способа освоения физической культуры в вузе и мотивации к учебной деятельности на основе наличия мотивационных компонентов активности. Полученные результаты исследования позволили выявить мотивацию к учебной деятельности в различных элективных группах, а также на основе этих результатов определить влияние свободы выбора на учебную деятельность.

*Ключевые слова:* выбор, принятие решений, мотивация, учебная деятельность, элективные дисциплины.

Выбор своей будущей специальности для подростка является одним из важных жизненных решений, что не всегда осознается им в должной мере. Ситуация осложняется благодаря технологическому прогрессу: человеку стало доступно множество альтернатив, и выбор той или иной альтернативы является для него первостепенной проблемой, с которой он сталкивается каждый день. Чаще всего проблема выбора, как правило, возникает в пубертатный период, когда абитуриент становится студентом. Выбор, осуществляемый до этого момента, совершался родителями. И даже выбор вуза и специализации осуществляется зачастую родителями, так как в большей степени они являются источниками дохода и цена за обучение для них играет немаловажную роль.

Будущий студент оказывается в таком положении, когда, с одной стороны, отсутствует личный опыт, а с другой – отсутствуют гарантии успеха в выбираемой профессии, и это состояние неопределенности зачастую сохраняется на протяжении всего обучения в вузе, вплоть до выпускных экзаменов. По мнению современных психологов, состояние неопределенности человека – это проблема, которая касается каждого из нас (Спаньоло-Лобб, 2015). В настоящее время

в высшие учебные заведения приходит большое количество студентов с наименьшим уровнем мотивационной активности.

Последствиями недостатка мотивации становятся повышенная тревожность, стрессы, ухудшение здоровья, эмоционально-психологическое нарушение личности, конфликтные ситуации с близкими людьми и т. д. В дополнении ко всему прочему, на психологическое состояние влияют такие факторы, как переезд, смена климата и условий проживания, новые знакомства и новое окружение со своими незнакомыми устоями и правилами, а также другая система обязанностей, вынуждающая принимать решения самостоятельно. Выбор своей будущей специальности не является единственным вопросом, где подростку нужно принять решение самостоятельно: в процессе всего обучения в вузе и после ему предстоит принимать непростые жизненные решения.

Процесс принятия решений является неотъемлемой частью мотивационного аспекта. Для того, чтобы понять связь мотивации студента и совершаемого им выбора, мы провели ряд эмпирических исследований с целью выявления содержащихся в нем компонентов мотивационной активности. Проводимые исследования строились на основе предмета «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», где студентам предлагается выбор той или иной дисциплины.

Целью исследования стало изучение мотивации выбора с последующим выявлением взаимосвязи выбора элективных дисциплин по физической культуре и спорту и мотивации учебной деятельности.

Определились следующие задачи:

- 1) изучить мотивацию выбора элективной дисциплины по физической культуре и спорту;
- 2) выявить компоненты мотивационной активности в учебной деятельности;
- 3) определить взаимосвязь выбора способа освоения физической культуры в вузе и мотивации учебной деятельностью.

Период студенчества как научная проблема рассматривается многими исследователями (Н. Ю. Пряжников, Ю. Н. Кулюткин, А. А. Деркач, Л. М. Митина, Е. А. Климов, Н. В. Кузьмина и др.). Они выделяют данный этап как наиболее значимый для формирования личности и профессионального самосознания.

Д. Сьюпер и М. Бан в своей теории профессионального развития индивидуальные и профессиональные предпочтения рассматривают с точки зрения попытки личности создать концепцию собственного Я

(Super, Bahn, 1971). Они подчеркивают, что студенческому возрасту соответствует стадия исследования в профессиональном развитии, когда индивид стремится разобраться и определиться в своих интересах, способностях и ценностях и на основе результатов самоанализа осваивает конкретную профессию.

Согласно научным трудам Э. Ф. Зеера, студенты первого курса в течение всего года обучения проходят этап адаптации. На втором и третьем курсе происходят значительные изменения, в ходе которых удается не только повысить результативность работоспособности учащегося, но и освоить социальную роль, сформировать конкретные личностные цели. Завершающий этап характеризуется смысловым наполнением деятельности личности (Зеер, 2003).

По мнению Ю. П. Поварёноква, выбор своей будущей специальности тесно взаимосвязан с решением комплекса противоречий, основа которых состоит из противостояния между личностными и социальными потребностями. По этой причине личность, совершая осознанный выбор, становится создателем своего жизненного пути, а сам выбор – сознательным решением. Построение пути саморазвития в учебной и профессиональной деятельности прогнозирует благоприятные изменения в системе ценностей, личностных ориентаций, потребностей, мотивов, а также в субъектных позициях личности (Поварёнков, 2006).

Проблема личностного роста может в скрытой форме содержаться в мотивационных аспектах деятельности обучающегося, в связи с этим необходимо обратиться к мотиву в конкретной ситуации, что зависит от положительного отношения к учебе в целом и к получаемой профессии (Кофейникова, 2016).

Таким образом, понимание системы мотивов выбора специальности позволяет прогнозировать активность в учебной деятельности, ее результативность на разных этапах обучения, а также определять ее субъективную значимость.

Выбор вуза не является причиной выбора специальности, также, как и выбор элективной дисциплины не является причиной выбора направления физической подготовки. Мотивация основана на многокомпонентной модели, и в каждом компоненте присутствует та или иная причина. Зачастую выбор элективной дисциплины происходит в силу ряда причин: выбор дисциплины большинством одноклассников, выбор твоих друзей, компетентность преподавателя, вид спорта и т. д. Что же касается связи выбора элективной дисциплины с учебной деятельностью в целом, то здесь все гораздо сложнее и глубже. Для того чтобы выявить механизм мотивационной ак-

тивности выбора элективной дисциплины, было проведено данное исследование.

Исследование проводилось на базе Новосибирского государственного университета экономики и управления, в нем приняли участие 39 студентов первого года обучения.

На первом этапе исследования, в первом семестре, студентам было предложено выбрать элективную дисциплину по физической культуре и спорту. Далее были сформированы две группы, исходя из выбранной дисциплины. В первую входили обучающиеся, которые выбрали волейбол, баскетбол, плавание, атлетическую гимнастику и легкую атлетику. В другую группу определили обучающихся, которые выбрали элективное направление «фитнес».

Идея поделить группу на две не равные между собой части состояла в том, чтобы выявить мотивационные аспекты исходя из направления самой дисциплины. Отличие направления «фитнес» от остальных направлений состоит в том, что данная дисциплина не ставит перед собой спортивные задачи, такие как победа на соревнованиях, установление рекордов, различные достижения и успехи соревновательной деятельности. Соответственно, цель у этих направлений будет разная. Предполагается, что фитнес выберут желающие оздоровиться и улучшить фигуру, а спортивные виды – желающие занять первые места и достичь новых рекордов. Таким образом, выборка, поделенная на две группы в зависимости от направлений, будет отличаться целью и предположительно мотивацией выбираемой дисциплины.

Второй этап исследований состоял в том, чтобы определить уровень мотивации к учебной деятельности. Студенты заполнили опросник. Данные опросника позволили выделить три уровня мотивации обучающихся: низкий, допустимый и оптимальный. Показатель уровня мотивации в группе 1 составил 25,4 баллов, в группе 2 – 23,7.

Данные по опроснику не показали статистически значимых различий, после чего было решено использовать методику «Мотивации обучения в вузе» (Т. И. Ильиной). Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень адекватности выбора профессии в группе 1 гораздо выше показателей группы 2. Для изучения различий в уровне мотивационных компонентов двух элективных групп и для определения статистической значимости различий средних величин был применен статистический критерий  $t$  Стьюдента. Мотивационными компонентами являлись следующие шкалы: «Приобретение знаний», «Овладение профессией», «Получение диплома». Эмпирическое значение по первой шкале  $p=0,03$ , по второй –  $p=0,41$ , по третьей –  $p=0,06$ . По последним двум шкалам показатели превысили допусти-



мое значение ( $p > 0,05$ ), следовательно, фактор не влияет на отклик, т. е. мы не можем утверждать, что присутствуют существенные различия результатов, которые показали данные шкалы. Тем не менее, шкала «Приобретение знаний» показала другие результаты, в частности, уровень значимости составил  $p > 0,03$ , что меньше допустимого значения ( $p > 0,05$ ). Для того чтобы понять, насколько данные значения отличаются, мы вычислили среднее арифметическое спортивного направления от фитнеса ( $62,73 - 58,96 = 3,77$ ) и получили различие в 3,77. Следовательно, у студентов, выбравших спортивные направления, по шкале «Приобретение знаний» уровень значимости на 3,77 больше, чем у студентов, выбравших направление «фитнес».

В данных четко отражена динамика средних групповых показателей и значимость их различия. Наглядно представлены показатели сформированности мотивационных компонентов, значимость их различий по определенным шкалам, а также количество испытуемых в каждой группе.

Итак, наши исследования показали, что уровень мотивации к учебе выше у студентов, выбравших спортивное направление. Уровень мотивации показывает, в какой мере студент увлечен образовательным процессом, насколько выполняемая деятельность представляется для него интерес.

Исходя из анализа научно-методической литературы и проведенного исследования, можно говорить о наличии мотивационных компонентов у студентов, присутствующих на данной элективной дисциплине и к учебной деятельности в целом, частью которой является дисциплина «Физическая культура и спорт». Отмечается разнообразие личностных мотивов выбора элективных дисциплин. Защитные механизмы, проявляющиеся у студента на первом курсе, отражаются в мотивации, заставляя его самостоятельно принимать решение. Тревожность, присутствующая у студента на начальном этапе обучения, становится ниже благодаря наличию мотивационных компонентов, с помощью которых он может сделать индивидуальный и независимый выбор.

Таким образом, способ освоения элективных дисциплин по физической культуре и спорту и учебной деятельности студентов основана на мотивации, благодаря которой проявляется свобода выбора личности, что влияет на учебную деятельность.

### **Литература**

Зеер Э. Ф. Психология профессий. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.

- Кофейникова Ю. Л.* Личностный контекст учебной деятельности как фактор преодоления отчужденности личности студента от собственного образования // Психология обучения. 2016. № 5. С. 47–54.
- Поварёнков Ю. П.* Психологическое содержание профессиональной идентичности // Сибирский психологический журнал. 2006. № 24. С. 53–58.
- Спаньоло-Лобб М.* Сейчас-ради-потом в психотерапии: гештальт-терапия, рассказанная в обществе эпохи постмодернизма. Ростов-на-Дону: Феникс, 2015.
- Super D. E., Bahn M. Y.* Occupational Psychology. L.: Tavistock, 1971.

## **О некоторых динамических аспектах проактивного совладающего поведения личности**

*А. А. Бехтер*

Тихоокеанский государственный университет, Хабаровск

В статье обсуждается вопрос о динамическом характере проактивного совладающего поведения личности. Автор показывает, как важные структурные компоненты проактивного совладающего поведения (потребности, мотивы, волевые аспекты, цели и действия) могут изменяться в результате достижения личностью важных жизненных целей, которые так или иначе связаны с самореализацией и приращением новых ресурсов. Важная роль в реализации такого типа совладания отводится проактивной установке (аттитюду), временной перспективе (соотношению будущего и настоящего), волевым усилиям, а также самой цели, которая является системообразующим фактором.

*Ключевые слова:* проактивное совладающее поведение, проактивная установка (проактивный аттитюд), цель, динамический подход, личность.

Современное исследование проактивного совладающего поведения личности обусловлено интересом к возможностям человека предвидеть трудные ситуации, разрешать их задолго до их возникновения, а также «лично расти» с преодолением таких жизненных событий. В меняющихся стрессовых условиях эти формы поведения в реальности представляют собой сплав реактивных и проактивных стратегий (Слабинский и др., 2019), т. е. стратегий адаптации и самореализации одновременно, что влечет за собой определенные трудности анализа и изучения такого типа поведения в динамическом процессе. Анализируя работы, посвященные концепциям проактивного совладающего

поведения и изучению различных диспозиционных свойств определяющих его факторов и предикторов, мы можем заключить о динамическом характере проактивного совладания (Старченкова, 2009; Aspinwall, Taylor, 1997; Schwarzer, 2001; Starchenkova, 2020).

*Цель* статьи – осветить некоторые динамические аспекты проактивного совладающего поведения личности через призму динамического подхода к исследованию личности и ее поведения. Мы предполагаем, что динамические аспекты проактивного совладающего поведения связаны с самим характером жизнедеятельности личности и условий ее существования.

Проактивное совладающее поведение личности может представлять собой динамическое волевое поведение (система действий и поступков), направленное на преодоление самостоятельно выбранного воображаемого образа будущей трудной ситуации, которая воспринимается как вызов и возможность приращения личностных ресурсов. О динамическом характере проактивного совладающего поведения свидетельствует специфика его структурных компонентов, таких как потребность, мотивация, цель и собственно развертывающиеся стратегии по достижению цели.

Потребность выступает первым звеном в любой деятельности и поведения, в том числе и в видах поведения, ориентированных на совладание с трудностями (воображаемыми или реальными). По мнению Ш. Н. Чхартишвили, не наличие потребности (желание что-то иметь), а именно ее прерывание или отсутствие на текущий момент жизни побуждает индивида активизироваться, прилагать усилия к осуществлению конкретных действий (Чхартишвили, 1955). Что же является потребностью в проактивном совладающем поведении личности? Л. И. Анцыферова пишет о том, что личность постоянно находится «в процессе постоянного несовпадения с собой, в процессе выхода за свои пределы» (Анцыферова, 1985, с. 8). Именно «несовпадение с собой» или внутреннее противоречие между наличными и желаемыми личностными ресурсами (в виде навыков, умений, опыта) порождают у личности потребность в проактивном совладающем поведении. Объектом этой потребности становится своеобразное желание «расширения Я» как непрерывного присвоения нового личного опыта и ресурсов. Понимание субъектом того, что он не обладает ресурсами (компетенциями) для решения трудных ситуаций или задач, которые предстоят на жизненном пути, обуславливает его потребность и желание овладеть этим заранее. Динамизм заключается в том, что много раз эта потребность будет претерпевать изменения по ходу развертывания реальных ситуаций. Потребность каждого человека в этом

смысле индивидуальна и многогранна, зависит от социальной среды и ее изменений. Если личность «теряет веру в возможность достижения некогда горячо желаемой цели», то «оказывается не способной удержать свою временную перспективу» (там же, с. 10).

Превращаясь в систему мотивов, ориентированную на совладание с образом будущей ситуации, экстраполяция (или, по Анцыферовой, «опрокидывание») этой грядущей ситуации происходит на настоящее для рассмотрения актуальных элементов, решение которых «здесь-и-сейчас» может приближать к желаемой цели. С этой точки зрения, мотивация субъекта проактивного совладания направлена в будущее через настоящее, позволяющее изменить будущее. Нелинейность жизни, ее часто непредсказуемый характер может отодвигать эту потребность или приближать, в зависимости от ситуации. Удержание потребности и достижение конкретной цели требует от субъекта волевого усилия. Таким образом, следует характеризовать проактивное совладающее поведение как волевое динамическое поведение.

Мотивы проактивного совладающего поведения личности в целом можно характеризовать как мотивы достижения успеха и присвоения личностных навыков для будущих трудных ситуаций в различных областях жизнедеятельности – в социальной, профессионально-деятельностной, экзистенциальной и других. Для каждого индивида воображаемая трудная ситуация индивидуальна, и он сам осуществляет выбор конкретной цели для решения будущей ситуации, принимая на себя ответственность за себя и свою жизнь. Например, это может быть накопление средств длительный период для покупки имущества или же получение высшего образования, освоение новой профессиональной деятельности в течение нескольких лет. Здесь проявляется субъектный механизм проактивности личности – свобода выбора как промежуточное звено между стимулами социальной среды и реакцией человека на эти стимулы (Франкл, 1990).

Цель как идеальный результат желаемого в проактивном совладающем поведении играет важную роль, регулируя на каждом этапе промежуточные цели, позволяющие приблизиться к основной. Так как «личности действовать приходится в изменяющихся условиях, то вероятное недостижение промежуточной цели не должно приводить к блокированию главной, основной» (Анцыферова, 1985, с. 11). Изменения при развертывании проактивного совладающего поведения личности во времени приводит к изменению ее состояний, способствует приращению новых личностных свойств, привычек, установок. Достигая конечной цели порой через много лет, личность может обнаруживать, что исходная цель и конечная цель не тождест-

венны, человек может «перерасти свой идеал» (там же, с. 10). Это также связано с динамическим характером жизнедеятельности и поведения личности.

Приступая к реализации каких-либо стратегий, которые помогут заранее преодолеть трудную ситуацию, человек должен иметь не только представление, как это сделать, но и быть готовым это сделать. Важную роль играет проактивная установка (проактивный аттитюд), демонстрирующий готовность личности действовать даже в непростых условиях по мере движения к основной цели (Schwarzer, 2001). «Именно проактивная установка может обеспечивать целесообразность поведения, поскольку в ней отражается вся будущая ситуация поведения, делая его акты объективными и доступными для анализа личности» (Чхартишвили, 1955, с. 20). Несомненно, что при разворачивании непосредственно стратегий проактивного совладания в процессе достижения цели ситуация может меняться, может меняться и сама проактивная установка, но неизменными ее компонентами должны оставаться позитивное восприятие будущей ситуации, вера в благополучный исход будущих событий, ценность обретаемой цели.

Таким образом, структурные компоненты проактивного совладающего поведения (потребности, мотивы, волевые аспекты, цели и действия) могут трансформироваться согласно изменяющейся в процессе достижения цели самой личности. Эти изменения вызываются и социальной ситуацией, и изменением траектории движения к цели, и возникновением новых подкрепляющих мотивов (в случае, если личность начинает утрачивать потребность в желаемом на протяжении длительного времени). Мы можем сделать вывод, что в реализации и протекании проактивного совладающего поведения играют роль не только личностные особенности, заданные условия и текущая ситуация, но и динамические характеристики самого поведения, которые могут привносить изменения и новизну в структуру мотивов и потребностей (образовывать новые мотивы по мере достижения целей). Перспектива изучения проактивного совладающего поведения как динамического волевого поведения, направленного на преодоление выбранного вообразяемого образа будущей трудной ситуации, состоит в установлении динамики общих закономерностей его протекания, механизмов и факторов, а также в выявлении видов и типов подобного поведения, связанных с его чрезмерным развитием и эксплуатацией.

### Литература

*Анциферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психологический журнал. 1981. Т. 2. С. 8–18.

- Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Незнанов Н. Г., Никифоров Г. С., Ульянов И. Г.* Психологические особенности реактивного, активного и проактивного типов совладающего поведения: уровневый подход // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2019. Т. 10. № 3. С. 539–545.
- Старченкова Е. С.* Концепция проактивного совладающего поведения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12. «Психология. Социология. Педагогика». 2009. № 1–2. С. 198–205.
- Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
- Чхартушвили Ш. Н.* Проблема мотива волевого поведения: Автореф. ... дис. д-ра пед. наук. Кутаиси, 1955.
- Aspinwall L. G., Taylor S. E.* A stitch in time: Self-regulation and proactive coping // Psychological Bulletin. 1997. V. 121. № 3. P. 417–436. doi: 10.1037/0033-2909.121.3.417
- Schwarzer R.* Stress, resources, and proactive coping // Applied Psychology: An International Review. 2001. V. 50 (3). P. 400–407.
- Starchenkova E. S.* Phenomenon of proactive coping behavior in occupational health psychology // Organizational Psychology. 2020. V. 10 (4). P. 156–183.

## **Индивидуальная помощь уязвимым категориям детей, попавшим в трудную жизненную ситуацию**

*О. Н. Веричева*

Костромской государственной университет, Кострома

В статье проанализированы исследования по формированию трудной жизненной ситуации ребенка в условиях глобальных вызовов и катастроф современного общества. Обоснованы субъективные и объективные факторы, приводящие к возникновению трудной жизненной ситуации ребенка, даны примеры подобных ситуаций. Выявлена структура трудной жизненной ситуации ребенка, состоящая из действующих лиц, участвующих в происходящих событиях; осуществляемой деятельности, которая привела к возникновению трудной жизненной ситуации, ее временных и пространственных аспектов, а также процесса переживания и интерпретации ребенком случившихся событий.

*Ключевые слова:* трудная жизненная ситуация, ребенок, субъективные и объективные факторы.

Индивидуальная помощь ребенку в преодолении последствий трудной жизненной ситуации предоставляется в условиях учреждений

социального обслуживания населения, в центрах психологической помощи населению, в группах самопомощи. Для углубления исследуемой проблемы большую значимость представляет изучение влияния трудной жизненной ситуации на личность ребенка, социализирующегося в условиях глобальных рисков и катастроф. Формирование трудной жизненной ситуации может происходить из-за невозможности ребенка самостоятельно или с помощью семьи реализовать свои актуальные потребности. В частности, согласно статистике Министерства здравоохранения Российской Федерации, число детей, пострадавших от киевского режима, возрастает: с 2014 г. в ДНР ранения различной степени тяжести получили 663 ребенка, погибли 214 детей; в ЛНР общее количество пострадавших детей составило 248 человек, в том числе 57 погибло; в Херсонской области пострадали 35 детей, в том числе было 6 летальных исходов, в Запорожской области с 2022 г. пострадали 10 детей.

В связи с приведенными фактами, характеризующими угрозы жизни детей, а также нарушения процесса благоприятных условий их социализации, возникает необходимость в обосновании проблемы формирования трудной ситуации ребенка в целях своевременной и эффективной помощи современному российскому поколению детей в возрасте от рождения до восемнадцати лет.

Трудная жизненная ситуация ребенка — это утрата личностью независимости, сопровождающаяся потерей традиционного посредника (родителей) в реализации своих потребностей, возникающая под воздействием субъективных и объективных факторов. Сущность трудной жизненной ситуации состоит в объективной или субъективной невозможности ребенка удовлетворить собственные потребности (Бессонова, 2002).

К объективным факторам, приводящим к трудной жизненной ситуации, мы отнесем следующие: лишение или ограничение в правах родителей; неблагоприятные экологические условия для проживания; военные действия и конфликты; смерть одного из родителей; утрата здоровья; последствия экстремальных ситуаций: насилие, пожар, террористические акты, военные действия, низкий уровень материальной обеспеченности семьи (Гостюшин, 1995).

Трудная жизненная ситуация может сопровождаться субъективными факторами: сопротивляемость ребенка к преодолению проблемы самостоятельно, с помощью включения личностных ресурсов; длительная зависимость от деятельности специалиста по социальной работе, психолога, педагога; иждивенческая позиция; отсутствие ответственности за свои поступки; конфликтные отношения с родите-

лями; неблагоприятный социально-психологический климат в семье; антисоциальные нормы и ценности, на основании которых была организована жизнедеятельность семьи. К субъективным трудным жизненным факторам подростков мы прежде всего отнесем отсутствие социального опыта в самостоятельном преодолении неблагоприятных факторов риска, возникающих в социальной среде, затрудняющих формирование межличностных отношений со сверстниками и взрослыми, а также развитое чувство субъективного контроля по отношению к отрицательным ситуациям — «комплекс неудачника» способствует возникновению склонности обвинять самого себя в различных неприятностях, тем самым блокируя активность, инициативность в разрешении трудной жизненной ситуации (Бессонова, 2002).

Термин «ситуация» происходит от *фр.* «situation» и означает положение, обстановку. Следовательно, анализ трудной жизненной ситуации может быть проведен в двух аспектах: как исследование обстановки социальной среды, которая повлияла на возникновение трудной жизненной ситуации, и как изучение положения личности, которая подверглась неблагоприятным воздействиям.

Л. Ф. Бурлачук и Е. Ю. Коржова понятие «ситуация» характеризуют как «результат активного взаимодействия личности и среды» (Бурлачук, Коржова, 1998, с. 8), улучшающий жизнедеятельность человека.

Типичную ситуацию развития благодаря собственным внутренним ресурсам, а также благоприятным условиям среды, не нарушающим процесс развития, а только способствующий ему, ребенок может преодолеть самостоятельно. Примерами социальных ситуаций развития могут являться включение ребенка в коллектив сверстников, решение учебно-практических заданий, моделируемых педагогом. В конкретном случае приведенные примеры не нарушают процесс развития ребенка, так как воздействие факторов среды воспринимается им адекватно, без отягчающих последствий. Социальные ситуации развития — «норма», не нарушающая процесс жизнедеятельности человека, а наоборот, способствующая активности личности. Возникновение трудной жизненной ситуации отличается от них процессом переживания случившихся событий, в котором в «неразрывном единстве» представлены, с одной стороны, среда, т. е. то, что переживается ребенком, с другой — субъект, т. е. то, что вносит в это переживание сам ребенок.

Отсюда следует: «чтобы понять, какое именно воздействие оказывает среда на ребенка и, следовательно, как она определяет ход его развития, надо понять характер переживания ребенка, характер его аффективного отношения к среде» (Коломинский, 2000, с. 45).



В исследовании эволюции трудной жизненной ситуации подростка большое значение имеют объективные и субъективные факторы, влияющие на данный процесс. Я. Л. Коломинский отмечает, что «нужно учитывать обе стороны социальной ситуации: объективную – взаимосвязи ребенка с окружающими людьми и субъективную – отражение этих взаимосвязей, взаимоотношений между людьми и переживание, осознание этих взаимоотношений» (там же, с. 43). При нарушении равновесия во взаимодействии личности и среды может происходить возникновение двух видов трудных жизненных ситуаций: объективных («по значимости внешних обстоятельств»), субъективных («по преобладающей роли личностных особенностей») (там же, с. 43).

Классифицировать объективные факторы возможно на основании концепции Д. Магнуссона, который предложил пять уровней определения ситуаций:

- 1) стимулы, т. е. «отдельные объекты или действия: отдельная личность или ее действия оказывают влияние на возникновение трудной жизненной ситуации ребенка». Например: военные действия на территории, где проживает ребенок (Бурлачук, Коржова, 1998, с. 7);
- 2) эпизоды, т. е. «особые значимые события, имеющие причину и следствие» (там же, с. 8), например, лишение прав или ограничение в правах родителей подростка;
- 3) ситуации, происходящие в жизни ребенка, «восприятие и интерпретация» которых может привести к возникновению трудной жизненной ситуации; отсутствие взаимопонимания в коллективе сверстников, конфликтная ситуация способствуют отчуждению подростка, его уходу в себя, формируется делинквентное поведение;
- 4) окружение, т. е. семья, классный руководитель, коллектив сверстников, образованный по месту жительства подростка;
- 5) среда, т. е. «совокупность физических и социальных переменных внешнего мира» (там же, с. 8): неблагоприятные экологические условия для проживания, военные действия и конфликты и т. п.

К субъективным факторам, влияющим на формирование трудной жизненной ситуации ребенка, Л. Ф. Бурлачук и Е. Ю. Коржова относят «межличностные отношения, социально-психологический климат, групповые нормы, ценности, стереотипы сознания» (там же, с. 8). К стереотипам сознания можно отнести сопротивляемость подростка самостоятельно, с помощью включения личностных ресурсов, преодолеть проблему; иждивенческая позиция, отсутствие ответственности за свои поступки.

Трудная жизненная ситуация возникает в результате утраты личностью независимости либо потери традиционных посредников (родителей) в реализации своих потребностей.

По мнению Л. Ф. Бурлачука и Е. Ю. Коржовой, структура трудной жизненной ситуации ребенка включает в себя «действующих лиц», участвующих в происходящих событиях, осуществляемую деятельность участников, которая привела к возникновению трудной жизненной ситуации, «ее временные и пространственные аспекты» (там же), переживание и интерпретацию подростком случившихся событий.

Трудные жизненные ситуации из приведенных примеров сопровождаются снижением эмоций. На основании информационной теории П. В. Симонова (Реан, 1998, с. 10), эмоции, их уровень определяются структурной формулой следующего вида:

$$\text{Э} = \text{П} (\text{Ин} - \text{Ии}),$$

где Э – эмоции, П – актуальная потребность, Ин – информация необходимая и Ии – информация, имеющаяся у субъекта, на основании которой он может судить о возможности удовлетворения потребности.

Выражение в скобках является частью меры неопределенности ситуации, и чем она выше, тем больше эмоциональное напряжение.

Ребенок, попавший в трудную жизненную ситуацию, не имеет информации, необходимой для реализации актуальной потребности, а та информация, которая у него есть, может быть недостаточной или искаженной (так как у ребенка еще недостаточен жизненный опыт и отсутствуют взрослые, которые могут ему в этом помочь).

Отмечается такая особенность, как вариативность выхода подростком из трудной жизненной ситуации. Е. А. Алексеева характеризует конструктивные и неконструктивные стратегии. К конструктивным способам решения проблемы она относит «достижение цели своими силами (не отступать, добиваться того, чего хочешь), обращение за помощью к другим людям, включенным в данную ситуацию или обладающим опытом разрешения подобных проблем, тщательное обдумывание проблемы и различных путей ее развития или решения (вести себя обдуманно), изменение своего отношения к проблемной ситуации (преодоление стереотипа „неразрешенности проблемы“, снятие состояния трагедии, отношение позитивное, по возможности с юмором), изменения в себе самом, в системе собственных установок привычных стереотипов („нужно искать причины в себе“» (Алексеева, 1999, с. 123).

Опыт конструктивного разрешения трудной жизненной ситуации ребенок приобретает с помощью индивидуальной помощи в услови-

ях детских объединений, создаваемых в учреждениях социального обслуживания. Кроме профессионалов-взрослых, сверстники своими действиями также могут способствовать преобразованию трудной жизненной ситуации, изменению личности подростка, направленному на преодоление травмирующих обстоятельств, актуальных сейчас, приобретению уверенности своих силах, способности противостоять трудностям, быть субъектом собственной жизни.

### Литература

- Алексеева Е. В.* Ответственность и особенности преодоления подростками трудных жизненных ситуаций // Наш проблемный подросток: Учеб. пособие. СПб.: Союз, 1999.
- Бессонова (Веричева) О. Н.* Организация жизнедеятельности детских объединений в учреждениях социального обслуживания населения: Дис. ... канд. пед. наук. Кострома, 2002.
- Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю.* Психология жизненных ситуаций: Учеб. пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998.
- Коломинский Я. Л.* Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности): Учеб. пособие. Минск: Тетра-Система, 2000.
- Краткая энциклопедия экстремальных ситуаций: Справочное издание / Под ред. А. В. Гостюшина. Кострома: Т-во российских издателей; ИПП «Кострома», 1995.
- Реан А. А.* Проблемы и перспективы развития концепции локуса контроля личности // Психологический журнал. 1998. Т. 19. № 4. С. 3–12.

## К вопросу о биохимии индивидуальных различий совладающего интеллекта\*

Е. В. Волкова\*, И. О. Куваева\*\*, А. В. Варламов\*\*\*, Н. Э. Волкова\*,  
Д. А. Докучаев\*

\* Институт психологии Российской академии наук, Москва

\*\* Уральский федеральный университет им. первого Президента  
России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург

\*\*\* Рязанский государственный медицинский университет  
им. академика И. П. Павлова, Рязань

Цель исследования состояла в построении модели связей генетических маркеров со стратегиями совладания под контролем формально-динамических свойств индивидуальности. Полученные результаты свидетельствуют, что в качестве биохимических коррелятов стратегий эмоционального совладания (разрядка и беспокойство) может выступать COMT. Показано, что носители генотипа Met/Met в сочетании с генотипом G/G демонстрируют самую низкую склонность к разрядке, в то время как в сочетании с генотипом G/A – самую высокую. Генотипы Val/Val и Val/Met варианта с. 196G>A гена BDNF сопряжены с более частым обращением к совладанию с трудной ситуацией посредством работы и достижения, по сравнению носителями генотипа Met/Met. Чем выше темпераментальная активность (задаток второго уровня), тем чаще человек обращается к стратегии «работа и достижения». Причем задатки второго уровня оказывают больший эффект, по сравнению с задатками первого уровня (генотип).

*Ключевые слова:* совладающий интеллект, BDNF, COMT.

С проблемами, бедами и несчастьями люди встречаются в разных сферах своего бытия. На каждом этапе жизненного пути человека есть свои проблемы и тяжелые события, с которыми он справляется с разной степенью успешности. Изучение того, каким образом человеку это удастся делать, при этом сохраняя здоровье и потенциал развития, является неотложным и актуальным.

Проблеме совладания посвящено значительное число исследований, но, как и во времена Л. И. Анцыферовой, остаются все те же «методологические просчеты большинства исследований», а именно, фрагментарность и упрощенное понимание трудных жизненных си-

---

\* Исследование выполнено при поддержке гранта РНФ № 23-18-00293. URL: <https://rscf.ru/project/23-18-00293>.

туаций. Согласно Л. И. Анцыферовой, особый жизненный мир, в котором в «осадке» содержится индивидуальная история преодоления трудных жизненных ситуаций, выступает как медиатор выбора стратегии совладания (Анцыферова, 1994). Индивидуальный опыт преодоления стрессовых ситуаций является основой совладающего интеллекта, т. е. способности субъекта продуктивно разрешать стрессовые ситуации, сохраняя потенциал здоровья и преумножая потенциал развития личности в нестабильных условиях жизни, способности предвидеть трудности, разрешать текущие проблемы и уменьшать дистресс в будущем (Волкова, Куваева, 2023).

Термин «совладающий интеллект» впервые предложен А. В. Либиной. Согласно автору, главным фактором, определяющим индивидуальный репертуар стратегий и субъективное благополучие человека, являются формально-динамические свойства индивидуальности (темперамент) (Либина, 2024), т. е. задатки второго рода (Русалов, Дудин, 2024). Такое понимание совладающего интеллекта редуцирует способности в задатки. Вопросы собственной активности человека, направленной на построение собственного жизненного пути и концептуализации трудных жизненных ситуаций, а также психической основы и качественной специфики совладающего интеллекта авторами не затрагивались (Волкова, Куваева, 2023).

Обзор нейрохимических коррелятов индивидуальных различий совладающего интеллекта показал, что вопросы биохимической основы индивидуальных различий совладания, т. е. задатков первого рода, учеными практически не затрагивались (Куваева, Volkova, 2022). Вместе с тем, многопоколенческий наследственный стресс и стресс, переживаемый на каждом этапе жизненного пути, предопределяют нейрохимические изменения в организме (Куваева, Волкова, 2024). Среди генетических маркеров устойчивости в стрессовых ситуациях наиболее часто указываются нейротрофический фактор мозга (BDNF, Brain-Derived Neurotrophic Factor) и катехол-О-метилтрансфераза (COMT, Catechol-O-Methyl Transferase) (Linz et al., 2019; Rakesh et al., 2019).

Нейротрофический фактор мозга – белок человека, кодируемый геном BDNF. Он стимулирует и поддерживает развитие нейронов, т. е. относится к факторам роста нервной ткани: помогает выживать появляющимся нейронам, увеличивает численность и дифференциацию новых нейронов и синапсов. Ген BDNF участвует в регуляции синаптической передачи и пластичности, отвечая за успешность переработки информации (обучение и долговременную память). В гене BDNF имеется полиморфный локус rs328, приводящий к замене нуклеотида гуанин на аденин. Наиболее распространенный аллель G кодирует

Val, а аллель А кодирует Met. Полиморфизм BDNF (Val66Met) может привести к неправильному сворачиванию белка и снижению связывания зрелого BDNF с его рецептором, вызывая нарушения функции гиппокампа. Наличие полиморфизма BDNF обуславливает появление нейропластических изменений мозговой ткани и нарушений синаптической передачи. Считается, что данный полиморфизм ассоциирован с восприимчивостью, частотой и клиническими особенностями некоторых нейродегенеративных расстройств, которые встречаются при шизофрении, болезни Альцгеймера, Паркинсона, рассеянном склерозе, хореи Гентингтона, депрессии и биполярном расстройстве. Устойчивость к стрессовым ситуациям коррелирует с генотипом Val/Val варианта с. 196G>A гена BDNF. Снижение устойчивости может быть связано с генотипами Val/Met и Met/Met.

COMT – идентифицированный ген, связанный с реакцией на травматический стресс, помогает поддерживать необходимое количество нейротрансмиттеров для нормального функционирования префронтальной коры головного мозга, играющей важную роль в планировании, ингибировании некоторых видов поведения, абстрактном мышлении, эмоциях и кратковременной памяти. Ген связан с аллельными вариантами. Наиболее изученным является Val158Met. Генетический маркер G472A (Val158Met) – участок ДНК в составе гена COMT, в котором происходит замена гуанина (G) на аденин (A) в позиции 472. Если в данной позиции находится гуанин (G), такой вариант гена обозначается как G-аллель, а если аденин (A) – A-аллель. В результате данной замены, в позиции 158 аминокислотной последовательности белка, аминокислота валин замещается на метионин (Val158Met), что приводит к повышению уровня катехоламинов и может способствовать психоневрологическим проявлениям заболеваний.

Генетическая дифференциальная восприимчивость и личностная устойчивость обуславливают изменчивость индивидуальной реакции на стресс (Malhi et al., 2019) и разные линии развития субъекта в трудных жизненных ситуациях: регрессивную, стабильную и прогрессивную (Волкова, Куваева, 2024).

*Цель* настоящего исследования состояла в построении модели связей генетических маркеров со стратегиями совладания под контролем формально-динамических свойств индивидуальности.

Выборка исследования составила 165 добровольцев в возрасте  $34,92 \pm 9,5$  лет, среди них 43% мужчин из Москвы и Екатеринбурга. Данная выборка отличается высоким образовательным статусом, большинство респондентов имеют высшее образование, некоторые два высших образования и ученую степень.

Респондентов заранее информировали о целях и процедуре исследования, возможных рисках и выгодах, о том, как подготовиться к забору биоматериала. После подписания информированного добровольного согласия на безвозмездное участие в исследовании в целях содействия развитию науки респонденты заполняли тестовую тетрадь. Сбор и анализ биоматериалов (венозная кровь) для исследования осуществлялся в 8:00 сотрудниками лаборатории ДНКМО. Исследование проводилось в субботу и воскресенье.

Использовались следующие методы:

- биохимические: BDNF (g. 27658369C>T; с. 196G>A; с. 220G>A; p. Val66Met; p. Val148Met; V66M; G196A; rs6265), катехол-О-метилтрансфераза (COMT Val158Met) – выявление мутации G472A (Val158Met);
- психологические: «Опросник формально-динамических свойств индивидуальности» В. М. Русалова (2012) и «Опросник совладающего поведения» Э. Фрайденберг и Р. Льюиса в адаптации Т. Л. Крюковой (2007).

Методом статистической обработки данных стало общее линейное моделирование (многомерный подход).

Общее линейное моделирование выдвигает строгие критерии к данным: наблюдаемые ковариационные матрицы дисперсия ошибки зависимых переменных должны быть равны во всех группах. Данным требованиям на нашей выборке исследования соответствовали только такие зависимые переменные, как «работа и достижения», «беспокойство», «несовладание», «разрядка» и «самообвинение». Поэтому из 18 стратегий были включены в модель только пять зависимых переменных. Значимость Vox's M составила 0,706. Значимость критерия Ливиня варьировала в пределах 0,166÷0,704. Коррекция доверительных интервалов осуществлялась на основе критерия Бонферрони.

В качестве независимых переменных (факторов) выступали номинальные переменные, имеющие три вариации: генотипы Val/Val, Val/Met и Met/Met варианта с. 196G>A гена BDNF и генотипы G/G, G/A и A/A COMT Val158Met.

Оценка эффектов межгрупповых факторов показала следующее:

- ковариата «общая активность» оказывает статистически значимое влияние на зависимые переменные «работа и достижения» ( $F = 16,310$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,111$ ), «несовладание» ( $F = 28,647$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,179$ ), «разрядка» ( $F = 15,284$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,104$ ) и «самообвинение» ( $F = 7,973$ ,  $p = 0,005$ ,  $\eta^2 = 0,057$ );

- ковариата «общая эмоциональность» оказывает статистически значимое влияние на зависимые переменные «беспокойство» ( $F = 14,324$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,099$ ), «несовладание» ( $F = 13,970$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,096$ ), «разрядка» ( $F = 7,703$ ,  $p = 0,006$ ,  $\eta^2 = 0,056$ ) и «самообвинение» ( $F = 19,641$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,130$ );
- независимая переменная BDNF на уровне тенденции оказывает влияние на распределение зависимой переменной «работа и достижения» ( $F = 2,827$ ,  $p = 0,063$ ,  $\eta^2 = 0,041$ );
- независимая переменная COMT оказывает статистически значимое влияние на распределение зависимой переменной «разрядка» ( $F = 4,718$ ,  $p = 0,011$ ,  $\eta^2 = 0,067$ );
- обнаружено статистически значимое влияние взаимодействия между независимыми переменными BDNF и COMT на распределение зависимой переменной «разрядка» ( $F = 2,663$ ,  $p = 0,050$ ,  $\eta^2 = 0,057$ ) и на уровне тенденции – на зависимую переменную «беспокойство» ( $F = 2,328$ ,  $p = 0,077$ ,  $\eta^2 = 0,051$ ).

Согласно полученным данным, в качестве биохимической основы стратегии совладания «работа и достижения» могут выступать BDNF (задаток первого уровня). Генотипы Val/Val и Val/Met варианта с. 196G>A гена BDNF сопряжены с более частым обращением к совладанию с трудной ситуацией посредством работы и достижения, по сравнению носителями генотипа Met/Met. Также следует отметить, что чем выше темпераментальная активность (задаток второго уровня), тем чаще человек обращается к стратегии «работа и достижения», причем задаток второго уровня оказывает больший эффект, по сравнению с задатком первого уровня.

В качестве биохимической основы стратегий эмоционального совладания (разрядка и беспокойство) может выступать COMT (задаток первого уровня). Причем чем выше темпераментальная эмоциональность (задаток второго уровня), тем чаще человек прибегает к эмоциональным стратегиям совладания. Особо интересный факт состоит в том, что носители генотипа Met/Met в сочетании с генотипом G/G демонстрируют самую низкую склонность к разрядке, в то время как в сочетании с генотипом G/A – самую высокую.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Волкова Е. В., Куваева И. О.* Совладающий интеллект: дифференциально-интеграционный подход. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.



- Куваева И. О., Волкова Е. В.* Нейрохимические маркёры совладающего интеллекта // Казанский медицинский журнал. 2024. Т. 105. № 2. С. 260–271. doi: 10.17816/КМЖ623568
- Либина А. В.* Совладающий интеллект: практическое пособие. М.: Юрайт, 2024.
- Русалов В. М., Дудин С. И.* Темперамент и интеллект: теоретико-экспериментальные исследования. М.: Наука, 2024.
- Kuvaeva I. O., Volkova E. V.* Biochemical correlates of individual differences in coping intelligence // *Natural Systems of Mind*. 2022. V. 2 (2). P. 18–34. doi: 10.38098/nsom\_2022\_02\_02\_03
- Linz R., Puhmann L. M. C., Apostolakou F., Mantzou E., Papassotiriou I., Chrousos C. P., Engert V., Simger T.* Acute psychosocial stress increases serum BDNF levels: an antagonistic relation to cortisol but no group differences after mental training // *Neuropsychopharmacology*. 2019. V. 4. P. 1797–1804.
- Malhi G. S., Das P., Bell E., Mattingly G., Mannie Z.* Modelling resilience in adolescence and adversity: A novel framework to inform research and practice // *Translational Psychiatry*. 2019. V. 9 (1). 316. doi: 10.1038/s41398-019-0651-y
- Rakesh G., Morey R. A., Zannas A. S., Malik Z., Marx C. E., Clausen A. N., Kritzer M. D., Szabo S. T.* Resilience as a translational endpoint in the treatment of PTSD // *Molecular Psychiatry*. 2019. V. 24. P. 1268–1283.

## **Преодоление трудностей: личностная резильентность в подростковом возрасте**

*С. Ф. Галимов*

Казанский (Приволжский) федеральный университет  
(Елабужский институт), Елабуга

В статье подробно рассматриваются физиологические, психологические и социальные изменения подросткового возраста и их влияние на формирование личностной резильентности — качество, которое позволяет молодым людям адаптироваться к переменам и преодолевать жизненные сложности. Особое внимание уделяется взаимодействию семейных стилей воспитания и школьной среды в развитии эмоциональной поддержки и социальных навыков, которые способствуют укреплению психологической устойчивости. В статье представлены различные программы и методы поддержки, включая когнитивно-поведенческие техники и групповое консультирование, направленные на улучшение устойчивости и общего психологического благополучия подростков.

*Ключевые слова:* резильентность, личностная резильентность, жизнеспособность, психологическая устойчивость, подростковый возраст.

Подростковый возраст (период в жизни, который начинается примерно с 10 лет и может продолжаться до 18 лет) характеризуется значительными физическими, психологическими и социальными изменениями (Выготский, 2005). В этот переходный этап от детства к взрослости формируется личностная резильентность – способность успешно адаптироваться к переменам и преодолевать жизненные трудности. Исследование процессов развития резильентности у подростков имеет важное значение для разработки методов поддержки молодых людей, помогающих им благополучно вступить во взрослую жизнь, предупреждая возникновение психологических проблем и социальной дезадаптации.

Актуальность изучения резильентности в подростковом возрасте также обусловлена различиями в реакции на успех или неудачу у разных возрастных групп. Для подростков достижение успеха в каком-либо деле продолжает стимулировать преодоление трудностей, тогда как неудача может подталкивать к приложению еще больших усилий для решения проблемы (Эльконин, 1989).

*Целью* данной статьи является исследование процессов формирования и развития личностной резильентности у подростков в контексте их жизненных обстоятельств и социально-психологических особенностей.

Подростковый возраст представляет собой период значительных физиологических перемен. К таким изменениям относятся рост и развитие тела, появление вторичных половых признаков, гормональные сдвиги, функциональные преобразования. Также подростковый этап сопровождается глубокими психологическими трансформациями, такими как поиск идентичности, эмоциональная нестабильность, развитие когнитивных способностей, стремление к независимости и конфликты с авторитетами, формирование эмпатии и более сложных форм социального взаимодействия. Эти изменения являются фундаментальной частью перехода от детства к взрослости и требуют адекватной поддержки со стороны окружающих, чтобы подростки могли успешно адаптироваться и развиваться в здоровых, счастливых и функциональных взрослых.

Социальное взаимодействие играет центральную роль в жизни подростка. Друзья и сверстники становятся ее основным источником, частично замещая семью. В этот период подростки учатся устанавливать и поддерживать межличностные отношения (Тюплина, Ко-

робова, 2012). Школа представляет собой не только место получения ими знаний, но и площадку для социального взаимодействия, где они сталкиваются с академическими и социальными вызовами, такими как давление со стороны сверстников, первые романтические отношения и поиск своего места в социальной иерархии. Дружеские связи приобретают особенно большое значение в подростковом возрасте, помогая формировать социальную идентичность и оказывая существенное влияние на поведение, интересы и ценности молодых людей.

Личностная резильентность определяется как способность индивида успешно справляться с жизненными кризисами и возвращаться к психологическому равновесию после испытаний, связанных со значительным стрессом или травмами.

Семья играет фундаментальную роль в формировании личностной резильентности подростка. Стили воспитания, особенно те, что включают поддержку и теплоту, способствуют развитию уверенности и социальных навыков.

Психологи выделяют несколько основных стилей воспитания (Пушкина, Копотева, 2007), каждый из которых по-разному влияет на эмоциональное и психологическое развитие ребенка:

- Авторитарный стиль: родители устанавливают строгие правила и ожидают безоговорочного послушания, редко объясняя свои требования или учитывая мнение детей. Такой стиль может привести к формированию у детей зависимого поведения и низкой самооценки, что негативно сказывается на их резильентности.
- Либеральный стиль: родители часто позволяют детям делать практически все, что они захотят, предоставляя им мало направлений или структурирования их поведения. Хотя такие дети могут чувствовать себя свободно в выражении себя, они часто испытывают трудности в ситуациях, требующих дисциплины и самоконтроля.
- Авторитетный (демократический) стиль: родители устанавливают четкие правила и ожидания, но также обсуждают их с детьми, признавая их мнение, поддерживают высокий уровень теплоты и открытости в отношениях, что помогает детям развивать самостоятельность, уверенность в себе и социальные навыки. Этот стиль воспитания считается наиболее благоприятным для развития личностной резильентности.

Эмоциональная поддержка является жизненно важным компонентом в воспитании резильентных детей. Родители, которые активно выражают любовь, сочувствие и понимание, помогают детям чувствовать себя ценными и защищенными. Поддержка в виде поощрения поз-

воляет детям экспериментировать и брать на себя риски в безопасной среде. Умение обсуждать проблемы, выражать и разрешать конфликты в семейной среде помогает подросткам лучше справляться с социальными и эмоциональными вызовами за пределами дома.

Школа является вторым по значимости социальным институтом, оказывающим влияние на развитие резильентности у подростков. Учителя и школьная среда могут выступать либо источником поддержки, либо фактором стресса для молодых людей. Позитивные отношения в школе, когда учителя проявляют понимание и оказывают поддержку своим ученикам, значительно повышают уровень резильентности подростков. Включение в учебный процесс программ, направленных на развитие социальных и эмоциональных навыков, также способствует укреплению резильентности (Галимов, 2023). Школа не является исключительно местом академического обучения, но также представляет собой пространство, в котором дети учатся социальным навыкам, принимают вызовы и учатся справляться с неудачами. В этом контексте учителя оказывают значительное влияние на эмоциональное и психологическое благополучие учащихся.

Сверстники играют двойственную роль в жизни подростков: с одной стороны, они могут предоставлять важную социальную поддержку и способствовать развитию социальных навыков и самооценки; с другой стороны, давление, исходящее от сверстников, приводит к стрессу и ухудшению психологического благополучия.

Социальные сети, являясь расширением социальных взаимодействий для подростков, также оказывают влияние на их резильентность. Они могут способствовать формированию позитивного самовосприятия и обеспечивать чувство принадлежности, но в то же время увеличивают риски, связанные с кибербуллингом и сравнением себя с другими пользователями.

Для укрепления резильентности посредством взаимодействия со сверстниками и использования социальных сетей важно развивать у подростков критическое мышление и навыки медиаграмотности, чтобы они могли адекватно оценивать информацию и взаимодействия в социальных сетях. Нужно поощрять подростков к участию в реальных социальных взаимодействиях и активностях, которые могут улучшить их социальные навыки и укрепить реальные связи. Также важно обучать молодых людей умению идентифицировать и использовать положительные аспекты социальных сетей для развития поддерживающих отношений и позитивного самовосприятия.

Психологическая устойчивость не является врожденной характеристикой, а представляет собой набор навыков и качеств, которые сле-

дует развивать и укреплять. Например, это можно делать через развитие навыков решения проблем (тренировки в нахождении творческих решений для различных жизненных задач; использование методов критического мышления для анализа ситуаций и принятия обоснованных решений), улучшение эмоциональной регуляции (обучение техникам управления стрессом, таким как дыхательные упражнения и др.; работа с психологом для развития способностей к самонаблюдению и саморефлексии), построение позитивного мышления (практика благодарности, когда человек регулярно отмечает положительные аспекты своей жизни; изучение когнитивно-поведенческих техник, помогающих переосмысливать и корректировать негативные мысли), развитие социальных навыков (участие в групповых активностях или социальных мероприятиях, которые способствуют развитию коммуникации и взаимодействия; работа над умением слушать и проявлять эмпатию, что улучшает отношения и строит сеть социальной поддержки), становление целеустремленным человеком (разработка личного плана или карты целей, которая включает краткосрочные и долгосрочные цели; регулярная самооценка и корректировка целей в зависимости от изменений в жизни и приоритетах), информационное обогащение (чтение книг, статей и исследований о психологической устойчивости для расширения знаний и понимания темы; участие в семинарах, тренингах и воркшопах по развитию личной устойчивости).

Одним из способов развития резильентности у подростков является предоставление качественной психологической поддержки. Это могут быть индивидуальное или групповое консультирование, где подростки учатся выражать свои чувства и обсуждать свои проблемы в безопасной и доверительной обстановке. Консультанты могут помочь им разработать эффективные стратегии для совладания со стрессом, улучшить навыки межличностного общения и научить их конструктивно решать конфликты. Особенно эффективными в работе с подростками являются методы когнитивно-поведенческой терапии, которые помогают молодым людям справиться с негативными мыслями и изменить свое поведение в позитивном направлении.

Школы и общественные организации могут внедрять специализированные программы, направленные на развитие личностной резильентности у подростков. Такие программы часто включают в себя элементы управления стрессом, развитие лидерских качеств, командообразование и социальную интеграцию, а также тренинги по развитию устойчивости, которые помогают участникам определять и использовать свои личные сильные стороны и развивать положительные стратегии преодоления жизненных вызовов и трудностей.

Профилактические инициативы и образовательные программы играют неоценимую роль в содействии психологическому благополучию и развитию жизнестойкости у подростков. Такие начинания нацелены на предотвращение потенциальных психологических проблем и формирование навыков, необходимых для успешной адаптации к жизненным испытаниям. Среди направлений подобных программ можно выделить следующие: программы развития навыков, способствующих жизненному успеху (управление временем, организационные способности, межличностная коммуникация, разрешение конфликтов, финансовая грамотность), профилактика злоупотребления психоактивными веществами (программы, направленные на предупреждение употребления алкоголя, наркотиков и табака среди подростков – информационные кампании, развитие навыков противостояния давлению сверстников), программы психологической поддержки и благополучия (тренинги по управлению стрессом, психологическое консультирование и терапия), образовательные семинары и мастер-классы (семинары о здоровом питании и активном образе жизни, образовательные программы по безопасности в Интернете).

Эти методы и стратегии помогают реализовать комплексный подход к развитию жизнестойкости у подростков, включая как прямую поддержку молодых людей, так и создание благоприятной среды, способствующей их психологическому благополучию и устойчивости. Применение данных методов в образовательных и социальных учреждениях окажет неоценимую помощь подросткам на их пути взросления.

В статье были рассмотрены ключевые аспекты подросткового возраста, его особенности, а также процесс формирования и развития личностной резильентности у подростков. Дальнейшие исследования в области жизнестойкости подростков должны сосредоточиться на более глубоком понимании взаимодействия между личностными, семейными и социальными факторами, способствующими развитию этого качества. Важно также изучить долгосрочные эффекты различных программ, направленных на укрепление жизнестойкости. Понимание того, какие стратегии наиболее эффективны в различных культурных и социальных контекстах, поможет формировать целенаправленные и адаптированные подходы к формированию личностной резильентности в подростковом возрасте.

### Литература

*Выготский Л. С.* Психология развития человека. М.: Эксмо, 2005.

*Галимов С. Ф.* Роль учителя в развитии личностной резильентности подростков // Актуальные проблемы методики обучения информати-

- ке и математике в современной школе. Материалы международной научно-практической интернет-конференции. М., 2023. С. 437–443.
- Пушкина Н. П., Коптева Г. Л.* Влияние стиля родительского воспитания на формирование социально значимых ценностных ориентаций подростка // Современные наукоемкие технологии. 2007. № 3. С. 92–93.
- Тюплина И. А., Коробова А. А.* Подростковый возраст как фактор формирования новой системы ценностей // Система ценностей современного общества. 2012. № 23. С. 294–298.
- Эльконин Д. Б.* Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989.

## **Клиническая психология в пенитенциарной практике работы с лицами, имеющими алкогольную и наркотическую зависимость**

*Д. Е. Гудзь*

Управление Федеральной службы исполнения наказаний России  
по Республике Адыгея, Майкоп

В статье описаны особенности работы клинического психолога с аддиктивным поведением осужденных. Коррекция эмоциональной, когнитивной и мотивационной сфер позволяет сформировать у них социально-приемлемые формы поведения, способность функционировать в обществе без употребления алкоголя и наркотиков, адаптироваться к окружающей социальной среде, найти рациональное решение жизненных проблем. В результате использования комплекса мер психологического сопровождения, направленного на осмысление и понимание механизма аддикций, у осужденных происходит осознание проблемы зависимости, формируется мотивация к отказу от употребления наркотиков и алкоголя, вырабатываются навыки защитного поведения и установки к право-послушному поведению, способствующие профилактике совершения ими новых преступлений.

*Ключевые слова:* уголовно-исполнительная система, алкогольная и наркотическая зависимость осужденных, психическая и физиологическая зависимость от психически активных веществ, психологическая помощь осужденным с алкогольной и наркотической зависимостью.

На современном этапе реформирования пенитенциарной системы успешность выполнения психологами функций профессиональной деятельности определяется их уровнем знаний, умений и навыков,

а также степенью сформированности профессионально важных качеств, которые развиваются в процессе практической деятельности. В исправительных учреждениях отбывают наказания лица с различными психическими отклонениями (алкогольная и наркотическая зависимость, интеллектуальные расстройства, расстройства личности и поведения, гиперактивность, дефицит внимания, тревожность, агрессивность, депрессия, признаки шизофрении и т. д.), поэтому исследование проявлений и особенностей различных психических расстройств, их влияния на психику осужденных в местах лишения свободы оказывает содействие в выборе наиболее целесообразной тактики их психологического сопровождения.

Осужденные с психическими расстройствами гораздо чаще, чем остальные, совершают особо тяжкие преступления, имеют более высокий уровень рецидива, неблагоприятно влияют на психологический климат и оперативную обстановку в исправительных учреждениях. По различным источникам, в настоящее время в местах лишения свободы отбывают наказание от 40% до 60% лиц с различными психическими отклонениями и около 1000 осужденных, страдающих психическими расстройствами, не исключающими вменяемости, которым назначена принудительная мера медицинского характера в соответствии со статьей 22 УК РФ. Они нуждаются не только в медицинской реабилитации, но и в надлежащем психологическом сопровождении, включающем коррекционное и профилактическое воздействие, которое может оказывать только квалифицированный клинический психолог (Ганишина, Жарких, 2013).

В ходе работы с осужденными, имеющими зависимость, необходимо иметь понимание, с чем конкретно сталкиваются аддикты, какие мотивы движут их поведением, как можно изменить сложившуюся ситуацию. Седативные средства (алкоголь, этанол, барбитураты) снижают напряжение, облегчают социальное взаимодействие, влияют на чувства и переживания. Стимуляторы (амфетамины, кокаин) повышают ощущение бодрости и уверенности в себе, снижают чувство усталости, повышают выносливость. Наркотики (опиум и его производные: морфин, кодеин, героин) снимают физическую боль, вызывают релаксацию и приятные ощущения, устраняют тревогу и напряжение. Психоделики и галлюциногены (марихуана, гашиш, мескалин, ЛСД, псилоцибин) изменяют настроение, мышление и поведение, «расширяют» границы сознания, вызывают видения и фантазии, а различные успокаивающие препараты (транквилизаторы) устраняют напряжение и тревогу, вызывают релаксацию (Барлоу, 2008).



Согласно исследованиям аддикции формируются в связи со следующими аспектами:

- моделирование: люди обучаются новым умениям с помощью наблюдения за другими и впоследствии пытаются выполнить это самостоятельно;
- оперантное обуславливание: воздействие вещества приносит удовольствие, что является подкреплением; употребление наркотиков и алкоголя может также восприниматься как поведение, которое подкрепляется своими последствиями;
- классическое обуславливание: через какое-то время употребление может начать ассоциироваться с наличием денег, особыми местами, где можно их приобрести, конкретными людьми, временем дня или недели, чувствами и внутренним состоянием (одиночество, скука); в итоге лишь одно действие этих стимулов может вызвать очень сильное влечение или тягу, за которыми последует употребление наркотиков или алкоголя (Мазеина, 2018).

При этом выделяются следующие факторы формирования аддикций:

- биологические: наследственность, способствующая возникновению органической неполноценности структур головного мозга и влияющая на формирование характерологических свойств личности;
- характерологические и личностные: основные факторы риска аддиктивного поведения можно связать со склонностью к аддикциям по определенным типам акцентуации характера, по А. Е. Личко, а именно гипертимный, неустойчивый, конформный, истероидный и эпилептоидный типы (Абрамова, 2018);
- социальные: по Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриевой, это прежде всего ситуативная доступность к объекту аддикции, неправильное воспитание в семье, участие в различных застольях и «посиделках» с родителями и знакомыми, вещизм, переоценка значения материальных ценностей, фиксированное внимание на финансовых возможностях, убеждение в том, что все проблемы можно решить с помощью денег (Менделевич, 2005).

Мотивами обращения к объекту зависимости в этом случае обычно выступают снижение напряжения и получение релаксации (самостоятельный мотив употребления наркотика, не зависящий от типа личности), изменение аффективного состояния (универсальный механизм, в ремиссии – совершенно разные эмоциональные состояния, зависящие от структуры психики человека), получение удовольствия

(гедонистическая мотивация, поиск острых и необычных ощущений, свойственных лицам с выраженными инфантильными и психопатическими чертами), повышение самооценки, компенсация каких-либо недостающих человеку форм или способов удовлетворения потребностей, общение, коммуникация, раскрепощение в обществе (чаще наблюдается у шизоидов и астеников, личностей замкнутых, тревожных), научение и подражание (конформный тип) (Менделевич, Зобин, 2012).

После выяснения возможных мотивов обращения к объекту зависимости следует изучить индивидуальные факторы и аспекты, способствующие аддиктивному поведению, и выявить фазу, а затем построить необходимые терапевтические стратегии. Каждая фаза требует своих стратегий взаимодействия:

1. Фаза отсутствия осознания проблемы, понимания, готовности к изменению: возможности терапевтического влияния незначительны, влияние через факторы окружающей среды (например, преследование законом, потеря связи с близкими и родными).
2. Фаза становления проблемы: наблюдение за реакцией близких и знакомых на потребление — содействие в самонаблюдении, во взвешивании всех «за» и «против» относительно зависимости, подчеркивание негативных последствий потребления наркотиков и алкоголя и положительных последствий отказа от них, содействие в принятии решения.
3. Фаза начала терапии: обучение навыкам и умениям, необходимым для ведения здорового образа жизни без зависимости (тренинги, саморегуляция и т. п.), планирование будущего, выработка навыков целеполагания, научение методам разрешения конфликтных ситуаций.
4. Фаза поддержания изменений: содействие в минимизации риска рецидивов, срывов (самонаблюдение, избегание критических ситуаций, тренинг навыков отказа), обучение навыкам и умениям для преодоления влечения к объекту зависимости.
5. Фаза рецидива, срыва: обучение навыкам самоанализа, исследования ситуации, тренировки переключения внимания, стратегий совладания и их применения в ситуациях, в которых возможен риск рецидива, с обязательным подкреплением релаксацией, совладанием со стрессом, повышающими самоэффективность (Кулаков, 2017). Возможности терапевтического влияния незначительны.

В ходе индивидуальной беседы с осужденным необходимо построить взаимодействие таким образом, чтобы поддержать и усилить его мо-

тивацию к необходимым изменениям. Для этого ведется поиск аргументов, направленных на выявление противоречий (колебаний и сомнений по поводу поведения). Необходимо работать, избегая споров, прямого убеждения и попыток доказать — желание должно быть добровольным, психолог может лишь уменьшить сопротивление, поддержать и развить самостоятельность в принятии и реализации решения.

Терапия аддикции должна проходить следующие этапы: установление контакта, диагностика проблемы, выяснение мотивации, изменение моделей поведения (управление окружающими факторами, исключение факторов риска), освоение приемов саморегуляции, когнитивная реконструкция, поддержание положительных изменений, проработка и профилактика срывов (Гудзь, 2023). Стоит также отметить, что психотерапия может вестись одновременно с медикаментозным лечением, если это позволяют возможности учреждения.

Терапия аддикций имеет три основных этапа, один из которых — отказ от объекта зависимости — в рамках учреждения уже соблюдается, что дает предпосылку к переходу на следующий этап — освоения методов саморегуляции, после которой следует когнитивная реконструкция дисфункциональных убеждений.

Согласно базовой когнитивной модели расстройств, реакция на ситуацию происходит в ходе проработки автоматических мыслей, промежуточных убеждений и глубинных убеждений, где необходимо использовать когнитивно-поведенческий подход. Элементы иррациональных установок устраняются путем настойчивого и активного приложения усилий с помощью осознания, сомнения и пересмотра своего мышления, уменьшая эмоциональный дистресс и в конечном итоге меняя поведение. Необходимо выявление и изменение ложных убеждений об объекте зависимости, понимание высокого риска аддиктивного поведения, что помогает осужденным улучшить навыки принятия решений и внести изменения в свою жизнь. При этом главное — развить навыки совладания, умение учиться на своих рецидивах/срывах, случаях возврата к вредным привычкам и прочих жизненных ошибках без ненужного переживания беспомощности, безнадежности и самобичевания (Бек, 2018).

Для профилактики аддиктивного поведения следует выяснить ситуации, которые провоцируют риск возврата в зависимость. На это могут повлиять внутренние факторы (стресс, гнев, одиночество, усталость) и внешние (люди, места, вещи и ситуации). Также стоит отметить важность проработки убеждений осужденного. Примером неправильных убеждений о своих отношениях с объектом зависимости могут стать следующие высказывания: «Я не могу комфортно общаться,

когда я не выпил», «Я не заслуживаю лучшей жизни, поэтому нет смысла оставаться трезвым», «Многие люди проживают долгую и безынтересную жизнь, а я могу употреблять наркотики и хорошо проводить время, получая при этом удовольствие» (Ганишина, 2014). Для проработки ситуаций, являющихся причиной таких убеждений, следует выявить внешние и внутренние факторы, оценить степень их управляемости/неуправляемости и предположить, что можно предпринять, чтобы снизить влияние управляемых факторов.

Работа по совершенствованию личностных навыков должна включать в себя обучение решению проблем, эффективной коммуникации, упорству (которые в особенности должны касаться отказа от употребления алкоголя/наркотиков и уменьшения проявления гнева), навыкам постановки самим себе критических вопросов и навыкам принятия решений (в особенности избегания ситуаций высокого риска).

Отдельным аспектом работы стоит считать профилактику рецидивов и срывов после освобождения. При возникновении ситуации эмоционального срыва без возвращения к объекту зависимости следует сразу исключить возникновение мыслей: «Все мои усилия потрачены впустую», «Теперь уже нет смысла останавливаться», «Я снова вернулся к самому началу». По причине такого мышления «все или ничего» отдельный случай возвращения к объекту зависимости может превратиться в настоящий возврат к нему уже после периода воздержания с восстановлением симптомов зависимости. Важно остановить усиливающее дистресс самообвинение на самом начальном этапе. Осужденные должны научиться навыкам анализа себя и ситуации, а также обучиться переключению внимания с влечения на внешние факторы. Здесь важны тренировки стратегий совладания и их применение в ситуациях, в которых возможен риск рецидива, с обязательным подкреплением релаксацией, совладанием со стрессом, повышающими самоэффективность.

В пенитенциарных учреждениях отмечается ежегодное увеличение числа вновь прибывших осужденных, имеющих психические отклонения, в том числе алкогольную и наркотическую зависимость. При этом отсутствует единая законодательно утвержденная модель психологического сопровождения, обязательная для исполнения в работе с аддиктами. Также важно отметить, что эффективная помощь при отказе от объекта зависимости возможна лишь в случае, если осужденный сам этого желает. Невозможно помочь избавиться от аддиктивного поведения без осознания аддиктом собственной проблемы и без его твердой уверенности в необходимости этой помощи.

## Литература

- Абрамова Г. С.* Практическая психология. М.: Прометей, 2018.
- Барлоу Д.* Клиническое руководство по психическим расстройствам. СПб.: Питер, 2008.
- Бек Дж.* Когнитивно-поведенческая терапия: От основ к направлениям. СПб.: Питер, 2018.
- Ганишина И. С.* Программа психологического просвещения осужденных по профилактике наркотической зависимости: практические рекомендации. Рязань: Академия права и управления ФСИН России, 2014.
- Ганишина И. С., Жарких А. А.* К вопросу о наркотической зависимости подозреваемых, обвиняемых, осужденных, содержащихся в исправительных учреждениях и следственных изоляторах уголовно-исполнительной системы // Прикладная юридическая психология. 2013. № 4. С. 66–73.
- Гудзь Д. Е.* Психокоррекционная программа для работы с осужденными, имеющими алкогольную и наркотическую зависимость. Майкоп: УФСИН России по Республике Адыгея, 2023.
- Кулаков С. А.* Руководство по реабилитации аддиктов. М.: Издательские решения, 2017.
- Мазеина О. Н.* Особенности психолого-медико-педагогического сопровождения осужденных, склонных к употреблению психоактивных веществ // Теория и практика социогуманитарных наук. 2018. № 4. С. 1–7.
- Менделевич В. Д.* Психология девиантного поведения: Учеб. пособие. СПб.: Речь, 2005. С. 435–441.
- Менделевич В. Д., Зобин М. Л.* Аддиктивное влечение. М.: Медпрессинформ, 2012.

## Жизнеспособность личности в контексте синергетического подхода

*С. В. Забегалина*

Военная комендатура г. Ульяновска, Ульяновск

В данной статье показано, что жизнеспособность личности является сложным психологическим феноменом. Структура личности подразумевает применение системного подхода для ее анализа, однако динамическая сторона развития личности предполагает использование дополнительного методологического инструментария, так как личность является не прос-

то системой, а системой сложной, «мягкой» по своему типу из-за невозможности применения стандартных математических методов для точного прогноза ее изменений. Анализируются понимание синергетики в психологии, синергетический подход, его значение для психологии личности. Ставится вопрос об анализе жизнеспособности в контексте системного и, особенно, синергетического подходов.

*Ключевые слова:* личность, синергетика, синергетический подход, прогнозирование, жизнеспособность, адаптация, личностные особенности.

Жизнеспособность является имманентным свойством человека, при разной степени развитости и специфичности развития отдельных ее компонентов. В распространенном понимании она представляет собой «способность человека к преодолению неблагоприятных жизненных обстоятельств с возможностью не только восстанавливаться, но и выходить из-под их воздействия на более высокий уровень развития, используя для этого все возможные ресурсы, способность к жизни во всех ее проявлениях, способность не только существовать, адаптироваться к условиям жизни, но и развиваться» (Коростылева, 1998, с. 5). Жизнеспособность, будучи связанной с другими личностными характеристиками, предполагает трудности прогнозирования из-за подверженности различным внутренним и внешним факторам и условиям.

Жизнеспособность связана с социальными условиями, образовательным статусом, профессиональной подготовкой. Также нельзя отрицать детерминированность возрастом, биологическими и физиологическими особенностями человека. Гипотетически не могут не отражаться на жизнеспособности человека скорость и точность решения им практических задач (Жизнеспособность человека..., 2016). Показана связь интеллекта и адаптивности личности в сложных ситуациях, жизнеспособности и интеллекта в контексте синергетического подхода (Стрюц, 2017).

Многокомпонентность и сложность жизнеспособности как психологического феномена обуславливает и специфичность методов ее изучения (Князева, Курдюмов, 2005). Личность в процессе своего развития, с точки зрения системного подхода, рассматривается как элемент большой системы – общества в целом и различных социальных групп в частности. Социум как система воздействует на процесс формирования личности и ее особенностей. Одной из целей личности следует считать адаптацию к окружающим людям, среде в целом и своей деятельности. Адаптивные процессы протекают бла-

годаря тому, что меняется сама личность, среда и сама деятельность, выступающая связующим звеном между личностью и окружающим миром.

Связь личности, среды и деятельности можно рассматривать в пространственно-временных и информационно-энергетических аспектах. Первый аспект более поддается объективному измерению, второй же отражается на мотивации, направленности и активности личности и подробно изучается в гештальтпсихологии, в частности, в работах К. Левина.

Структура личностных образований не является полностью стабильной. Она меняется, и данные изменения могут быть зафиксированы в отрезках актуального, текущего и продолжительного времени существования человека. Системный подход, таким образом, позволяет устанавливать главные основные функции личностных образований в ходе формирования личности (такие, как регулятивная функция, функции отражения, дифференциации-интеграции из среды) и выделять особенности личности, проявляющиеся в труде, являющиеся профессионально важными и профессионально значимыми качествами. Системный подход также выделяет особенное и единичное в личности, позволяет узнать и изучить ее специфику. Таким образом, системный подход позволяет рассмотреть личность в рамках пространственно-временных координат, но оставляет неохваченным динамическую сторону развития личности.

Концепция самоорганизации, синергетика дает возможность оценить информационно-энергетические показатели, тем самым дополняя системный подход. С позиции синергетики личность (особенно учитывая непрерывный адаптационный процесс) представляет собой в определенной мере нестабильную и самоорганизующуюся систему с некоторым запасом стабильности, так как личностные свойства мало изменчивы по своей природе. Тем не менее личностные характеристики, обладая разной степенью устойчивости, и формируются, и изменяются благодаря динамическим процессам адаптации личности и взаимодействию с окружающим миром.

Динамика развития личности обусловлена также оценкой субъектом деятельности среды, своих действий, выделением личностных смыслов происходящего и прогнозированием ситуации. При этом ситуация включает в себя объективные и субъективные составляющие, так как субъект выделяет только те ситуации, что имеют для него личностный смысл, и игнорирует другие, хотя бы они и являлись объективно жизненно важными (например, опасность при наличии всех признаков таковой в объективной среде).

Переживаемое человеком является главной детерминантой развития его личности. При этом субъективная важность событий определяет силу развития реактивных образований личности, того следа, что накладывает отпечаток на последующую жизнь и особенности мышления, принятия решений и выбора дальнейшего пути. Соответствующие поведенческие характеристики отражаются в поведении, общении, деятельности, представляют интерес с информационно-энергетической стороны (Берестнева и др., 2014) и могут быть проанализированы с позиции синергетического подхода.

Процесс адаптации обычно оценивается относительно временной оси, исследования проводятся как два или несколько поперечных среза, при этом упускается из внимания взаимодействие личностных особенностей, их роль в формировании личностных новообразований, а личность, как уже было сказано, является системой сложной, динамичной, хотя и сохраняющей свою стабильность на протяжении всей жизни человека.

Синергетика обращает внимание на согласованность взаимодействия частей (подструктур) при образовании и развитии структуры как единого целого и призвана упростить анализ сложных систем, к которым относится и человек во всех его ипостасях. Синергетический подход вызывает интерес не только у психологов, но и педагогов, непосредственно взаимодействующих с личностью в процессе обучения (Махнач, 2017).

Личность относится не только к сложным, но и к «мягким» системам, что не позволяет применить однозначно имеющиеся методы математического анализа. Закономерности выявляются лишь на достаточно объемных выборках испытуемых, но отдельно взятая личность всегда требует индивидуального подхода и в определенной мере экспертного метода анализа данных.

Качества личности, ее свойства также поддаются оценке с определенной погрешностью, в связи с этим предусмотрены несколько независимых диагностических процедур, различные методы оценки, а также частично дублирующие друг друга методики измерения. Не существует однозначно непогрешимой методики или метода оценки личностных характеристик, напротив, они подбираются с учетом половозрастных, образовательных, культурных и других особенностей человека.

Рассматриваемая в таком аспекте жизнеспособность личности, которая сама по себе является сложной, требующей анализа нескольких характеристик, предполагает необходимость применения не только стандартных математических процедур измерения по резуль-



татам тестирования, но и синергетического подхода как более «гибкого» и индивидуально-ориентированного. В синергетике применяется термин «эволюция», обозначая динамику системы, включающую периоды относительно спокойного состояния и точки «бифуркации» вследствие накопления определенных изменений и при достижении критического порога переводящие систему в качественно иное состояние при ее относительной неизменности и стабильности в целом. В психологии чаще используется термин «развитие», более широкий по своему определению, включающий в том числе и эволюционный путь. Будем использовать более распространенное понятие «развитие», тем более что личность не всегда и не во все жизненные периоды следует эволюционному пути.

В ходе эволюции развиваются и подвергаются изменениям так называемые структуры-аттракторы личности (от *лат.* *atrahere* – притягивать), (Князева, Курдюмов, 2005) – ценностно-смысловые структуры личности, определяющие стремления и цели человека. В силу индивидуальности содержания ценностно-смысловой сферы, направленность и цели каждой конкретной личности относительно просты в своем определении по сравнению со сложным (запутанным, хаотическим) ходом эволюции ценностей и смыслов существования человеческой популяции в целом. Однако, как показывает синергетическая концепция, именно совокупность изучаемых элементов может дать знание о развитии и предполагаемом в будущем состоянии всей системы.

Жизнеспособность личности развивается в ходе ее эволюции и складывается не только из компонентов, образующих собственно жизнеспособность, но и из того, как эти компоненты между собой организованы, взаимодействуют и соподчинены. Жизнеспособность является не простой суммой неких свойств личности, а системой, находящейся в развитии, и при этом каждый компонент также динамичен и изменчив, несмотря на то что личность в целом является относительно стабильной системой. Объяснение, почему личность целесообразно рассматривать с позиции синергетического подхода, кроется как раз в «мягкости» ее как системы, в необходимости индивидуального подхода при оценке и прогнозе развития как личности в целом, так и ее свойств.

Жизнь человека, по аналогии с квантом, подвержена влиянию многих случайных, незапрограммированных условий (факторов, источников воздействия и т. д.), способных кардинально изменить траекторию движения. В контексте синергетического подхода личность переживает не просто несколько периодов своего развития, но чере-

дуются эволюционные и бифуркационные фазы, или, говоря языком психологии, относительно спокойные периоды перемежаются кризисами развития (Выготский, 1983), преодолевая которые личность переходит в новое состояние, приобретая новообразования психики. Устойчивость развития при этом определяется биологическими и социальными факторами, внешними силами и внутренними усилиями личности. Бифуркационный период, кризис, отличается недостаточной предсказуемостью дальнейшего направления развития, так как неизвестно, что «пересилит», иногда буквально «капля» оказывается решающей, чтобы вызвать дисбаланс и дезадаптацию.

Любая система (в том числе личность), эволюционируя, стремится к самосохранению (через адаптацию) и устойчивости существования (Забегалина, 2016).

Синергетика рассматривает процесс самоорганизации личности как системы, и переход на новый уровень возможен только из предшествующего состояния нестабильности. Чем выше стабильность личности, тем сложнее вызвать какие-либо кардинальные изменения.

Динамическая сторона развития личности, информационно-энергетические показатели детерминированы внутренними и внешними факторами. Интересно, что актуальное состояние базируется на прошлом, но определяется предполагаемым будущим. Исходя из прогноза развития событий, личность дает оценку настоящему своему состоянию и конкретной ситуации.

Динамические процессы протекают наиболее успешно, когда личность способна к самоуправлению, т. е. самодостаточна как система, и не требуется внешняя поддержка и помощь при разрешении проблем. Синергетический подход указывает на точечные, резонансные воздействия на личность, влияющие на ее адаптацию и жизнеспособность, а также на постоянные (скорее «фоновые») воздействия, которые также отражаются на личности (Князева, Курдюмов, 2005).

Таким образом, жизнеспособность личности в контексте синергетического подхода представляется как свойство, имеющее пространственно-временные и информационно-энергетические показатели. Так как личность является сложной и «мягкой» системой, то и измерение ее отдельных характеристик должно включать не только формально-логические и строго математические (в рамках математической статистики) методы, но и синергетические модели, интуицию как инструмент исследователя.

С позиции синергетики, личность как сложноорганизованная система имеет не единственный, а множество возможных конкретно для нее путей развития.

Развитая жизнеспособность (возможность адаптации) делает личность адаптивной в социальной среде и в мире в целом за счет способности ориентироваться в различных ситуациях, адекватно определять особенности (личностные и эмоционального состояния) окружающих, выбирать адекватные способы взаимодействия с социальной средой, а также разрешать проблемные ситуации. Все эти способности проявляются не изолированно, а в комплексе, обнаруживаются во взаимодействии отдельных личностных характеристик, существуют в динамике.

### Литература

- Берестнева О. Г., Берестнева О. Г., Фисоченко О. Н., Жаркова О. С.* Синергетический подход к проблеме социальной адаптации // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 3. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=13329> (дата обращения: 28.08.2024).
- Выготский Л. С.* К вопросу о динамике детского характера // Собрание сочинений: В 6 т. М.: Педагогика, 1983. Т. 5. С. 153–165.
- Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Забегалина С. В.* Прогностические и адаптационные способности как детерминанты жизнеспособности человека // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 356–373.
- Князева Е. Н., Курдюмов С. П.* Основания синергетики. Синергетическое мировидение. М.: КомКнига, 2005.
- Коростылева Л. А.* Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности и методы исследования // Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. Л. А. Коростылевой, А. А. Реана. СПб.: Изд-во СПбГУ, 1998. С. 19.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16.
- Стрюц Е. В.* Реализация основных положений педагогической синергетики в образовательных организациях МВД России // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2017. № 2 (69). С. 60–63.

## **Психологический возраст и субъективное благополучие российских и итальянских женщин-учителей: проблема связи**

*Л. Н. Захарова, Ж. В. Бадулина*

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского, Нижний Новгород

Дан анализ возможности использовать психологический возраст учителей в качестве показателя их субъективного благополучия. Исследование проведено на женских выборках российских и итальянских учителей, работающих в разных организационных условиях. Показано, что уровень субъективного благополучия в условиях переработок статистически значимо выше у итальянок. Разница в возрасте так же существенна: итальянки чувствуют себя моложе в среднем на 7,5 лет, тогда как россиянки – только на 2,9 лет ( $p \leq 0,05$ ). У россиянок выявлена статистически значимая корреляционная связь психологического возраста и субъективного благополучия, у итальянок ее нет. Психологический возраст проявляет себя как показатель благополучия/неблагополучия только в условиях, воспринимаемых субъектом труда как трудные, негативно сказывающиеся на здоровье.

*Ключевые слова:* учителя, переработки, условия труда, субъективное благополучие, психологический возраст.

В последние годы все более остро встает проблема нехватки учительских кадров. Нехватка кадров порождает новые проблемы: рост перегрузки учителей и снижение эффективности их работы, в то время как задачи в сфере образования усложняются, а ожидания учащихся меняются, растут, обуславливая необходимость постоянного повышения квалификации, личностного и профессионального развития. Особую значимость представляют результаты, показывающие негативное влияние выгорания учителей на трудовую мотивацию, профессиональную эффективность, студенческую мотивацию и достижения, а также обнаруживающие «эффект заражения», распространяющийся на коллег и учащихся (Масуд и др., 2018). Данные исследований показывают смещение баланса между работой и семьей, частной жизнью в пользу работы, личностной зависимости от работы, пребывания на работе дольше временных границ рабочего времени, в том числе во время болезни. Профессиональная деятельность учителя становится все более соответствующей трудной жизненной ситуации, основными характеристиками которой являются высокие затраты усилий при значимости ситуации для человека (Битюцкая,

2020). Однако регуляция трудовой деятельности учителя в условиях переработок практически не изучается. Как правило, только констатируется факт, что учителя перерабатывают.

В число важнейших эмоциональных регуляторов деятельности, в соответствии с известной концепцией Э. Динера, входит субъективное благополучие ее субъекта (далее – СБ). Под СБ понимается эмоциональная оценка удовлетворенности жизнью в целом или ее конкретными сферами, в том числе трудовой деятельностью, где ключевой составляющей СБ является желание прогрессивных технологических и организационных изменений на фоне позитивных эмоций, связанных с трудом (Захарова, Леонова, 2021б). Вместе с тем рассмотрение СБ в качестве эмоционального регулятора, входящего в систему саморегуляции деятельности, позволяет определить его, в соответствии с теорией Т. Парсонса, как социальное действие интерактивного характера с системной детерминацией (Захарова, Леонова, 2021а). На всех уровнях детерминации СБ важен его именно субъективный характер. Даже условия труда, включая переработки как фактор профессионального выгорания и оттока учителей из профессии, рассматриваются как зависящие от их субъективного восприятия учителями (Geiger, Pivovarova, 2018).

Актуальной задачей для психологии, в том числе психологии труда, является поиск индикаторов СБ. Поскольку СБ является системно детерминированным феноменом, представляется целесообразным осуществить поиск интегрированных показателей, одним из которых, предположительно, может являться психологический возраст (далее – ПВ) человека в трудовой деятельности. Одной из первых в мировой психологии идею о необязательном совпадении хронологического и психологического (субъективного, личного) возраста высказала Л. И. Анцыферова (Анцыферова, 1996). Ее представления о вариативности старения в зависимости от избираемого человеком сценария очень близки теории социального действия Т. Парсонса и могут служить методологической основой изучения возраста, в том числе в труде, направляя внимание исследователей на раскрытие его внешней и внутренней детерминации, интерпретационных возможностей анализа эмоциональной регуляции деятельности. Также к первым исследованиям психологического возраста относится работа J. L. Barnes-Farrell и M. J. Piotrowski. В ней дается анализ различий между хронологическим и личным возрастом человека, показано, что присутствие стрессоров и частота/степень перенапряжений (результаты, связанные со стрессом) в трудовой деятельности положительно коррелировали с ощущением себя старше своего хронологического возраста

и, наоборот, наличие механизмов поддержки для борьбы со стрессорами отрицательно коррелировало с ощущением себя старше своего хронологического возраста (Barnes-Farrell, Piotrowski, 1991). Таким образом, было положено начало исследований ПВ как показателя СБ в трудовом контексте. Показано, что в различиях между хронологическим и ПВ происходит сдвиг в сторону старшего ПВ в тяжелых условиях труда, несмотря на желание работников чувствовать себя моложе (Barnes-Farrell, Piotrowski, 2002).

*Целью* настоящего исследования стал анализ возможности использовать ПВ учителей в качестве показателя их СБ.

Респондентами выступили женщины-учителя в средних классах российских ( $N = 600$ ) и итальянских ( $N = 122$ ) общеобразовательных школ в возрасте от 22 до 60 лет.

В качестве метода исследования использовалась авторская анкета оценки субъективного благополучия (СБ) на русском и итальянском языках, сочетающая вопросы с прямым шкалированием ответов. Анкета апробирована в предшествующих исследованиях. Вопросы анкеты касаются самооценки характера и размера переработок, субъективного благополучия (СБ) в трудовой деятельности, составляющих СБ на уровнях усталости от трудовой деятельности, самооценки здоровья – нервной и сердечно-сосудистой систем как наиболее чувствительных к нагрузкам и стрессу, психологического самочувствия в трудовом коллективе, психологического возраста, самооценки своей профессиональной компетентности и значимости профессионального успеха.

Статистическая обработка эмпирических данных проведена с помощью непараметрического критерия Манна–Уитни и метода ранговых корреляций Спирмена.

Выбор для сравнения ПВ и СБ российских и итальянских женщин-учителей обусловлен тем, что объем учебной нагрузки в неделю у них одинаковый, однако итальянские учителя перерабатывают существенно реже (28% против 54% россиянок) и объем их переработок меньше (7,7 часов в неделю с диапазоном 3–10 часов против 9,8 часов в неделю с диапазоном 2–40 часов у россиянок), их переработки не оплачиваются, являются не только добровольными, но и воспринимаются как организационный патриотизм, свидетельство высокой профессиональной компетентности.

Учителя-итальянки при наличии переработок оценивают уровень своего СБ в труде статистически значимо выше, чем россиянки: 3,65 против 2,9 баллов из пяти,  $p \leq 0,05$ . Без переработок данные противоположны: у россиянок средний уровень СБ составляет 3,52 балла,

а у итальянок 2,84 балла из пяти,  $p \leq 0,05$ . Однако позитивное или нейтральное восприятие переработок и у россиянок, и у итальянок относится к переработкам до 5–6 часов в неделю. Превышение этого объема воспринимается и итальянками, и россиянками негативно.

Россиянки существенно больше устают и с переработками (6,95 баллов против 4,82 из 10 возможных,  $p \leq 0,01$ ), и без переработок (5,67 балла против 4,42,  $p \leq 0,01$ ). Показатели самооценки состояния сердечно-сосудистой системы и нервной системы существенно лучше у итальянок: 3,12 против 2,03 баллов,  $p \leq 0,05$  из пяти возможных и 2,65 против 1,42,  $p \leq 0,05$ , соответственно.

Итальянки с переработками и более высокими показателями СБ сильнее ориентированы на важность профессионального успеха, чем россиянки и чем итальянки без переработок: 3,88 балла против 3,13 из пяти возможных,  $p \leq 0,05$  и 3,88 против 3,45,  $p \leq 0,05$  соответственно. Россиянки, не имеющие переработок, более ориентированы на профессиональный успех, чем те, кто перерабатывает: 3,65 балла против 3,13,  $p \leq 0,05$ . Эти результаты показывают, что СБ является фактором, способствующим ориентации на профессиональный успех, что подтверждается данными корреляционного анализа. СБ положительно связано с ориентацией на развитие профессиональных компетенций ( $r = 0,72$  у итальянок и  $r = 0,69$  у россиянок,  $p \leq 0,01$ ) и на профессиональный успех ( $r = 0,45$  у итальянок и  $r = 0,47$  у россиянок,  $p \leq 0,01$ ).

Полученные результаты показывают те факторы, которые обеспечивают СБ респондентов: показатели субъективной оценки состояния нервной и сердечно-сосудистой систем и трудовой усталости статистически значимы и у итальянок, и у россиянок. Таким образом, можно видеть, насколько важны показатели самочувствия в субъективном благополучии/неблагополучии. Протектором снижения СБ является поддержка коллектива.

Психологический возраст, определяемый как разница между хронологическим возрастом и тем возрастом, на который чувствует себя человек, у российских и итальянских женщин-учителей имеет свою специфику. И те, и другие, и с переработками, и без переработок чаще оценивают свой психологический возраст как более молодой, в сравнении с хронологическим. Но различия, тем не менее, существенны. Так, итальянки с переработками чувствуют себя в среднем на 7,5 лет моложе своего хронологического возраста, а россиянки только на 2,9 года,  $p \leq 0,05$ . Россиянки без переработок чувствуют себя на 3,5 года моложе, а итальянки — на 5,3 года,  $p \leq 0,05$ . Таким образом, россиянки без переработок чувствуют себя моложе, чем с переработками, а итальянки, наоборот, старше. Эти данные подтверждают, что небольшие по объ-

ему добровольные переработки, воспринимаемые как оценка высокой компетентности, создают основу для хорошего самочувствия, проявляющегося в психологическом возрасте.

Но можно ли рассматривать психологический возраст как индикатор СБ у женщин-учителей? По российской выборке мы получили следующие данные:  $r = -0,39$ ,  $p \leq 0,01$ , т. е. чем лучше СБ, тем более психологически молодым чувствует себя учитель. В итальянской выборке хотя и выявлены близкие к российской значимые связи между СБ и состоянием сердечно-сосудистой и нервной систем, значимой связи между СБ и ПВ не обнаружено. Выборка итальянок значительно меньше, это могло сказаться на результатах. Но более вероятным представляется предположение о том, что связь между ПВ и СБ более отчетливо проявляется в сложных, как у россиянок, а не в обычных, как у итальянок, условиях. Также и связь ПВ с важностью профессионального успеха статистически значима у россиянок ( $r = 0,29$ ,  $p \leq 0,01$ ), а у итальянок она не значима.

Более детальный анализ ПВ у женщин-учителей показывает следующее. Молодые россиянки (до 35 лет) с переработками более 40% чувствуют себя старше своего возраста в среднем на 7,5 лет, 37% чувствуют себя на свой хронологический возраст, более молодыми (в среднем на 5,7 лет) чувствуют себя около 26%. Молодые учителя без переработок чувствуют себя старше (в среднем на 7,5 лет). 45,3% чувствуют себя на свой хронологический возраст и 26% чувствуют себя моложе в среднем на 5,7 лет.

Можно сделать следующие выводы:

1. СБ положительно связано с установкой российских и итальянских женщин-учителей на профессиональное развитие.
2. СБ зависит от переработок, от самооценки учителем состояния нервной и сердечно-сосудистой систем, от трудовой усталости и поддержки трудовым коллективом. Переработки связаны с СБ у россиянок статистически значимой обратной корреляционной связью, у итальянок – прямой.
3. Определена специфика в проявлении ПВ женщин-учителей, состоящая в преобладании более молодого ПВ в сравнении с хронологическим. Выявлены различия в ПВ российских и итальянских женщин-учителей. В среднем итальянские учителя моложе своего хронологического возраста на 7,5 лет, а россиянки – на 2,9 года. Поэтому определять ПВ как более старший, чем хронологический, целесообразно вместе с психологическим возрастом, равным хронологическому.



4. Для россиянок более старший хронологический возраст характерен для молодых учителей, как в условиях переработок, так и без них. Видимо, это связано с трудностями начала практической трудовой деятельности. Среди итальянок более старший ПВ характерен для молодых учителей без переработок, что свидетельствует о субъективной привлекательности тех небольших переработок, которые характерны для итальянских школ. Показатель ПВ как индикатор СБ более информативен в сложных условиях труда, в частности, в условиях переработок.
5. Российские женщины-учителя нуждаются в снижении объема переработок как для улучшения их СБ на рабочем месте, так и для усиления установок на профессиональный рост. Кроме того, исходя из представлений о СБ как интерактивном социальном действии, актуальным становится повышение квалификации учителей в сфере саморегуляции и их психологическая поддержка администрацией школы, трудовым коллективом.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 6. С. 60–71.
- Битюцкая Е. В.* Структура и динамика образа трудной жизненной ситуации // Вопросы психологии. 2020. № 3. С. 116–131.
- Захарова Л. Н., Леонова И. С.* Социально-психологический возраст персонала российских компаний. М.: Инфра-М, 2021а.
- Захарова Л. Н., Леонова И. С.* Субъективное благополучие персонала как социальное действие в условиях внедрения инноваций // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / Отв. ред. А.А. Грачев, А.Л. Журавлев, А.Н. Занковский. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021б. С. 837–851.
- Масуд К., Башир А., Хадика К.* Влияет ли мотивация учителя на мотивацию учащегося. Опосредующая роль профессионального поведения педагога // Вопросы образования. 2018. Вып. 3. С. 91–119. doi: 10.17323/1814-9545-2018-3-91-119
- Barnes-Farrell J. L., Piotrowski M. J.* Discrepancies between chronological age and personal age as a reflection of unrelieved worker stress // *Work & Stress*. 1991. V. 5 (3). P. 177–187. doi: 10.1080/02678379108257016
- Barnes-Farrell J. L., Rumery S. M., Swody C. A.* How do concepts of age relate to work and off-the-job stresses and strains? A Field study of health care workers in five nations // *Experimental Aging Research*. 2002. V. 28 (1). P. 87–98. doi: 10.1080/036107302753365577

*Geiger T., Pivovarova M.* The effects of working conditions on teacher retention // *Teachers and Teaching*. 2018. V. 24 (6). P. 604–625. doi: 10.1080/13540602.2018.1457524

## **Переживание микротравмирующих ситуаций в повседневной жизни человека**

*Е. В. Зиновьева, Е. А. Кузнецова, Я. С. Платонова*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Приводятся результаты эмпирического исследования, направленного на описание бытийных представлений людей о микротравмирующих ситуациях. Одной из задач исследования было выявление и описание разнообразия переживаний микротравмирующих ситуаций людьми в повседневной жизни. Выборку составили 52 человека в возрасте от 18 до 40 лет (средний возраст 25 лет), среди которых 28 мужчин и 24 женщины. Исследование проводилось с использованием полуструктурированного интервью. Обработка данных включала контент-анализ и частотный анализ. Выделены шесть категорий, описывающих бытийное представление респондентов о микротравмирующих ситуациях и демонстрирующих различия между микротравмирующими и травматическими ситуациями. Описаны когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты в переживании микротравмирующих ситуаций. Обсуждается возможная связь переживания микротравмирующей ситуации с прошлым опытом человека.

*Ключевые слова:* микротравмирующая ситуация, повседневность, переживание, повседневные стрессоры, повседневные неприятности.

Сегодня развитие психологии личности невозможно без обращения к психологии повседневности. Согласно мнению современных персологов, она должна рассматриваться как ключевое направление знания о личности, которое наилучшим образом позволяет описать и понять характерный образ мыслей, чувства и поведение, различающие людей (Гришина и др., 2018).

В отечественной психологии именно Л. И. Анцыферова первой обратила внимание на важность изучения повседневной жизни человека и предвосхитила значимость этого направления исследований. В своей статье «Психология повседневности: жизненный мир личности и „техники“ ее бытия» она отмечала, что невозможно из-

учать личность, вырывая ее из социально-исторического контекста и из текучести моментов ее индивидуальной жизни, связанных друг с другом прочными смысловыми связями. Анализ личности должен включать и анализ ее жизни в мире повседневности, включая феноменологические описания отдельных моментов человеческого бытия (Анцыферова, 1993).

В качестве таких моментов она предлагала рассматривать различные типы ситуаций, с которыми сталкивается человек в каждодневной жизни, в соотношении с тем, как он их воспринимает и с учетом стоящих за ними биографии человека и его новых идей и надежд (там же).

Таковыми ситуациями в равной степени важности могут выступать как «большие», переломные, кризисные, переворачивающие внутренний мир человека, так «мелкие», образующие основу его повседневного опыта.

К настоящему времени в отечественной психологии накоплено большое количество исследований, посвященных изучению сложных кризисных ситуаций, и значительно меньше тех, где уделяется внимание повседневным ситуациям, которые человек может субъективно переживать как неприятные, на некоторое время «выбивающие из колеи».

Для обозначения такого рода ситуаций было предложено использовать понятие «повседневные неприятности» (daily hassles) (Лазарус, 1984). Также используется и термин «повседневные стрессоры» (Landerville, Vezina, 1992). В общем виде под повседневными неприятностями, как и повседневными стрессорами, подразумеваются часто или регулярно происходящие в повседневной жизни небольшие фрустрирующие события, связанные с взаимодействием со средой (Kanner, Coyne, 1981). Оба понятия чаще всего используются как синонимы (Головей и др., 2018) или могут рассматриваться как частные виды друг друга (Powell, Drotar, 2009). В основном исследования, посвященные повседневным неприятностям, связаны с изучением их влияния на психологическое здоровье человека, и обсуждаются скорее в контексте анализа причинно-следственных связей между повседневными неприятностями, психологическим неблагополучием и способами совладания с ними. Редко исследования описывают феноменологию самого процесса столкновения с такой ситуацией в повседневной жизни и ее проживания. За пределами внимания исследователей часто остается то, как именно человек переживает такие ситуации, как для себя их оценивает и интерпретирует, соотнося с имеющимся жизненным опытом. В то же время, как подчеркивала Л. И. Анцыферова, всегда важно учитывать значимость и ценность си-

туации для личности: как она предстает в сознании человека, как корригирует с его опытом и, соответственно, на каком уровне переживается. В актуальную жизненную ситуацию человек всегда привносит как бы «осадок» всей своей индивидуальной истории, считала Людмила Ивановна (Анцыферова, 1994).

Для обозначения связи переживания текущей ситуации, ее интерпретации и реагирования на нее с прошлым опытом человека было предложено использовать понятие микротравмирующей ситуации (далее – МТС), или микротравмы (Craстnopol, 2015). Под микротравмой понимается малая, едва уловимая психологическая травма, которая может подрывать чувство собственного достоинства человека, искажая восприятие им ситуации и ставя под угрозу его отношения с другими. Такие ситуации обычно происходят в контексте значимых реальных или воображаемых отношений.

Имея тесную связь с травмирующим опытом в прошлом через эмоционально-когнитивные узлы, микротравма может активировать «след» этого опыта. Переживание МТС может быть сопряжено с чувствами потерянности, отвергнутости и неправильности, истоки которых лежат в предшествующем опыте взаимодействия со значимыми другими (Craстnopol, 2015).

Исследования, в которых изучаются микротравмы, как и исследования повседневных неприятностей, в основном направлены на изучение их действия на человека (или последствий) и на то, как ему помочь более эффективно справляться с ними.

В нашем исследовании мы поставили перед собой цель описать бытийные представления людей о МТС, а также попробовать выявить разнообразие их переживаний людьми в повседневной жизни.

Согласно положениям Л. И. Анцыферовой о подходах к исследованию личности, мы опирались на идеографический подход как основной в изучении индивидуального кода ситуации в жизни человека (Нартова-Бочавер, 2014).

Были поставлены следующие исследовательские вопросы: какое содержание вкладывается людьми в понятие МТС? Как люди переживают эти ситуации, и может ли это переживание быть связано с их прошлым опытом?

В исследовании приняло участие 52 человека в возрасте от 18 до 40 лет (средний возраст 25 лет), 28 мужчин и 24 женщины. Использовалось полуструктурированное интервью, в котором выделялись следующие тематические блоки:

- бытийное представление о понятии МТС;

- МТС, которые происходили в жизни респондента в последнее время;
- процесс переживания МТС, в котором выделялись когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты переживания.

Данные, полученные в интервью, анализировались при помощи контент-анализа и частотного анализа.

В начале интервью респондентам было предложено дать собственное определение МТС. Было получено 52 определения, содержащих 98 смысловых единиц. Полученные данные были подвергнуты дальнейшему контент-анализу. В результате было выделено шесть категорий, описывающих бытийное представление респондентов о МТС:

- ситуация, которая заставляет отдалиться от людей, межличностный конфликт (24%);
- ситуация, описывающая внутриличностный конфликт, вызывающая самокритику и негативные переживания о себе (20%);
- любая ситуация, вызывающая выраженную негативную эмоциональную реакцию (19%);
- ситуация, напоминающая о прошлом негативном опыте и вызывающая негативные переживания, связанные с этим опытом (14%);
- ситуация, наносящая вред психологическому благополучию, но не влияющая на психическое и физическое здоровье (14%);
- бытовая неудача (9%).

Таким образом, респонденты чаще определяют МТС через конкретные ситуации, связанные с межличностным или внутриличностным конфликтом, или напоминающие о прошлом негативном опыте. Реже респонденты определяют МТС как любую неспецифическую ситуацию, приносящую негативные эмоции или являющуюся бытовой неудачей. Необходимо отметить, что респонденты обращают внимание на силу влияния МТС: такие ситуации наносят вред психологическому благополучию, однако не влияют прямо на психическое или физическое здоровье. Таким образом, в бытийных представлениях респондентов присутствуют различия между микротравмирующими и травматическими ситуациями.

Всего респондентами было перечислено 153 варианта МТС, которые в ходе контент-анализа были объединены в восемь смысловых категорий. В качестве микротравмирующих респонденты называли следующие ситуации:

- самокритика или критика других в свой адрес (20%);
- конфликты и неудовлетворенность в близких отношениях (19%);

- нарушенные планы и неоправданные в связи с этим ожидания (19%);
- представление человека в нежеланном для него виде, выставление в невыгодном свете (16%);
- отсутствие помощи и поддержки со стороны значимых людей (11%);
- необходимость выполнения нежеланной деятельности (8%);
- страхи и переживания за собственную безопасность (4%);
- фрустрация потребностей и желаний (3%).

Кроме того, в 79% описанных случаев все перечисляемые отдельным респондентом микротравмирующие события имели общую для него смысловую тему, связанную с неразрешенным личностным конфликтом или травмирующими событиями прошлого, что может указывать на тесную связь переживаний МТС в настоящем с неблагоприятным опытом в прошлом. Этот результат созвучен идее Анцыферовой о том, что личность исследует и толкует сложившиеся обстоятельства под воздействием своих жизненных тем (Анцыферова, 1993).

В переживании МТС можно выделить эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Первый включает в себя интенсивные эмоции страха, злости, грусти, переживание беспомощности. При этом необходимо отметить, что в 92% описанных случаев переживания МТС носят динамичный характер: переживания, ими вызванные, меняются с течением времени. Так, подавляющее большинство динамичных переживаний начинаются с интенсивных эмоций страха и злости, завершаясь ощущением собственной беспомощности и грусти с переживанием собственной недостаточности.

Когнитивный компонент переживания МТС представлен различными вариантами мыслей, связанных преимущественно с личностной интерпретацией случившегося события, среди которых можно выделить суждения, связанные с оценкой ситуации, и суждения, связанные с оценкой себя. Всего было проанализировано и подвергнуто контент-анализу 520 суждений, описывающих когнитивный компонент переживания респондентов, выделено девять групп суждений, распределенных в две указанные группы.

К суждениям, связанным с оценкой ситуации, можно отнести следующие:

- оценка ситуации как несправедливой (13%);
- оценка ситуации как невозможной или неизвестной, требующей дальнейших прояснений (9%);
- оценка ситуации как потенцирующей изменения (8%);

- оценка ситуации как приводящей к катастрофическим последствиям (7%);
- оценка ситуации как причины для переоценки системы ценностей (7%);
- оценка ситуации как источника нового опыта (6%).

К суждениям, связанным с оценкой себя в сложившейся ситуации, можно отнести следующие:

- сомнения в себе или самообвинения (23%);
- сомнения в другом или обвинение другого в случившейся ситуации (17%);
- признание собственного бессилия в сложившейся ситуации (12%).

Таким образом, показано, что оценка ситуации характеризуется большей вариативностью, в то время как оценка себя фокусируется преимущественно вокруг темы вины и беспомощности.

Поведенческий компонент МТС был представлен вариантами различных поведенческих стратегий, непосредственно связанных с ситуацией. Всего было проанализировано 281 суждение, выделено пять групп стратегий:

- попытки обсудить, проанализировать и переосмыслить ситуацию, найти в ней новые возможности (28%);
- действия и попытки, направленные на обретение контроля над ситуацией (26%);
- попытки дистанцироваться от происходящего (17%);
- активное проигрывание ситуации в воображении с изменением своих действий и исхода ситуации (15%);
- стремление непосредственно выразить окружающим злость от произошедшего (14%).

Первая и вторая стратегия как ведущие среди указываемых позволяют предположить, что переживание МТС может предоставлять возможность для трансформации и реинтеграции прошлого опыта через переработку опыта в настоящем.

В целом данное исследование подтвердило наличие связи между переживанием моментов повседневной жизни и прошлым опытом человека. Переживание повседневной ситуации как микротравмирующей действительно корригирует со следами пережитого, но, возможно, не прожитого, а значит, не полностью интегрированного опыта.

В дальнейшем мы планируем продолжить исследование и попробуем установить связь между ведущими жизненными темами, прошлым опытом и переживанием микротравмирующих ситуаций.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 3–16.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Головей Л. А., Муртазина И. Р., Стрижицкая О. Ю.* К вопросу о психофизиологических и личностных факторах восприятия повседневных стрессоров // Известия Саратовского университета. Новая сер. «Акмеология образования. Психология развития». 2018. Т. 7. № 2. С. 136–142.
- Гришина Н. В., Костромина С. Н., Мироненко И. А.* Структура проблемного поля современной психологии личности // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 1. С. 26–35.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анциферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.
- Crastopol M.* Micro-trauma: A psychoanalytic understanding of cumulative psychic injury. N. Y.: Routledge, 2015.
- Kanner A. D., Coyne J. C., Schaefer C., Lazarus R. S.* Comparison of two modes of stress measurement: daily hassles and uplifts versus major life events // Journal of Behavioral Medicine. 1981. V. 4. P. 1–39.
- Landreville P., Vezina J.* A comparison between daily hassles and major life events as correlates of well-being in older adults // Canadian Journal on Aging. 1992. V. 11 (2). P. 137–149. doi: 10.1017/S0714980800011685
- Lazarus R., Folkman S.* Coping and adaptation // The handbook of behavioral medicine / Ed. W. D. Gentry. N. Y.: Guilford, 1984. P. 282–325.
- Powell S. S., Drotar D.* Postpartum depressed mood – the impact of daily hassles // Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology. 2009. V. 13 (4). P. 255–266.



## Личностные детерминанты психологической безопасности и жизнестойкости педагога\*

*Н. И. Кольчугина\**, *Е. А. Шмелева\*\**, *Ю. А. Львова\*\*\**

\* Университет непрерывного образования и инноваций, Иваново

\*\* Ивановский государственный университет, Шуйский филиал, Шуя

\*\*\* Ивановский государственный университет, Иваново

В статье представлены результаты эмпирического исследования факторов психологической безопасности и жизнестойкости педагога. Авторами делается попытка определения универсальных, многофункциональных предикторов психологического благополучия учителя. Регрессионный анализ позволил определить профессиональное выгорание (эмоциональное истощение, редукция профессионализма, деперсонализация), самоэффективность и копинг-стратегии (позитивное переформулирование) как личностные детерминанты, обеспечивающие жизнестойкость и психологическую защищенность педагога. Полученные данные полезны в проектировании программы формирования жизнестойкости, обеспечивающей психологическую безопасность педагога в образовательной среде.

*Ключевые слова:* личностные детерминанты, жизнестойкость, психологическая безопасность, образовательная среда, педагог.

Психологическая безопасность личности в образовательной среде продолжает оставаться одной из актуальных и обсуждаемых тем. На заседании Совета Федерации 24 апреля 2024 г. генеральный прокурор Российской Федерации Игорь Краснов обозначил факты психологического насилия и агрессивности в образовательных организациях и подчеркнул необходимость нормативно закрепить механизмы разрешения возникающих в школах конфликтов, случаев травли и буллинга (Генпрокурор РФ Краснов..., 2024).

И. А. Баева рассматривает психологическую безопасность личности в концепции психологической безопасности образовательной среды как состояние защищенности, способность сохранять устойчивость в среде с психотравмирующими воздействиями, как сопротивляемость деструктивным внутренним и внешним воздействиям (Баева и др., 2011). Психологическая безопасность личности педагога является базовой составляющей обеспечения психологической безопасности образовательной среды. К числу значимых личностных де-

---

\* Исследование выполнено за счет гранта РНФ № 22-18-00678. URL: <https://rscf.ru/project/22-18-00678> (ИвГУ).

терминант, обеспечивающих психологическую защищенность педагога, И. А. Баева с соавт. относят жизнестойкость (Баева и др., 2020).

Личность в трудных жизненных ситуациях, жизнестойкость (в английском варианте «hardiness») в отечественной психологии активно изучается (Л. И. Анцыферова, Д. А. Леонтьев, Л. А. Александрова, Е. И. Расказова, А. В. Махнач, С. А. Богомаз, Т. В. Володина, Е. Н. Осин, Т. В. Корнилова и др.).

Т. В. Володина определила жизнестойкость педагога как совокупность личностных качеств, обеспечивающих стратегии конструктивного поведения при преодолении трудностей, позволяющих сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать профессиональные трудности и риски, трансформируя их в ситуацию развития, сохраняя здоровье и личностную целостность. Выделены структурные компоненты жизнестойкости: мотивационные (установки на включенность, принятие риска, контроль), личностные (личностные качества, особенности) и поведенческие (стратегии и навыки преодоления трудностей) (Володина, 2014).

В современных зарубежных и отечественных исследованиях рассматриваются отдельно личностные детерминанты жизнестойкости (Daniilidou et al., 2020; Kowitarttawatee, Limphaibool, 2022) и психологической безопасности педагогов (Баева, 2020; Баева и др., 2011). Но можно предположить, что существуют такие личностные качества, которые имеют более широкий спектр влияния и обеспечивают одновременно и психологическую безопасность, и жизнестойкость, но на современном этапе остаются мало изученными. Поэтому поиск таких психологических феноменов становится важной прикладной задачей в образовательной практике, в психолого-педагогическом сопровождении педагогов, реализующих приоритетные направления развития образования.

Гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что профессиональное выгорание, копинг-стратегии, самоэффективность являются личностными детерминантами, обеспечивающими жизнестойкость и психологическую безопасность педагога в образовательной среде, а выявление особенностей взаимосвязей этих феноменов стало целью данной работы.

Для достижения поставленной цели и проверки гипотезы был использован диагностический инструментарий, включающий методики «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И. А. Баева), «Профессиональная жизнестойкость» (В. Moreno-Jiménez et al., русскоязычная версия Е. А. Шмелевой с соавт.), опросники «Профессиональное выгорание» (С. Maslach et al., русскоязычная адапта-

ция Н. Е. Водопьяновой с соавт.), опросник совладания со стрессом COPE (С. Carver et al., адаптация Е. И. Расказовой с соавт.), «Тест для определения уровня самооффективности» (R. Schwarzer et al., адаптация В. Г. Ромек).

Респондентами исследования выступили педагоги ( $n=218$ ), имеющие педагогический стаж от 0 до 55 лет ( $M=25,4$ ), в возрасте от 20 до 76 лет ( $M=49,5$ ). Результаты эмпирического исследования обрабатывались с помощью корреляционного анализа (коэффициент Спирмена) и пошагового регрессионного анализа на базе программы SPSS v. 23.

Были выявлены значимые корреляционные связи и жизнестойкости (гж), и психологической безопасности педагога в образовательной среде (удовлетворенность (гу), защищенность (гз), референтное отношение (го)) с профессиональным выгоранием (гж =  $-0,303^{**}$ , гу =  $-0,322^{**}$ , гз =  $-0,647^{**}$ , го =  $-0,396^{**}$ ), с самооффективностью (гж =  $0,433^{**}$ , гу =  $0,260^{**}$ , гз =  $0,447^{**}$ , го =  $0,220^{**}$ ), с копинг-стратегиями «позитивное переформулирование» (гж =  $0,359^{**}$ , гу =  $0,155^{**}$ , гз =  $0,318^{**}$ , го =  $0,200^{**}$ ), «активное совладание» (гж =  $0,259^{**}$ , гз =  $0,333^{**}$ , го =  $0,141^{**}$ ) и «планирование» (гж =  $0,232^{**}$ , гу =  $0,186^{**}$ , гз =  $0,366^{**}$ , го =  $0,182^{**}$ ).

Корреляционный анализ показывает, что педагоги, чувствующие себя защищенными в образовательной среде, умеющие преодолевать жизненные трудности, более самооффективны (уверены в своих способностях и в успехе своих учеников), профессионально активны (эмоционально насыщены, удовлетворены профессиональными успехами, открыты к эффективным взаимодействиям), чаще используют позитивно активные стратегии поведения – позитивное переформулирование, планирование и активное совладание.

Регрессионный анализ позволил определить личностные детерминанты жизнестойкости и психологической безопасности педагога в образовательной среде (удовлетворенности, защищенности, референтного отношения). Ими стали самооффективность, профессиональное выгорание, копинг-стратегия «позитивное переформулирование». Чем выше уровень самооффективности педагога и ниже уровень профессионального выгорания, чем чаще он использует позитивное переформулирование в жизненных и профессиональных ситуациях, тем легче преодолеваются трудности и выше уровень психологической безопасности в образовательной среде.

Стратегия позитивного переформулирования позволяет найти в любой ситуации что-то положительное, оптимистичное, конструктивное: позитивные эмоции, новые знания, опыт, возможности, учит от трудностей переходить к задачам для их решения. Тем самым снижается уровень тревожности по отношению к проблеме, появляется

уверенность в способности преодолевать, повышается уровень психологической безопасности и жизнестойкости. Эти результаты согласуются с положениями Л. И. Анцыферовой о важности переосмысления и преобразовании ситуаций в трудных жизненных условиях (Анцыферова, 2007).

Самозффективность педагога, его уверенность в себе, своих способностях позитивно настраивает на восприятие жизненных ситуаций, повышает убежденность, веру в контроле ситуации, в успехе педагогической деятельности, своих учеников. Тем самым ученики становятся более уверенными, повышается их успешность, налаживаются взаимоотношения между педагогом, обучающимися, родителями, а значит, повышается не только жизнестойкость, но и психологическая защищенность, удовлетворенность в образовательной среде. Полученные данные подтверждаются исследованиями А. Daniilidou, М. Platsidou, S. E. Gonida, определившими самоэффективность как значимый фактор, связанный с жизнестойкостью, психологической безопасностью педагогов, их благополучием, психическим здоровьем, предотвращающий профессиональное выгорание (Daniilidou et al., 2020).

Профессиональное выгорание приводит к снижению уровня активности педагога, к сужению социальных и профессиональных контактов, отчужденности, отстраненности, замкнутости, взаимоотношения становятся более формальными, чаще возникают недопонимание и конфликты, а это понижает уровень защищенности и удовлетворенности педагога в образовательной среде. Профессионально выгоревший педагог характеризуется также редукцией профессионализма, неуверенностью в своих силах, что приводит к преобладанию сомнений в собственном мастерстве и достижениях, делает более уязвимым в трудных ситуациях. Полученные результаты подтверждаются зарубежными исследованиями, где жизнестойкость учителей связана с эмоциональным выгоранием (ibid.) и удовлетворенностью работой (Liu et al., 2022).

Таким образом, результаты эмпирического исследования определили самоэффективность, профессиональное выгорание, стратегию позитивного переформулирования как личностные детерминанты, обеспечивающие психологическую безопасность педагога в образовательной среде и его жизнестойкость. Учитель становится более жизнестойким, защищенным, устойчивым к различным трудностям, если уверен в своих способностях, не сомневается в успехе своих учеников, открыт к эффективным коммуникациям со всеми участниками образовательных отношений, конструктивно и позитивно оценивает и формулирует ситуацию.

Полученные данные будут полезны для проектирования программы психолого-педагогического сопровождения педагогов по формированию их психологической безопасности и жизнестойкости.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия / Ред. В. А. Бодров. М.: Пер Сэ, 2007. С. 143–154.
- Баева И. А., Волкова Е. Н., Лактионова Е. Б.* Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности. СПб.: Нестор-История, 2011.
- Баева И. А., Лактионова Е. Б., Гаязова Л. А., Кондакова И. В.* Детерминанты психологической защищенности педагога в образовательной среде // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2020. № 197. С. 18–30. doi: 10.33910/1992-6464-2020-197-18-30
- Володина Т. В.* Психолого-педагогическая модель развития жизнестойкости педагога: Дис. ... канд. психол. наук. Самара, 2014.
- Генпрокурор РФ Краснов: за трагедиями в школах стоит молчание учителей // Фонтанка.ру. 24.04.2024. URL: <https://www.fontanka.ru/2024/04/24/73499063> (дата обращения: 28.08.2024).
- Шмелева Е. А., Кисляков П. А., Кольчугина Н. И., Фан Ч. К.* Жизнестойкость и психологическая безопасность педагога в образовательной среде // Образование и наука. 2022. Т. 24. № 9. С. 143–173. doi: 10.17853/1994-5639-2022-9-143-173
- Daniilidou A., Platsidou M., Gonida S. E.* Primary school teachers' resilience: association with teacher self-efficacy, burnout and stress // Electronic Journal of Research in Educational Psychology. 2020. V. 18. P. 549–582. doi: 10.25115/ejrep.v18i52.3487
- Kowitarttawatee P., Limphaibool W.* Fostering and sustaining teacher resilience through integration of eastern and Western mindfulness // Cogent Education. 2022. V. 9 (1). doi: 10.1080/2331186X.2022.2097470
- Li L., Lv L.* The impact of Chinese EFL teachers' emotion regulation and resilience on their success // Frontiers in Psychology. 2022. V. 13. doi: 10.3389/fpsyg.2022.898114
- Liu Y., Zhao L., Su Y. S.* The impact of teacher competence in online teaching on perceived online learning outcomes during the COVID-19 outbreak: a moderated-mediation model of teacher resilience and age // The International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022. V. 19. doi: 10.3390/ijerph19106282

## **Особенности жизнеспособности, психологического благополучия и оценки качества жизни студенческой молодежи с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья**

*С. В. Котовская*

Российский государственный университет социальных технологий,  
Москва

К трудной жизненной ситуации относится наличие инвалидности и ограниченных возможностей здоровья, которые приводят к заметному изменению жизнедеятельности человека. Наиболее серьезной трансформацией личности в таких ситуациях является изменение в ценностной сфере. У студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья наблюдается снижение физического и ролевого функционирования при выполнении повседневной деятельности, которое компенсируется силой духа и верой в экзистенциальное предназначение. У этой группы молодежи более значим поиск смысла существования, выше духовность и нравственность. Оценка психологических компонентов здоровья и психологического благополучия не различается в исследуемых группах.

*Ключевые слова:* жизнеспособность, студенческая молодежь с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья, психологическое благополучие, качество жизни, физическое и ролевое функционирование, физический и психологический компоненты здоровья, смысл жизни.

Инвалидность и ограниченные возможности здоровья (ОВЗ), приводящие к заметному изменению поведения, ценностей, взглядов и в целом жизнедеятельности человека относятся к категории трудной жизненной ситуации. Анализ жизненной ситуации и отнесение ее к разряду трудных, по мнению К. Левина, требует исследования «с точки зрения самого действующего субъекта», ее личностной значимости (Малышко, Беляев, 2023, с. 97). Особую роль в определении жизненных ситуаций с позиции критичности их воздействия на личность Л. И. Анцыферова отводила изменениям в ценностной сфере. Автор отметила, что потеря личностью ценностей усиливает критичность восприятия ею жизненных ситуаций (Анцыферова, 1994).

Ответить на вопрос, что делает жизнь ценной, поможет рассмотрение характеристик качества жизни, оценка которого у человека с ОВЗ и инвалидностью будет отличаться от оценки условно здоровых людей. Механизмы восстановления и сохранения здоровья изучаются с медицинской, психологической, социологической, экономи-

ческой и других позиций. Оценка качества жизни человека содержит объективные (статистические показатели материального благополучия) и субъективные (социальные характеристики, относящиеся к ценностям, чувствам, установкам, мнениям; субъективная удовлетворенность разными сферами жизнедеятельности) индикаторы, включающие не только количественные показатели, но и качественные параметры, ценности и значимости (Лебедева, Леонтьев, 2022). Субъективная качественная составляющая неустойчива и краткосрочна, она чувствительна к эмоциональному состоянию респондентов, социальным шаблонам и культурным эталонам, значимо различается в различные эпохи, а их аттитюды варьируют в зависимости от стадии развития личности, согласно диспозиционным теориям Г. Олпорта, Ф. Знанецкого, У. Томаса, В. А. Ядова и др.

Субъективная оценка качества жизни индивидом тесно пересекается с понятием субъективного психологического благополучия. А. А. Скорынин в своих работах выделяет эмоциональную, социальную и смысловую составляющие психологического благополучия, делая акцент на преобладание позитивных эмоций, способности к установлению эффективных доверительных межличностных взаимоотношений с референтной группой и окружающими, а также на «осознание целей своей жизни, стремление к их достижению, к личностному росту и саморазвитию» (Скорынин, 2020, с. 92). Способность и внутренняя готовность вести активный образ жизни и насыщенную жизнь, несмотря на ограничения, связанные с инвалидностью и ОВЗ, зависит от наличия позитивного субъективного отношения к себе, своему актуальному состоянию здоровья. Поддержка социальных контактов, проявления сострадания и заботы, согласно исследованию Н. С. Павловой и Е. А. Сергиенко, является важным компонентом психологического благополучия пожилых людей (Павлова, Сергиенко, 2020, с. 386).

Модальность современных исследований акцентирует внимание научного сообщества на позитивных аспектах благополучия, с точки зрения гедонистических (эмоционально-когнитивная удовлетворенность жизнью) и эвдемонистических (достижение счастья и гармонии) подходов (Асадуллин, 2022, с. 230). Научное сообщество, пытаясь выстроить четкую структуру, связь и иерархию компонентов благополучия, найти механизмы влияния на жизнедеятельность субъекта и личности, сходятся во мнении, что рассматриваемый феномен относится к внутренней системе личности, является субъективной характеристикой и связан с критерием адаптации в социуме. О. О. Андронникова и Е. В. Ветерок установили, что «психологичес-

кое благополучие выступает явлением, нацеленность на которое, с одной стороны, является закономерным следствием социальных изменений и служит для сохранения баланса личности в „обществе постоянного риска“, с другой стороны, позволяет найти состояние, снижающее социально детерминированную виктимность» (Андронникова, Ветерок, 2016, с. 76).

А. В. Махнач указывает на то, что «современное общество заинтересовано в жизнеспособных людях, живущих и работающих в постоянно изменяющихся условиях и реализующих свой жизненный, социальный и профессиональный потенциал» (Махнач, 2017, с. 11). С. В. Котовская и Д. И. Воронков подчеркивают, что становление жизнеспособности лиц с инвалидностью и ОВЗ приобретает особую актуальность в связи с развитием инклюзивного образования. Вступая во взрослую студенческую жизнь, эта категория молодежи особенно нуждается в сохранении «личностной целостности в трудных ситуациях, обусловленных характером учебно-профессиональной деятельности и характером взаимодействия студентов друг с другом и преподавательским составом» (Котовская, Воронков, 2020, с. 344). Возрастной период студенчества характеризуется активным становлением личности, «сопровождающимся формированием ценностей, смыслов, личностных характеристик» (Церфус и др., 2023, с. 373), что приобретает особую значимость у лиц с ОВЗ и инвалидностью. С. В. Котовская и Д. И. Воронков отмечают, что «юношеский („студенческий“) возраст – это начало самостоятельной, взрослой жизни. Этот период является одним из важнейших этапов социализации и развития личности» (Котовская, Воронков, 2020, с. 343). Д. Н. Церфус с соавт. обращают внимание на необходимость поддержания «психологического благополучия и жизнеспособности в периоды затруднений, кризисов» (Церфус и др., 2023, с. 376), включающих систему интеграции индивидуальной и групповой работы со студентами в образовательных организациях среднего и высшего образования.

*Цель работы* – установить особенности жизнеспособности, психологического благополучия и оценки качества жизни студенческой молодежи с инвалидностью и ОВЗ.

В исследовании приняли участие студенты ( $n = 98$ ; 37,7% юношей, 62,3% девушек; средний возраст  $21,13 \pm 2,68$  лет) разных факультетов Российского государственного университета социальных технологий (психологического, экономического, цифровых технологий, иностранных языков) по следующим методикам: опросник психологического благополучия К. Рифф; опросник SF-36 «Оценка качества жизни» и тест «Жизнеспособность взрослого человека» А. В. Махнача.



Все респонденты были разделены на две группы. Первую составили студенты с инвалидностью и ОВЗ ( $n = 40$ ; 40,8% выборки; 47,4% юношей, 52,6% девушек; средний возраст  $22,32 \pm 3,02$  лет), вторую – условно здоровые студенты ( $n = 58$ ; 59,2% выборки; 31% юношей, 69% девушек; средний возраст  $20,34 \pm 2,14$  лет).

Собранные первичные эмпирические данные подвергались статистической обработке с использованием программы SPSS v. 23.0. Наличие значимых различий выявлялось с применением непараметрического U-критерия Манна–Уитни для двух независимых групп. Наличие взаимосвязи жизнеспособности с оценкой уровня жизни и параметрами психологического благополучия устанавливалось на основе  $\rho$ -критерия Спирмена. Результаты признавались значимыми при  $p \leq 0,05$ .

В результате анализа полученных данных было установлено, что состояние психологического благополучия и психологический компонент здоровья значимо не различаются у студентов с инвалидностью и ОВЗ. Студенческая молодежь с инвалидностью и ОВЗ, оценивая качество жизни, указывает на значимое ( $p \leq 0,05$ ) ее снижение из-за физических ограничений, влияющих на повседневную деятельность. У респондентов этой группы ниже общая оценка состояния здоровья и перспектив лечения. Неудовлетворенность собой компенсируется поиском смысла существования. Роль внутреннего регулятора отношений с собой и окружающей средой выполняет высокий уровень развития духовности и нравственности.

Отдельно следует отметить, что такие конструкты жизнеспособности, как индивидуальные ожидания по мобилизации мотивации, когнитивных ресурсов, вера в собственную эффективность, самодисциплина и способность к восстановлению баланса после воздействия неблагоприятных событий жизни, возможность выстраивать траекторию своего будущего, уверенность в том, что возможно успешно совладать с неблагоприятными ситуациями при поддержке референтного окружения, не различаются в исследуемых группах.

Для определения влияния инвалидности и ОВЗ на компоненты жизнеспособности, психологического благополучия и оценки качества жизни был проведен корреляционный анализ, в результате которого установлена связь с духовностью ( $k = 0,313$ ) и ролевым функционированием, обусловленным физическим состоянием здоровья ( $k = -0,296$ ) и физическим компонентом здоровья ( $k = -0,348$ ).

Таким образом, снижение оценки качества жизни студенческой молодежи с инвалидностью и ОВЗ обусловлено снижением физического и ролевого функционирования при выполнении повседневной деятельности, с интенсивностью болевых ощущений и общим состо-

янием здоровья, которое компенсируется силой духа и верой в смысл жизни. На субъективное ощущение психологического благополучия, жизнеспособность и психологические компоненты здоровья (психическое здоровье, жизненная активность, социальное и ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием) инвалидность и ОВЗ не влияют.

Исходя из результатов исследования, можно утверждать, что выявленные психологические конструкты жизнеспособности и оценки качества жизни — духовность и физические компоненты здоровья — могут выступать индикаторами для выявления группы лиц с инвалидностью и ОВЗ, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении. Сопровождение студенческой молодежи с инвалидностью и ОВЗ должно быть направлено на формирование позитивных межличностных взаимоотношений, положительного эмоционального фона, развитие навыков организации повседневной деятельности, принятие физического компонента здоровья, активизацию включенности в социально значимые проекты, ориентацию на волонтерскую, физическую и социальную активность.

### Литература

- Андронникова О. О., Ветерок Е. В.* Психологическое благополучие и здоровье как актуальная потребность современного человека в рамках девиктимизации // Вестник Кемеровского государственного университета. 2016. № 1 (65). С. 72–76.
- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Асадуллин М. Р.* Теоретический анализ понятия «психологическое благополучие» человека // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 6А. С. 228–240. doi: 10.34670/AR.2023.78.44.025
- Котовская С. В., Воронков Д. И.* Взаимосвязь жизнеспособности и личностных особенностей студентов инклюзивного вуза // Актуальные проблемы правового, экономического и социально-психологического знания: теория и практика: Материалы IV Международной научно-практической конференции: В 3 т. Донецк: Донбасская юридическая академия, 2020. С. 343–348.
- Лебедева А. А., Леонтьев Д. А.* Современные подходы к изучению качества жизни: от объективных контекстов к субъективным // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13. № 4. С. 142–162. doi: 10.17759/sps.2022130409

- Мальшко В. В., Беляев С. И.* Теоретические подходы к изучению понятия трудной жизненной ситуации в психологии // Наука в жизни человека. 2023. № 3. С. 95–101.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16. doi: 10.7868/S0205959217040018
- Павлова Н. С., Сергиенко Е. А.* Субъективное качество жизни, психологическое благополучие, отношение к временной перспективе и возрасту у пенсионеров, ведущих разный образ жизни // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. Т. 10. Вып. 4. С. 384–401. doi: 10.21638/spbu16.2020.401
- Скорынин А. А.* К вопросу о структуре психологического благополучия личности // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. 2020. № 2. С. 87–93. doi: 10.24411/2712-827X-2020-10210
- Церфус Д. Н., Корзунин В. А., Иванова Т. В., Шилова И. М.* Современные конструкторы психологического благополучия и жизнеспособности обучающихся в вузах // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2023. Т. 28. № 4 (95). С. 372–377. doi: 10.24412/1999-6241-2023-495-372-377.
- Li L., Lv L.* The impact of Chinese EFL teachers' emotion regulation and resilience on their success // Frontiers in Psychology. 2022. V. 13. Art. 898114. doi: 10.3389/fpsyg.2022.898114

## **Междисциплинарный подход к проблеме жизнеспособности**

*И. А. Курапова*

Марийский государственный университет, Йошкар-Ола

Статья посвящена проблеме жизнеспособности, раскрывается ее междисциплинарный характер. Показано, что междисциплинарный подход к исследованию феноменов является характерной чертой и необходимостью современной науки. Отмечается вклад различных наук (естественных, гуманитарных) в раскрытие содержательных аспектов проблемы жизнеспособности, которая активно изучается в настоящее время в психологической науке. Представлена попытка проследить истоки данной проблематики в научных областях. Это определило характер исследования жизнеспособности человека: сущностные характеристики жизнеспособности живой системы: способность к адаптации, саморазвитию, восстановлению, поддержанию оптимального состояния, взаимодейст-

вия внутренних и внешних факторов, индивидуальных и социальных характеристик и др. В данную работу не вошел анализ проблемы жизнеспособности в педагогической и психологической науках, что требует отдельного рассмотрения.

*Ключевые слова:* жизнеспособность, междисциплинарный подход, сложные системы, кибернетика, психология, общественные науки, философия, естественные науки.

Проблема жизнеспособности, широко представленная на сегодняшний день в психологических исследованиях, не теряет своей актуальности в рамках других наук, что, с одной стороны, указывает на междисциплинарность проблемы (Махнач, 2016; Рыльская, 2014; Reed et al., 2024; и др.), а с другой – на ее надтеоретический характер (Махнач, 2016).

Отмечая приоритетность междисциплинарных научных исследований, А.Л. Журавлев обозначает сложность интеграции полученного знания, возможность редуцирования психологического знания (Журавлев, 2007). Однако по мнению В.А. Мазилова от психологии зависит ее вклад в другие науки и возможность использования данных других наук (Мазилов, 2013).

Особая роль в развитии модели жизнеспособности принадлежит кибернетике. А.А. Богданов использовал термин жизнеспособности для определения динамической устойчивости системы в среднестатистических условиях среды, отмечая относительность жизнеспособности и ее отношение к определенной среде. У. Эшби отмечает, что некоторые свойства системы сохраняются неизменными и являются сочетанием гибкости, активности и постоянства. С. Бир рассматривает жизнеспособные системы как рекурсивные. Мера сложности системы определяется разнообразием состояний, поэтому в основе модели жизнеспособной системы лежит закон необходимого разнообразия.

Современные представления кибернетики о жизнеспособности сложных систем группируются вокруг четырех концепций: как восстановление и возвращение к равновесию; как синоним надежности, устойчивости; как противоположность хрупкости, как расширяющиеся возможности при угрозе нарушения целостности; как способность к адаптации (Woods, 2015).

Итак, исследования жизнеспособности в кибернетике определили основные ориентиры понимания данной проблемы относительно сложных систем, что активно используется в других науках (естественных и гуманитарных). В первую очередь, отметим относительность

устойчивости и постоянства жизнеспособной системы, ее динамичность и существование определенных оптимальных пределов колебаний, причем для каждой системы эти пределы могут различаться. Перспективной идеей для изучения жизнеспособности человека является аспект инициирования как внешних, так и внутренних изменений самой системой, проектирования системы в ситуациях ненормативных изменений.

Проследим теперь историю исследования жизнеспособности в естественных и гуманитарных науках. О. С. Разумовский и М. Ю. Хазов определяют жизнеспособность, с одной стороны, как «сочетание устойчивости системы и ее адаптивности, ее самоидентичности и ответственности, полезности, пригодности; оптимальности и неоптимальности». При этом нестабильность системы также выступает важной ее характеристикой.

Так как жизнеспособность общества измеряется способностью преодолевать внешние и внутренние противоречия, то может рассматриваться в контексте проблемы витальности (Рыльская, 2014), которая понимается, с одной стороны, как напор жизни, с другой – как способность к выживанию (Махнач, 2016, с. 22). Витальность П. Тиллих связывает с «мужеством быть», которое позволяет человеку выходить за свои пределы, не утрачивая самого себя.

В исторической науке жизнеспособность трактуется в широком смысле, как жизнеспособность общества, государства. А. П. Назаретян объясняет развитие человеческой цивилизации законом техногуманитарного баланса: чем выше мощь производственных технологий, тем более совершенные регуляторы необходимы для сохранения социоприродной системы. При этом динамика универсальной эволюции всегда характеризуется крайней неравномерностью.

Жизнеспособность государства связывают с возможностью удовлетворить потребности членов общества, а также противостоять деструктивным факторам устойчивости социума (Эюпова, Плотников, 2016). Авторы отмечают силу адаптивных возможностей общественной системы, благодаря которой общество может функционировать в неблагоприятных условиях.

В экономических исследованиях, согласно Е. В. Малыш, жизнеспособность понимается как способность системы противостоять воздействию, выдерживать удар, быстро восстанавливаться, адаптироваться, устойчиво функционировать. Жизнеспособность предприятия С. В. Домрачев рассматривает в категориях устойчивости и эффективности, утверждает, что она подчиняется системному принципу «опасной границы»: система жизнеспособна, если она контактирует

со средой незначительно, но в определенных контактах она нуждается из-за ресурсов.

На взаимосвязь жизнеспособности общества и индивида указывал А. А. Брудный, справедливо отмечая, что существование человечества и есть проявление и следствие его жизнеспособности. Тогда мы можем предположить, что само существование и есть характеристика жизнеспособности системы. Со способностью самовоспроизводства связывал проблему жизнеспособности А. С. Ахиезер, дополняя ее способностью воспроизводить свою культуру и отношения в ситуации преодоления жизненных трудностей, что, как отмечает А. В. Махнач, определяется как базовый признак жизнеспособности (Махнач, 2016), а также способностью субъекта обеспечить свою выживаемость через самосовершенствование.

Осмысление бытия современного человека и общества привело к возникновению концепции жизненных сил человека, которые представляют собой способность «воспроизводить и совершенствовать свою жизнь индивидуально-личностными и организационно-коллективными средствами» (Жизненные силы, 2000, с. 33), что согласуется с пониманием сущности феномена жизнеспособности человека.

Так как первые исследования жизнеспособности в технических науках опирались на представления о жизнеспособности живых систем как форме проявления их активности и адаптивности, то обратимся к понятиям природных систем обитания человека. Жизнеспособность экосистемы ассоциируется с выносливостью, адаптивностью и стабильностью ее компонентов и структуры в целом, с точки зрения А. А. Сидорова. В. И. Осипов, характеризуя отношения человека и биосферы, использует термин «устойчивое развитие» – непрерывное, постоянно поддерживаемое развитие, удовлетворяющее потребности людей и не ставящее под угрозу сохранение таких возможностей у будущих поколений.

Характеризуя жизнеспособность, И. И. Шмальгаузен рассматривает развитие организма как процесс, основанный на сложной системе регуляции по принципу обратной связи. В самой целостности системы заложена как функция поддержания устойчивости, так и предпосылка изменения. Поэтому совершенно неприспособленных организмов не существует.

Жизнеспособность как динамичный процесс адаптации к неблагоприятным условиям рассматривается зарубежными исследователями, изучающими нейробиологические, гормональные и генетические аспекты жизнеспособности (F. VanMeter, D. Cicchetti). Нейропластич-

ность как свойство мозга изменяться под действием опыта, а также восстанавливать утраченные связи после повреждения, признается нерешенной проблемой в биологии (Dev, 2015).

Гомеостаз и адаптация как характеристики жизнеспособного организма взаимосвязаны, по мнению М. Ф. Секача, при этом плата за адаптацию зависит от резервных возможностей организма, его пластичности. Система функциональных резервов организма включает биохимические, физиологические и психические резервы (А. Н. Курзанов), при этом биосоциальность человека определяет его неспециализированность как биологической системы, а это и выступает в качестве важного жизненного резерва (Л. П. Гримак, О. С. Кордобовский).

Как отмечают ученые, многие механизмы влияния биологических факторов на жизнеспособность не изучены полностью (Махнач, 2016), однако биология помогает системно изучать феномен на разных уровнях, исследуя общие для всех уровней механизмы жизнеспособности (Reed et al., 2024). В биологии жизнеспособность является основным способом адаптации организма в окружающей среде (О. А. Плюшева), выживанием и приспособлением в разных средах, жизнеспособностью потомства и т. п. (Махнач, 2016, с. 53–54), системным качеством живых систем разного уровня организации: от молекулярного до биосферного.

Важным для понимания сущности жизнеспособности является феномен качества жизни, характеризующий состояние человека, связанное с его здоровьем – его благополучие. Повышение качества жизни направлено на восстановление и сохранение здоровья населения. ВОЗ определены критерии качества жизни, включающие как субъективные, так и объективные показатели.

Особую важность в исследованиях качества жизни приобретают социальные контексты жизнедеятельности человека (Лебедева, Леонтьев, 2022), так как именно они влияют на субъективные показатели качества жизни (Geerling, Diener, 2020). Перспективным является изучение отношения к неопределенности и «вклада развития личности и ее социально-психологических свойств в положительные результаты жизни» (Лебедева, Леонтьев, 2022, с. 156), что расширит спектр изучаемых аспектов проблемы жизнеспособности.

Итак, подведем краткие итоги нашему анализу. Современный этап развития науки обнаруживает тенденции междисциплинарного подхода к изучению ряда феноменов, в том числе жизнеспособности. В рамках кибернетики важным для проблемы жизнеспособности стало определение целостности и внутренней связности систем, нали-

чия обеспечивающих гомеостазис обратных связей, самоорганизации. Все больше междисциплинарных исследований жизнеспособности проводится в естественных и гуманитарных науках, однако в медицине изучаются только отдельные ее параметры (благополучие, удовлетворенность и др.), что связывают с трудностью не столько теоретического, сколько практического применения биопсихосоциальной модели здоровья. В биологии жизнеспособность системы определяется жизненными потенциалами, поэтому по наличию потенциальных возможностей, их количеству и характеру взаимосвязей можно судить о жизнеспособности всей системы. Исследование жизнеспособности в социологии показало значимость жизненного пространства с его характеристиками пространства-времени для жизнеспособности как отдельного субъекта, так и целых сообществ. При этом к субъективным составляющим социального благополучия человека относятся проявления его внутреннего мира, которые, взаимодействуя с внешними условиями, определяют жизнеспособность и его, и общества в целом. Социология утверждает, что сложные ситуации важны для активизации жизненных потенциалов сложных систем, что важно, на наш взгляд, для понимания сущности и механизмов жизнеспособности человека.

### Литература

- Жизненные силы человека: социальная метатеория или виталистская социологическая парадигма? Монография / М. Я. Бобров, С. Ф. Воронков, Ю. Я. Вохменцев и др. / Под ред. С. И. Григорьевой, Л. Д. Деминой. Барнаул: Алтайский государственный университет, 2000.
- Журавлев А. Л. Особенности междисциплинарных исследований в современной психологии // Теория и методология психологии: постнеклассическая перспектива / Под ред. А. Л. Журавлева, А. В. Юревича. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. С. 15–32.
- Лебедева А. А., Леонтьев Д. А. Современные подходы к изучению качества жизни: от объективных контекстов к субъективным // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13. № 4. С. 142–162. doi: 10.17759/sps.2022130409
- Мазилев В. А. Разработка теории комплексных и междисциплинарных исследований в психологии // Ярославский педагогический вестник. 2013. № 4. С. 201–211.
- Махнач А. В. Жизнеспособность человека и семьи: социально-психологическая парадигма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Рыльская Е. А. Психология жизнеспособности человека: Дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2014.



- Dev S. B.* Unsolved problems in biology – the state of current thinking // Progress in Biophysics and Molecular Biology. 2015. V. 117 (2–3). P. 232–239. doi: 10.1016/j.pbiomolbio.2015.02.001
- Geerling D. M., Diener E.* Effect size strengths in subjective well-being research // Applied Research in Quality of Life. 2020. V. 15. P. 167–185.
- Reed J. M., Wolfe B. E., Romero L. M.* Is resilience a unifying concept for the biological sciences? // iScience. 2024. V. 27 (5). doi: 10.1016/j.isci.2024.109478
- Woods D. D.* Four concepts for resilience and the implications for the future of resilience engineering // Reliability Engineering and System Safety. 2015. V. 141. P. 5–9. doi: 10.1016/j.res.2015.03.018i

## **Взаимосвязь особенностей эмоциональных коммуникаций в семье и жизнеспособности личности**

*А. А. Нестерова*

Государственный университет просвещения, Мытищи

В статье представлены результаты исследования, показывающие вклад особенностей коммуникации в родительской семье в становление различных компонентов жизнеспособности молодых людей. В исследовании принимали участие юноши и девушки, выросшие в полных и неполных семьях, в возрасте 18–25 лет ( $n = 177$ ). Показано, что наиболее дисфункциональными и блокирующими для развития жизнеспособности являются родительская критика, сверхвключенность и элиминирование эмоций.

*Ключевые слова:* жизнеспособность личности, эмоциональная коммуникация, совладающее поведение, детско-родительское взаимодействие, молодежь.

### **Факторы семьи в формировании жизнеспособности личности**

Семья играет огромное значение в становлении совладающего поведения и жизнеспособности человека. Именно в семье человек с детства наблюдает способы совладания с трудностями, определяет для себя в процессе семейной социализации, какие механизмы преодоления стресса подходят именно ему (Жизнеспособность человека..., 2016; Berkel et al., 2023; Ungar, 2021).

В частности, семейное взаимодействие, общение между родителями и детьми важно для моделирования соответствующих реакций на стрессовые обстоятельства, помогает детям в разработке собствен-

ных эффективных стратегий преодоления трудностей и стрессовых событий (Berkel et al., 2023).

Несмотря на разные взгляды на жизнеспособность личности, предложенные за несколько десятилетий ее исследования, все точки зрения сходятся во мнении, что семья является важным агентом формирования и развития жизнеспособности (Жизнеспособность человека..., 2016, Multisystemic resilience..., 2021). Будем ли мы рассматривать жизнеспособность как черту личности, которая развивается на протяжении всей жизни (Lucken, Gress, 2010), или описывать ее как навык, который можно развивать посредством практики и накопления опыта в борьбе с жизненными трудностями (Buzzanell, 2010), в понимании предикторов, влияющих на нее, мы будем обязательно обращать внимание на фактор семьи. Влияние семьи, ее особенностей, функциональности или дисфункциональности, стилей взаимодействия, особенностей эмоциональной коммуникации можно объяснить с позиции различных теорий, закрепившихся в современной психологии.

Существует несколько концепций, которые подчеркивают важность внутрисемейного общения, влияющего на развитие эмоциональных и поведенческих реакций у детей, способствующих впоследствии формированию и укреплению жизнеспособности личности.

Первая теория – это теория регуляции эмоций, предложенная Джоном Готтманом, которая фокусируется на особенностях родительского общения, формирующего способность детей эффективно распознавать свои эмоциональные переживания и реагировать на них. На протяжении всей жизни человека этот задел является важным предиктором формирования способности ориентироваться в событиях, вызывающих сильные эмоции. То, как родители принимают эмоции ребенка (прерывают их, индуцируют или запрещают), моделирует соответствующие стратегии управления собственными эмоциями в дальнейшей жизни ребенка (Gottman et al., 2013).

Еще один способ, с помощью которого члены семьи сообща развивают свою жизнеспособность, – это совместное преодоление трудностей. Об этом нам сообщает теория коллективного совладания. Обычно, чтобы лучше справляться с трудностями, семьи объединяют свои индивидуальные ресурсы и возможности с целью преодоления какой-либо стрессовой ситуации. Теоретическая модель коллективного преодоления трудностей рассматривает способы, с помощью которых копинг-поведение людей становится взаимно обусловлено и люди могут в преодолении трудностей влиять друг на друга в позитивном или негативном плане (Afifi et al., 2006). Данная теория предполагает, что отдельные люди и системы становятся более «жизне-

способными», когда они сообщают о стрессе и неопределенности как о чем-то, что могут решить совместно. Выражение коллективной ответственности за стрессовую ситуацию и за ее разрешение повышает эффективность действий людей по преодолению нежелательных обстоятельств. Кроме того, совместное преодоление трудностей может смягчить негативные последствия и повысить личное благополучие. Результаты исследований показывают, что оно может быть жизненно важным инструментом, помогающим семьям продемонстрировать устойчивость в ответ на стресс, неопределенность и трудности (Крюкова, Сапоровская, 2016, с. 191).

Следующий подход, начатый еще с работ Дианы Баумринд и продолжившийся в исследованиях ее коллег по всему миру, подчеркивает важность отклика родителей на ребенка для формирования у него значимых личностных качеств. Родительская отзывчивость и контроль играют важную роль в формировании эмоциональных и поведенческих реакций детей, которые потом транслируются детьми в межличностном взаимодействии. Родительская отзывчивость подразумевает поддержку и внимание к потребностям детей, тогда как родительский контроль включает в себя поведение, которое пытается регулировать или дисциплинировать эмоции и действия детей (Baumrind et al., 2010). Эта стилистика взаимодействия родителей с детьми вносит существенный вклад в формирование их жизнеспособности, совидающего поведения и жизнестойкости, что доказано современными исследованиями.

Еще одна теория – теория родительского принятия/отвержения (PART theory) – это научно-обоснованная теория развития человека на протяжении всей его жизни, которая объясняет все его дальнейшие успехи или неудачи социализации тем, был ли он в детстве принят родителями или отвергнут. В этой теории есть три подтеории: теория личности, теория совладания и теория социокультурных различий. Важные результаты исследований в рамках данной теории свидетельствуют, что дети повсюду, независимо от социокультурного контекста, одинаково чувствуют себя, если субъективно ощущают себя принятыми или отвергнутыми родителями. Исследования показали, что и материнское, и отцовское принятие значимо коррелировало со всеми семью личностными склонностями взрослого потомства независимо от культуры, в которой человек вырос (Khaleque, Rohner, 2012).

В своих исследованиях А. Б. Холмогорова и ее коллеги доказали, что дисфункциональный стиль семейной эмоциональной коммуникации оказывает влияние на появление аффективных расстройств у детей и взрослых (Холмогорова и др., 2016).

## **Эмпирическое исследование взаимосвязи жизнеспособности личности и эмоциональной коммуникации в родительской семье**

В своем исследовании, проведенном на российской выборке в 2023 г., мы высказали гипотезу, что особенности дисфункциональной эмоциональной коммуникации в родительской семье могут повлиять на становление жизнеспособности личности. Чтобы проверить эту гипотезу, было проведено исследование на молодых людях в возрасте от 18 до 25 лет в количестве 177 человек (49% юношей и 51% девушек; 61% испытуемых из полных семей, 39% из неполных). Применялись две методики:

- 1) методика «Жизнеспособность личности» А. А. Нестеровой, измеряющая способность к самомотивации и достижениям, способность к активности и инициативе, эмоциональный контроль и саморегуляцию, позитивные когнитивные установки и гибкость, самоуважение, социальную компетентность и наличие социальной поддержки, адаптивные защитно-совладающие стили поведения, способность организовывать свое время и планировать будущее (Нестерова, 2017);
- 2) опросник «Семейные эмоциональные коммуникации» А. Б. Холмогоровой, С. В. Воликовой и М. Г. Сороковой, выявляющий дисфункции в родительских семьях, предназначенный для взрослых людей, которые на основе воспоминаний дают характеристику своей родительской семье; состоит из 30 утверждений и включает в себя 7 шкал: критика; индуцирование тревоги; элиминирование эмоций; фиксация на негативных переживаниях; внешнее благополучие; сверхвключенность; семейный перфекционизм (Холмогорова и др., 2016).

Для исследования взаимосвязи между жизнеспособностью личности и особенностями семейной эмоциональной коммуникации использовались методы корреляционного и регрессионного анализа.

Наибольший отрицательный вклад в жизнеспособность личности внес такой показатель, как «критика» ( $b = -5,2$ ). Также негативный вклад в формирование жизнеспособности вносят такие стили семейной коммуникации, как «сверхвключенность родителей» ( $b = -3,1$ ) и «элиминирование эмоций» ( $b = -4,2$ ). Таким образом, запрет на выражение эмоций и чрезмерная гиперпротекция снижают возможность ребенка в будущем формировать адаптивные способы самостоятельного совладания со стрессом. Интересно, что семейный перфекционизм прямо пропорционально связан с жизнеспособностью ребенка ( $r = 0,25$ ,  $p \leq 0,01$ ) и вносит весомый вклад в уравнении регрессии ( $b = 9,8$ ).

Элиминирование эмоций со стороны родителей снижают такие показатели жизнеспособности, как «способность к активности и инициативе» ( $r = -0,32, p \leq 0,01$ ), «позитивные когнитивные установки и гибкость» ( $r = -0,34, p \leq 0,01$ ); «самоуважение» ( $r = -0,33, p \leq 0,01$ ); «социальная компетентность» ( $r = -0,30, p \leq 0,01$ ); «адаптивные защитно-совладающие стили поведения» ( $r = -0,29, p \leq 0,01$ ). Это подтверждает теорию Дж. Готмана о том, что запрет на выражение чувств в семье обедняет механизмы копинга и адаптации у ребенка на протяжении всей его жизни.

Постоянная критика со стороны родителей в семейной коммуникации с детьми снижает все ресурсы жизнеспособности, кроме способности «организация времени и планирование будущего».

Сверхвключенность родителей негативно влияет на формирование блока таких жизнеспособных качеств, как «способность к активности и инициативе» ( $r = -0,23, p \leq 0,01$ ), «позитивные когнитивные установки и гибкость» ( $r = -0,26, p \leq 0,01$ ).

Семейный перфекционизм часто рассматривается как негативный вид семейной коммуникации, который влияет на эмоциональное благополучие ребенка, боящегося совершить ошибку и стремящегося к совершенству. Но в нашем исследовании семейный перфекционизм внес статистически значимый положительный вклад в формирование жизнеспособности, особенно в способность к самомотивации и достижениям ( $r = 0,25, p \leq 0,01$ ); способности к активности и инициативе ( $r = 0,28, p \leq 0,01$ ); социальной компетентности ( $r = 0,26, p \leq 0,01$ ) и адаптивности ( $r = 0,26, p \leq 0,01$ ).

Фиксация на негативных переживаниях со стороны родителей связана с низкими показателями по способности к эмоциональной регуляции ребенка в структуре жизнеспособности ( $r = -0,22, p \leq 0,01$ ).

Установлено, что такие аспекты дисфункциональной семейной коммуникации, как «внешнее благополучие» (фасадная семья) и «индуцирование тревоги», никак не связаны с результатами жизнеспособности молодых людей.

Также мы выяснили, что такие семейные факторы, как критика, стремление к внешнему благополучию, сверхвключенность и семейная дисфункциональность в большей степени присутствуют в неполных семьях. При этом показатели жизнеспособности молодых людей от типа семьи (полная/неполная) в нашей выборке никак не зависели, что может свидетельствовать о том, что на становление жизнеспособности влияет не столько структура семьи, сколько ее психологические характеристики, в том числе особенности семейной коммуникации и характера взаимодействия.

В связи с полученными данными, для успешного формирования жизнеспособности ребенка стоит учитывать характер эмоциональной коммуникации в семье, в которой необходимо сводить к минимуму критику, сверхвключенность и развивать способность родителей отражать и принимать эмоции ребенка.

### Литература

- Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Крюкова Т. Л., Саноровская М. В. Стрессы семейных отношений: тенденции и эффекты совладания // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2016. Т. 1. № 1. С. 174–195.
- Нестерова А. А. Разработка и валидизация методики «Жизнеспособность личности» // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 93–108.
- Холмогорова А. Б., Воликова С. В., Сорокова М. Г. Стандартизация опросника «Семейные эмоциональные коммуникации» // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 97–125.
- Affi T. D., Hutchinson S., Krouse S. Toward a theoretical model of communal coping in post-divorce families and other naturally occurring groups // Communication Theory. 2006. V. 16. P. 378–409. doi: 10.1111/j.1468-2885.2006.00275.x
- Baumrind D., Larzelere R. E., Owens E. B. Effects of preschool parents' power assertive patterns and practices on adolescent development // Parenting: Science and practice. 2010. V. 10 (3). P. 157–201.
- Berkel C., Winslow E., Sandler I. N., Wolchik S. A., O'Hara K. L., Thomas N. A. Building resilience in all children: A public health equity approach // Handbook of Resilience in Children. March 2023. P. 397–425. doi: 10.1007/978-3-031-14728-9\_22
- Gottman J. M., Katz L. F., Hooven C. Meta-emotion: How families communicate emotionally. N. Y.: Routledge, 2013.
- Khaleque A., Rohner R. P. Transnational relations between perceived parental acceptance and personality dispositions of children and adults: A meta-analytic review // Personality and Social Psychology Review. 2012. V. 16 (2). P. 103–115.
- Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change / Ed. M. Ungar. N. Y.: Oxford University Press, 2021. doi: 10.1093/oso/9780190095888.001.0001

## **Жизнеспособность личности как потенциальный фактор превенции шуттинга: определение понятий**

*А. А. Ощепков*

Димитровградский инженерно-технологический институт –  
филиал НИЯУ МИФИ, Димитровград

Одной из актуальных проблем современности стали случаи шуттинга, представляющие собой сложную проблему именно из-за крайней латентности предшествующей ему социальной ситуации и внезапности его проявления. Тем не менее, требуется глубокое осмысление этого явления, что прежде всего ставит задачу операционализации основных понятий, связанных с ним. Мы провели анализ случаев шуттинга, который позволил обозначить ряд его сущностных характеристик. С учетом выделенных социально-психологических особенностей участников шуттинга, формирование такого синергетического свойства личности, как жизнеспособность, может стать основой развития и личностного потенциала молодого человека и его социально-психологической адаптации, что выступает сильным превентивным фактором проявления шуттинга.

*Ключевые слова:* деструктивное поведение, агрессивное поведение, суицидальное поведение, шуттинг, социально-психологическая превенция шуттинга, жизнеспособность личности.

Развитие личности молодого человека сопровождается множеством проблем, связанных с его вхождением в социум и социально-психологической адаптацией. Социальная среда ставит перед ним множество текущих проблем, решая которые, его личность получает свое индивидуальное оформление. Такой социально-психологический аспект развития личности имеет как позитивные, так и негативные моменты и при этом формирует проблематику, привлекающую внимание ученых из гуманитарной сферы. Одной из таких, несомненно, актуальных проблем в последнее время стало явление внезапных немотивированных нападений школьников на своих сверстников и учителей в учебных заведениях с применением оружия, которое получило название «шуттинг».

Данная проблема является довольно сложной, поскольку практически невозможно предсказать факт внезапного нападения: факторы деструктивного характера неоднозначны и проявляются в комплексе, то же можно сказать и о причинах и социально-психологических механизмах этого явления. При этом одной из важнейших задач, встающих перед учеными, исследующими данную проблематику, является

отделение именно этого явления от сходных — таких, как упоминавшееся уже деструктивное поведение, агрессивное и аутоагрессивное поведение, аффекты и другие. Данное явление требует собственного осмысления и прежде всего операционализации основных связанных с ним понятий.

Согласно справке, приводимой агентством РБК (российский медиа-холдинг) о случаях стрельбы и нападений в российских школах и колледжах, а также согласно справке ТАСС (Российское государственное федеральное информационное агентство) о хронологии случаев стрельбы в российских учебных заведениях и справке Wikipedia (свободная общедоступная интернет-энциклопедия) о нападениях на учебные заведения в России, из семи случаев шуттинга с 2018 по 2023 г. в четырех подростки покончили жизнь самоубийством, в трех остальных случаях была неудачная попытка самоубийства. Оставшиеся в живых нападающие были признаны психиатрической экспертизой невменяемыми с диагнозом «параноидальная шизофрения». В данных справках также приводятся обобщенные мнения специалистов-психологов, выражающих свою оценку данным случаям, согласно которым основными причинами шуттинга могут являться в первую очередь семейное неблагополучие, а также издевательства сверстников (буллинг) и шизофреническое расстройство личности. Однако молодые люди, участники обозначенных случаев до совершения преступления, характеризовались положительно, как спокойные и неконфликтные, из положительных семей. Здесь стоит сделать, с нашей точки зрения, важное уточнение. Семьи, из которых вышли нападающие, внешне могут характеризоваться положительно, но внутренние отношения, особенно детско-родительские, могут быть при этом охарактеризованы как напряженные, с подавленной агрессией. Случаи издевательств над ними сверстников тоже не заметны внешне, однако также связаны с подавленной агрессивностью, а практически сто процентные случаи попыток самоубийства (удавшиеся или неудавшиеся) могут также свидетельствовать о латентном аутоагрессивном поведении. Кроме этого, стоит добавить о двух случаях, в которых эти подростки выражали свою агрессивность в социальных сетях посредством принятия участия в деструктивных сайтах, а также о так называемом течении «колумбайн», когда подростки подражают своим американским сверстникам, совершившим нападение на своих сверстников и учителей в 1999 году в США в старшей школе «Колумбайн» (вблизи Литтлтона, штат Колорадо), когда двое учеников застрелили 13 человек и затем сами покончили с собой (на основе этих событий был снят художественный фильм).



Согласно Р. Гиргису и группе ученых из Нью-Йоркского государственного психиатрического института, на основании проведенного ими исследования Базы данных массовых убийств (БДМУ), предоставляемой Колумбийским университетом (Нью-Йорк, США), почти половина случаев шуттинга (47,6%) по всему миру происходит в США. Данная группа ученых провела анализ статистических данных БДМУ с целью выделения основных предикторов шуттинга для их предотвращения (Girgis et al., 2023). Для выделения этих случаев из всей совокупности данных по массовым убийствам она дала им строгое определение: «...акт, в который вовлечено два или более индивидов, без предварительного периода созревания, происходящий в учебных заведениях, с применением оружия». Согласно их данным, также отмечаются в 100% случаев попытки суицида молодых людей, совершивших акт шуттинга, поскольку данный акт рассматривается ими как финальный поступок в жизни. Также отмечаются факторы риска шуттинга, такие как шизофреническое расстройство, семейное неблагополучие, и школьный буллинг.

Таким образом, случаи внезапных нападений школьников на своих сверстников и учителей в учебных заведениях с применением оружия могут быть охарактеризованы как случаи, в которые вовлечены не менее трех человек со смертельными исходами, происходящие в учебных заведениях, с применением оружия. Индивиды, совершающие акты шуттинга, характеризуются как обычные, неконфликтные, ничем особым не привлекающие внимания. При этом стоит отметить неблагоприятные личностные и социальные факторы, выступающие факторами риска «шуттинга», такие как шизофреническое расстройство личности, склонность к суицидальному поведению, семейное неблагополучие, подразумевающее напряженные детско-родительские отношения с подавленной агрессией, а также школьное неблагополучие, подразумевающее издевательства и унижения сверстников. Тем не менее, основная проблема шуттинга заключается в его латентности, когда случаю не предшествуют никакие значимые социально-психологические события, что обуславливает высокую значимость именно превентивных мер, направленных на профилактику шуттинга. И одним из возможных направлений превенции внезапных нападений школьников на своих сверстников и учителей в учебных заведениях с применением оружия, по нашему мнению, может стать развитие жизнеспособности личности молодого человека.

В предыдущем исследовании нами было рассмотрено понятие жизнеспособности человека, которое выступает потенциалом его личностного роста и изучение которого поможет понять, каким образом

возможна не только профилактика девиаций в поведении подростков и молодых людей, но и их преодоление (Ощепков, 2017). В этом плане феномен жизнеспособности определяется как системное качество личности, определяющее активность и саморегуляцию человека и выступающее, таким образом, основой социальной адаптации индивида. Так, А. В. Махнач считает, что жизнеспособность индивида следует рассматривать «в качестве системного свойства, определяющего проявление активности и адаптивности», а А. И. Лактионова рассматривает жизнеспособность как «индивидуальную способность человека к социальной адаптации и саморегуляции». Исчерпывающее определение жизнеспособности дает Е. А. Рыльская: «...синергетическое единство способностей адаптации, способностей саморегуляции, способностей саморазвития и осмысленности жизни, что в структурном аспекте проявляется через особенности ее интегрирования как единого целого». В этом же плане А. А. Нестеровой дается определение социально-психологического аспекта жизнеспособности «как социально-психологического феномена, понимаемого как системное качество личности, характеризующего органическое единство индивидуальных и социально-психологических способностей человека к реализации ресурсного потенциала» (Ощепков, 2017).

В этой связи особую теоретическую и практическую значимость приобретает изучение способов оптимизации процесса социально-психологической адаптации, чему, несомненно, способствует изучение жизнеспособности личности как фактора превенции формирования отклонений от нормального развития, и, в первую очередь, такой траектории развития личности, которая может вести к проявлению немотивированного, деструктивного поступка. Данный тезис опосредованно рассматривается и подтверждается в различных исследованиях, посвященных жизнеспособности личности. Так, М. В. Сапранкова и Л. С. Рычкова в своем эмпирическом исследовании выявили корреляционную связь между повышением уровня жизнеспособности и повышением устойчивости к трудным жизненным ситуациям у подростков (Сапранкова, Рычкова, 2022). Позитивная роль семьи и ближайшего окружения в формировании жизнеспособности личности рассматривается в работе С. В. Котовской в соавторстве с коллективом ученых (Котовская и др., 2023).

В работе А. И. Долженко, С. А. Наличаевой и А. А. Ткаченко жизнеспособность рассматривается как условие социальной адаптации личности, т. е. ее включения во взаимодействие с социальной средой, что является важным фактором адаптации в условиях неопределенности и одним из основополагающих ресурсов развития человека (Должен-

ко и др., 2020). В этом же плане в работе С. Н. Васильевой и Е. А. Рыльской рассмотрена жизнеспособность профессионала как «способность человека к успешной адаптации, выживанию и саморазвитию с помощью личностных ресурсов, компетенций и поведенческих стратегий в структурно-нормативной среде организации» (Васильева, Рыльская, 2019, с. 111). М. Э. Паатова предлагает следующий тип социально-реабилитационной ситуации – обращение к жизненным ценностям для дальнейшей успешной социализации – как средство формирования социально-личностной жизнеспособности девиантных подростков (Паатова, 2019), что в контексте нашего исследования важно учитывать как потенциальный фактор превенции немотивированной агрессии у подростков. В статье А. И. Лактионовой описывается роль осознания собственной субъектности как фактора формирования жизнеспособности личности, направленного на формирование самого себя в соответствии с заданными целями (Лактионова, 2018). С. В. Котовская и А. В. Махнач предлагают использовать психокоррекционную работу как средство совладания с профессиональным выгоранием и повышения жизнеспособности (Котовская, Махнач, 2023).

Таким образом, формирование такого синергетического свойства личности, как жизнеспособность, может стать основой развития и личностного потенциала молодого человека, и его социально-психологической адаптации. В этом аспекте профилактическая работа, в основу которой положено развитие жизнеспособности, может через использование смоделированных социальных ситуаций стать импульсом поиска и нахождения молодым человеком индивидуальных жизненных ценностей, что заложит основу нормативного развития его личности. Работа с индивидуальными социальными ситуациями молодого человека, с одной стороны, позволит психологически безопасно выявить и помочь устранить такие возможные его проблемы, как семейное или школьное неблагополучие; с другой стороны, позитивное развитие личностного потенциала раскроет возможности превенции деструктивного, агрессивного и аутоагрессивного поведения.

### Литература

- Васильева С. Н., Рыльская Е. А.* Конструирование дефиниции концепта «жизнеспособность профессионала» // Ярославский педагогический вестник. 2019. № 2 (107). С. 106–113. doi: 10.24411/1813-145x-2019-10358
- Долженко А. И., Наличаева С. А., Ткаченко А. А.* Жизнеспособность как фактор совладания с профессиональным выгоранием // Лазаревские чтения: Материалы XVIII международной научной конференции. Севастополь: филиал МГУ в г. Севастополе, 2020. С. 63–65.

- Котовская С. В., Бойко И. М., Мосягин И. Г., Хохрина А. И.* Роль семьи и близкого окружения в формировании жизнеспособности субъектов экстремальной деятельности: поперечное исследование // *Морская медицина*. 2023. Т. 9. № 2. С. 98–104. doi: 10.22328/2413-5747-2023-9-2-98-104
- Котовская С. В., Махнач А. В.* Психофизиологические и социально-психологические особенности субъектов экстремальной деятельности с оптимальным уровнем жизнеспособности // *Организационная психология*. 2023. Т. 13. № 4. С. 9–35. doi: 10.17323/2312-5942-2023-13-4-9-35
- Лактионова А. И.* Субъектный уровень жизнеспособности человека // *Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда*. 2018. Т. 3. № 4. С. 129–153.
- Ощепков А. А.* Жизнестойкость и жизнеспособность: соотношение понятий и их структур // *Профилактика зависимостей*. 2017. № 4. С. 64–68.
- Паатова М. Э.* Реабилитационно-воспитательные ситуации как средство формирования социально-личностной жизнеспособности девиантных подростков: принципы проектирования // *Вестник Адыгейского государственного университета*. 2019. № 3 (243). С. 88–94.
- Сапранкова М. В., Рычкова Л. С.* Жизнеспособность в контексте общего интеллекта подростков // *Сборники конференций НИЦ «Социосфера»*. 2022. № 15. С. 20–26.
- Girgis R. R., Rogers R. T., Hesson H., Lieberman J. A., Appelbaum P. S., Brucato G.* Mass murders involving firearms and other methods in school, college and university settings: Finding from the Columbia Mass Murder Database // *Journal of Forensic Sciences*. 2023. V. 68 (1). P. 207–211. doi: 10.1111/1556-4029.15161

## **Супервизия как фактор влияния на общую и профессиональную жизнеспособность человека**

*О. А. Плющева*

Московский государственный психолого-педагогический университет,  
Москва

Под профессиональной жизнеспособностью подразумевается способность субъекта труда к эффективному осуществлению и развитию своей деятельности вопреки воздействию неблагоприятных факторов. Изучение специфичных для каждого субъекта труда условий и способов формирования и поддержки профессиональной жизнеспособности дает возможность

прогнозировать ее изменения и подбирать инструментарий для управления ими. В число таких инструментов входит супервизия как метод повышения квалификации и рефлексии профессиональных контекстов специалистов, в частности, специалистов помогающих профессий.

*Ключевые слова:* общая жизнеспособность, профессиональная жизнеспособность, супервизия, специалист.

Жизнеспособность человека — феномен, занимающий большое внимание российских ученых с начала 2000-х годов (Махнач, 2019; и др.) и определяющий то, как человек справляется с трудностями в различных сферах своей жизни, в том числе профессиональной, занимающей довольно значительную часть в жизни человека. Как и остальные сферы жизнедеятельности, она подвержена существенному внешнему и внутреннему влиянию, имеющему последствия для жизнеспособности как отдельного человека, так и всего общества в целом.

Профессиональную жизнеспособность, которую мы понимаем как способность субъекта труда к эффективному осуществлению и развитию своей деятельности вопреки воздействию неблагоприятных факторов, представляется необходимым изучать с позиции понимания ее структуры, включающей уровни (организационный, групповой/межличностный, индивидуальный), факторы риска/защиты и наполняющие их компоненты. Изучение специфичных для каждого субъекта труда компонентов на каждом из уровней профессиональной жизнеспособности дает возможность прогнозировать ее изменения и подбирать инструментарий для управления ими (Плюшева, 2017). В число таких инструментов входит супервизия как механизм регуляции и совершенствования профессионального мастерства и профессионального здоровья личности.

Концептуальное развитие с середины прошлого века супервизия получила в двух функциональных направлениях: 1) административного управления, контроля качества работы, адаптации персонала и 2) развития профессионализации, индивидуальной ответственности, профилактики выгорания отдельного специалиста. Первые задачи решаются с помощью административной или управленческой супервизии, представляющей менеджмент качества организационной деятельности специалистов, имеющей форму некоторого коучинга на рабочем месте и способствующей обучению персонала в рамках требований организации (Кессель, 2021–2022). Вторые задачи решаются с помощью, так называемой, клинической, профессиональной или рефлексивной супервизии, представляющей образовательно-развивающий подход и имеющей целью улучшение практической рабо-

ты, компетенций, профессиональный рост специалиста, с фокусировкой больше на профессиональных стандартах и общественной, а не организационной ответственности (там же). Примеры супервизий второго типа (клиническая, профессиональная, рефлексивная) в литературе в подавляющем большинстве случаев рассматриваются в сфере деятельности специалистов помогающих профессий (Bulman, Francis, 2019; и др.).

Представленные два типа супервизии в соответствии с задачами, которые она может выполнять, мы распределили по трем, представленным выше, уровням профессиональной жизнеспособности: организационному, групповому и индивидуальному. Так, административная/управленческая супервизия под своими задачами подразумевает:

- на организационном уровне – изучение и оценку качества услуг или производственных результатов, программ, внешних связей, организационных рисков, оптимизации деятельности.
- на групповом уровне – изучение и оценку организационного взаимодействия, внутренней политики, корпоративного менеджмента и командной работы.
- на индивидуальном уровне – изучение и оценку качества выполняемой работы, включение в процессы аттестации, обучения, коучинга на рабочем месте.

Клиническая/профессиональная/рефлексивная супервизия под своими задачами подразумевает на:

- организационном уровне – исследование теневых процессов, ролевых моделей, внешних и внутренних взаимосвязей, влияющих на эффективность организации, влияние роли, стиля руководства на организационные процессы.
- групповом уровне – исследование скрытых процессов в команде, вопросов и ситуаций, имеющих отношение ко всей команде, параллельных процессов, а также индивидуальных кейсов специалистов, обсуждаемых в группе.
- индивидуальном уровне – исследование рабочих вопросов и ситуаций (кейсов) в работе отдельного специалиста, исследование трансферных процессов, ресурсов и влияния личных качеств, опыта специалиста на его работу.

Отражение уровневой структуры профессиональной жизнеспособности в применении к практике супервизии специалистов помогающих профессий представлено в работе П. Ховкинса и Р. Шохета (Ховкинс, Шохет, 2002). Три основные темы или установки, лежащие в основе

успешной супервизии, включают в себя: а) рост консультанта и его профессиональное развитие, б) знания, опыт супервизора и его особенности построение отношений с супервизируемым, в) устойчивость изменений новых знаний и их применения на практике, приобретенные супервизируемым (Gillen, 2024).

В рамках изучения административной/управленческой супервизии ряд исследований рассматривает ее негативное, абьюзивное влияние на самооценку сотрудников, их чувство компетентности, социальной справедливости, приводящей к замалчиванию и сопротивлению (Dai et al., 2019; и др.). В клинической/рефлексивной супервизии принципам взаимодействия супервизоров с подопечными уделяется большее внимание, к ним относят: эмоциональное присутствие и чуткость; оценка уязвимости и компетентности; предложение знаний и опыта со смирением; а также развитие отношений, способствующих постоянному личному и профессиональному росту (McMahon, 2014).

Подчеркивается, что супервизорам необходимы как чуткость, так и смелость при работе с личными и профессиональными качествами супервизируемых, с учетом их уязвимости и компетентности, а также при работе над поддержкой и развитием личностно ориентированных, скромных, но уверенных в себе практиков (там же).

Изучение преодоления последствий и профилактики профессионального выгорания и вторичной травмы с помощью методов и принципов супервизорской поддержки приводят следующие механизмы, которыми она оказывает свое положительное воздействие на своих подопечных (Cook, 2023):

- а) обеспечение безопасности, когда супервизируемые чувствуют, что их ценят и они способны говорить честно;
- б) доверие, которое супервизируемые испытывают к своим супервизорам;
- в) возможность делать выбор, выбирать, в частности в рамках супервизионного процесса;
- г) сотрудничество, обмен идеями и эгалитарный подход со стороны супервизора;
- д) расширение прав и возможностей, развития и поддержки профессиональной автономии специалиста;
- е) открытое обсуждение тем культурных, исторических и гендерных вопросов, в том числе, касающихся травм, проявляющихся в отношениях с коллегами, руководителями, клиентами.

В ряде исследований было подтверждено, что клиническая супервизия (была описана групповая ее форма работы) влияет на развитие жизне-

способности и профессионального самосознания, повышая уверенность в работе, эмоциональную регуляцию, подсказывая стратегии преодоления трудностей и управления ожиданиями (Bulman, Francis, 2019; Rankine, Thompson, 2022).

Таким образом, предлагаемая нами структура профессиональной жизнеспособности может служить хорошей базой для изучения методов и технологий, необходимых для повышения сопротивляемости кризисам и оптимизации трудовой деятельности как на трех уровне жизнеспособности всей организации, так и на уровнях и профессиональной группы и отдельных специалистов. Такие факторы риска профессиональной жизнеспособности специалиста как синдром выгорания, вторичная травматизация, утомление от сострадания требуют от исследователей внимательного изучения компенсирующих их факторов защиты профессиональной жизнеспособности, к которым можно отнести супервизию, как один из способов профессионализации и восстановления после столкновения с теми или иными сложными профессиональными ситуациями и кризисами.

### Литература

- Кессель Л. ван.* Профессиональная супервизия – отдельная дисциплина и профессия: ее исторические корни и эволюция // Актуальная супервизия. Современные подходы, стандарты качества: Сб. материалов научно-практических конференций по супервизии с международным участием (2021–2022 гг.). Новосибирск: АСК, 2023. С. 23–52.
- Махнач А. В.* Жизнеспособность замещающей семьи как малой социальной группы: Дис. ... д-ра психол. наук. Кострома, 2019.
- Плющева О. А.* Жизнеспособность специалиста в контексте профессиональной деятельности // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2017. Т. 2. № 3. С. 155–183.
- Ховкин П., Шохет П.* Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы. СПб.: Речь, 2002.
- Bulman C., Francis A.* In what ways might group clinical supervision affect the development of resilience in hospice nurses? // International Journal of Palliative Nursing. 2019. V. 25. P. 326–335. doi: 10.12968/ijpn.2019.25.8.387
- Cook R. M., Fye H. J.* Trauma-informed supervision and related predictors of burnout and secondary traumatic stress among prelicensed counsellors during the COVID-19 pandemic // International Journal for the Advancement of Counselling. 2023. V. 45. P. 310–329. doi: 10.1007/s10447-022-09493-x
- Dai Y. D., Zhuang W. L., Huan T. C.* Engage or quit? The moderating role of abusive supervision between resilience, intention to leave and work engage-



ment // *Tourism Management*. 2019. V. 70. P. 69–77. doi: 10.1016/j.tourman.2018.07.014

*Gillen M. C., Howells R. C., Mercer V.* Simple not easy: A phenomenological study of school counselor clinical supervision experiences // *International Journal for the Advancement of Counselling*. 2024. V. 46. P. 113–129. doi: 10.1007/s10447-023-09537-w

*McMahon A.* Four guiding principles for the supervisory relationship // *Reflective Practice*. 2014. V. 15 (3). doi: 10.1080/14623943.2014.900010

*Rankine M., Thompson A.* “Asking the ‘dumb’ questions”: An evaluative survey of reflective supervision with statutory child protection social workers // *Aotearoa New Zealand Social Work*. 2022. V. 34. P. 55–71. doi: 10.11157/anzswj-vol34iss1id904

## **Психологические ресурсы здоровья лиц пожилого возраста**

*В. В. Семикин\**, *А. И. Анисимов\*\**, *Н. В. Пикалова\*\**

\* Научный центр изучения Арктики, Салехард

\*\* Санкт-Петербургский государственный институт психологии  
и социальной работы, Санкт-Петербург

Изучается качество продуктивного развития личности в пожилом возрасте в связи с целенаправленной субъектной активностью, обеспечивающей ее психологическое благополучие и жизнеспособность. Проверяются взаимосвязи уровня благополучия и показателей психологических ресурсов здоровья лиц пожилого возраста. Установлено, что у пожилых людей с высоким уровнем психологического благополучия отмечается более выраженное стремление активизировать собственные психологические ресурсы: потенциал самоизменений, жизнестойкость, субъектную жизненную ориентацию. Лица пожилого возраста, ощущающие психологическое благополучие, в большей степени удовлетворены состоянием своих энергетических возможностей и склонны придавать значение такой жизненной ценности, как призвание. Показано, что повышению субъективной оценки жизни в целом в пожилом возрасте способствует выраженность таких психологических ресурсов, как субъектная жизненная ориентация и жизнестойкость личности.

*Ключевые слова:* геронтопсихология, психология здоровья пожилого возраста, психологическое благополучие лиц пожилого возраста, жизнеспособность, психологические ресурсы здоровья.

Проблема развития личности в пожилом возрасте приобретает в современных условиях первостепенное значение. От того, как происходит развитие и изменение личности у человека поздней взрослости, во многом зависит его активное долголетие.

Значительный вклад в разработку данной проблемы внесла Л. И. Анцыферова, предложившая динамическую концепцию личности, в основу которой она положила идею о непрерывном саморазвитии на протяжении всего жизненного пути: «Индивид и в поздние годы может быть субъектом своего развития, способным контролировать складывающиеся обстоятельства и управлять ими» (Анцыферова, 2006, с. 310). Особенно важным моментом ее авторской концепции является следующее утверждение: «Успешность личностного и социально-психологического развития человека во все периоды жизни (и особенно в поздние годы) зависит от того, насколько он сам выступает субъектом, создателем условий своей жизни» (там же, с. 299). Среди совокупности внутренних факторов, определяющих качество развития личности в позднем возрасте, на одно из первых мест Л. И. Анцыферова ставит сохранение и реализацию человеком своей позиции «субъекта жизни»: «Адаптивность старения определяется тем, насколько человек оказывается подготовленным к тем новым задачам, которые характерны для поздних лет жизни, к изменению своего места в обществе, специфичным для старости трудным ситуациям» (там же, с. 271). Это утверждение подчеркивает актуальность исследовательской задачи «поиска способов выявления резервных возможностей людей в их поздние годы и определения факторов, которые препятствуют использованию стариками всего богатства их жизненного опыта» (там же, с. 284).

В качестве одного из индикаторов продуктивного развития личности исследователи часто используют феномен «психологическое благополучие». Этот показатель «характеризует объективную меру того, насколько человек по своим психологическим характеристикам и способам функционирования близок к оптимальному уровню жизнеспособности» (Леонтьев, 2016, с. 21).

А. И. Лактионова и А. В. Махнач определяют жизнеспособность как «индивидуальную способность человека управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивными сферами, способность человека строить нормальную, полноценную жизнь в трудных условиях» (Махнач, Лактионова, 2008, с. 40). Здоровье человека само выступает в качестве многомерного, многокомпонентного образования, содержащего собственный набор ресурсов биологической, социальной, психологической приро-

ды. Об этом можно говорить, основываясь на современной концепции ВОЗ «Здоровье для всех в XXI в.» (см.: Полесский, 2006), в которой предлагается рассматривать здоровье в аспекте «потенциала», как совокупность ресурсов, обеспечивающих динамическое равновесие индивида с окружающей средой. Это свидетельствует о том, что такой сложный комплекс, как «жизнеспособность человека», включает и ресурсы здоровья.

Д. А. Леонтьев предлагает трактовать «ресурсы», как «средства, наличие и достаточность которых способствует достижению цели и поддержанию благополучия, а отсутствие или недостаточность — затрудняет» (Леонтьев, 2016, с. 23).

В одной из предшествующих работ мы обосновали положение о том, что в основе управления индивидуальным здоровьем находится «целенаправленная субъектная активность» человека, которая выступает главным способом поддержания и укрепления здоровья и реализуется посредством развития его жизненных ресурсов и жизнеспособности (Семикин, Анисимов, 2023).

Среди большого числа разнообразных ресурсов, обеспечивающих ПБ и жизнеспособность личности, для исследования резервных возможностей людей в пожилом возрасте нами были выбраны психологические ресурсы здоровья.

В настоящем исследовании перед нами стояла цель — изучить качество продуктивного развития личности в пожилом возрасте в связи с ее субъектной активностью. Для этого нужно было выявить взаимосвязи уровня психологического благополучия и выраженности психологических ресурсов здоровья у лиц пожилого возраста.

Для реализации этой цели были применены следующие методики:

- 1) опросник «Тест экзистенциальных мотиваций» использовался для оценки психологического благополучия личности; авторы методики считают, что итоговый показатель «экзистенциальная исполненность» (далее — ЭИ) «обратно связан с проявлениями психопатологической симптоматики», что может свидетельствовать «о валидности ЭИ как показателе психологического здоровья и благополучия» (Шумский и др., 2016, с. 780);
- 2) опросник «Потенциал самоизменений» (Манукян, Муртазина, 2020);
- 3) опросник «Тест жизнестойкости» С. Мадди (Осин, Рассказова, 2013);
- 4) «Опросник жизненных (субъект-объектных) ориентаций» (Коржова, 2001).

Для изучения самооценки здоровья и ценностно-смысловых ориентаций личности была разработана авторская анкета.

Математико-статистическая обработка данных проводилась с помощью непараметрического U-критерия Манна–Уитни и коэффициента ранговой корреляции Спирмена (пакет статистических программ Statistica v. 10.0).

В исследовании приняло участие 100 респондентов в возрасте от 60 до 75 лет (средний возраст – 69,2 лет), среди которых 83 женщины и 17 мужчин.

По общему показателю опросника «Тест экзистенциальных мотиваций» были сформированы две группы лиц с разной степенью ЭИ: Группа 1 – с высокой (N = 35); Группа 2 – с низкой (N = 33).

Далее проводилось сравнение полярных групп по показателям, отражающим выраженность психологических ресурсов здоровья.

Сравнительный анализ по опроснику «Потенциал самоизменений» выявил различия между группами по шкалам «потребность с самоизменениях», «способность к самоизменениям» и по итоговому показателю методики, что свидетельствует о том, что респонденты, которые выше оценивают качество своей жизни, демонстрируют более высокую готовность к изменениям собственной личности и к планомерной реализации их в жизнь.

Сравнение данных по опроснику «Тест жизнестойкости» установило различия между группами по всем шкалам и по общему показателю методики. Лица пожилого возраста с высокими показателями ЭИ в стрессовых ситуациях, ситуациях неопределенности и необходимости выбора в большей мере склонны активизировать такие качества, как личностная включенность в происходящее, готовность действовать в отсутствие надежных гарантий желаемого результата и поддерживать веру в свою способность влиять на результат, что и определяет жизнестойкость личности в целом.

По данным «Опросника жизненных ориентаций» выявлены различия между показателями групп по шкалам «трансситуационная изменчивость», «трансситуационный локус контроля», «трансситуационная направленность освоения мира» и по общему показателю. Пожилым людям, имеющим высокие показатели ЭИ, в большей степени свойственна субъектная ориентация: активность жизненной позиции в целом, склонность перестраивать ситуацию под себя, преодолевать сложные жизненные ситуации, а также стремление к внутреннему росту, самосовершенствованию. Это может говорить о том, что ПБ таких людей во многом обеспечивается активизацией собственных ресурсов здоровья.

Таким образом, результаты сравнительного анализа свидетельствуют о том, что у лиц пожилого возраста с высокой степенью ЭИ отмечается большая выраженность психологических ресурсов здоровья. Эти результаты подтверждают связь ПБ со стремлением личности активизировать данные ресурсы в пожилом возрасте.

Для уточнения связей ПБ в пожилом возрасте с выраженностью психологических ресурсов, а также с самооценкой здоровья и ценностно-смысловыми ориентациями респондентов проведен корреляционный анализ данных всей выборки ( $n = 100$ ).

Выявлены корреляции между ЭИ и шкалами методики «Потенциал самоизменений» («потребность в самоизменениях», «способность к самоизменениям», «возможность самоизменений», итоговый показатель), всеми показателями опросника «Тест жизнестойкости», показателями методики «Опросник жизненных ориентаций» («трансситуационная изменчивость», «трансситуационный локус контроля», «трансситуационная направленность освоения мира», общий показатель). Это означает, что респонденты с высоким уровнем ПБ в большей мере стремятся активизировать собственные ресурсы: «экзистенциальную отвагу, позволяющую личности в меньшей степени зависеть от ситуативных переживаний»; общую способность к психологической изменчивости личности в различных жизненных ситуациях, а также субъектную ориентацию, проявляющуюся в интернальности и широте временной транспективы.

Установлены корреляции между показателем ЭИ и ответами респондентов на вопросы анкеты: «Хватает ли вам энергии для реализации жизненных планов?», «Согласны ли вы, что для человека важно найти свое призвание?». Это говорит о том, что лица пожилого возраста с высокими показателями ПБ удовлетворены состоянием своих энергетических ресурсов и большее значение придают такой ценности, как предназначение личности. Можно констатировать, что высокая самооценка энергетического потенциала в сочетании с понимаем важности для человека жизненного призвания создают предпосылки для роста субъективной удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте.

Субъективная оценка здоровья респондентами (вопрос «Удовлетворены ли вы состоянием своего здоровья?») выявила положительные связи с показателями методик «Тест жизнестойкости» и «Опросник жизненных ориентаций» и с самооценкой жизни в целом. Также были выявлены отрицательные связи степени удовлетворенности здоровьем и наличия хронических заболеваний. Это означает, что чем выше пожилые люди оценивают состояние своего здоровья, тем меньше

предъявляют жалоб на хронические заболевания и тем чаще у них отмечается стремление активизировать психологические ресурсы здоровья и позитивно оценивать собственную жизнедеятельность.

Согласно мнению Л. И. Анцыферовой, продолжению поступательного развития в поздние годы способствует продуктивная установка оценивать свою жизнь с оптимистических позиций (Анцыферова, 2006, с. 273). В связи с этим особый интерес представляют корреляции, выявленные между оценкой респондентами своей «жизни в целом» и показателями методик «Тест жизнестойкости» и «Опросник жизненных ориентаций». Можно заключить, что субъектная жизненная ориентация наряду с жизнестойкостью личности создают необходимые предпосылки для повышения оценки качества жизни у лиц пожилого возраста.

В целом данные корреляционного анализа также подтверждают наличие связей ПБ человека в пожилом возрасте с выраженностью ресурсов здоровья: с субъектной ориентацией, жизнестойкостью, потенциалом психологической изменчивости, самооценкой своих энергетических возможностей и пониманием ценности жизненного призвания личности.

По результатам исследования можно сделать следующие выводы:

1. Установлено, что у лиц пожилого возраста с высоким уровнем ПБ отмечается большая выраженность психологических ресурсов здоровья. На это указывают значимые различия между группами респондентов с разной степенью ЭИ по показателям методик «Потенциал самоизменений», «Тест жизнестойкости» и «Опросник жизненных ориентаций»
2. Согласно данным корреляционного анализа, лица пожилого возраста, ощущающие ПБ, проявляют большее стремление к активизации психологических ресурсов здоровья, в более высокой степени удовлетворены состоянием своих энергетических возможностей и склонны придавать значение такой ценности, как жизненное призвание.
3. Для повышения субъективной оценки жизни в целом важное значение в пожилом возрасте приобретает выраженность таких психологических ресурсов, как субъектная жизненная ориентация и жизнестойкость личности.

### Литература

*Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.

- Коржова Е. Ю.* Психология жизненных ориентаций человека. СПб.: Изд-во РХГА, 2006.
- Лактионова А. И., Махнач А. В.* Факторы жизнеспособности девиантных подростков // Психологический журнал. 2008. Т. 29. № 6. С. 39–47.
- Леонтьев Д. А.* Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016. № 62. С. 18–37. doi: 10.17223/17267080/62/3
- Манукян В. Р., Муртазина И. Р., Гришина Н. В.* Опросник для диагностики потенциала самоизменений личности // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 4. С. 35–58. doi: 10.17759/cpp.2020280403
- Осин Е. Н., Рассказова Е. И.* Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2013. № 2. С. 147–165.
- Полесский В. А., Мартыничук С. А., Мартыничук Е. А.* Концепция охраны и укрепления здоровья, программно-стратегические действия и задачи ВОЗ по достижению «здоровья для всех» // Общественное здоровье и профилактика заболеваний. 2006. № 4. С. 3–13.
- Семикин В. В., Анисимов А. И.* Целенаправленная субъектная активность как фактор активизации ресурсов здоровья человека в контексте системы здравоохранения // Известия Иркутского государственного университета. Сер. «Психология». 2023. Т. 45. С. 55–69. doi: 10.26516/2304-1226.2023.45.55
- Шумский В. Б., Уколова Е. М., Осин Е. Н., Лупандина Я. Д.* Диагностика экзистенциальной исполненности: Оригинальная русскоязычная версия теста экзистенциальных мотиваций // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 4. С. 763–788.

## **Возможности веры как ресурса совладания с ситуациями неопределенности**

*О. М. Сергеева, Я. А. Красавина*

Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского, Нижний Новгород

В работе рассматриваются возможности различных видов веры давать основу для совладания с критическими жизненными ситуациями, с неопределенностью. Выделяются различные функции веры, способствующие совладанию у людей с различными индивидуальными особен-

ностями. Показана связь опоры человека на веру и его толерантности к неопределенности.

*Ключевые слова:* вера, совладание, совладающее поведение, копинг-стратегии, неопределенность.

Совладающее поведение – исследовательский тренд, актуальность которого обуславливается неуклонным ростом количества стрессоров, а соответственно, востребованностью новых форм работы с неадаптивными проявлениями совладающего поведения.

Изучение совладающего поведения осложняется многообразием подходов к трактовке данного понятия. Существенные разногласия в его определении вызывает вопрос о включении в его содержание избегающих стратегий. С одной стороны, совладающее поведение трактуется как целенаправленное, прогностическое, творческое поведение, помогающее справляться со стрессом адекватными для личности способами, обеспечивающее продуктивность, здоровье и благополучие человека (Крюкова, 2008). С другой стороны, зачастую совладающим поведением называют все возможные формы выхода из кризисных ситуаций, что делает совладание синонимом копинга (Малиновская, 2016).

Совладающее поведение (или копинг-поведение) делится на активное и избегающее. Избегающий тип подразумевает активацию защитных механизмов – копинг-стратегий, позволяющих человеку отключиться от негативных переживаний за счет отдаления от их предмета. Активное совладание в нашем представлении подразделяется на два вида – переживание и преодоление. Переживание – особый вид деятельности, целью которой является возвращение внутреннего равновесия в критический период. Данное понятие разрабатывал Ф. Е. Василюк в концепции невозможности: переживание ориентировано на внутренние изменения, переосмысление, выдерживание ситуации с опорой на терпение (Василюк, 1984). Преодоление – активное копинг-поведение, ориентированное на изменение параметров ситуации, целенаправленные действия вовне.

Основой для выбора какой-либо стратегии совладания являются личностные особенности. Человек переключается между несколькими стратегиями в течение проживания одной трудной жизненной ситуации (Анцыферова, 1994). Мы предполагаем, что важной особенностью личности, детерминирующей выбор копинг-стратегии и выступающей в то же время самостоятельным ресурсом совладания, является вера. Здесь мы говорим о психологическом феномене «belief», включая в это понятие и религиозную веру («faith») (Скрипкина, 2005). Вера как особое состояние психики формируется на базе полного и без-



оговорочного принятия истинности каких-либо сведений (Дружинин, 2003). Вера может быть обращена как на себя, так и на характеристики внешней ситуации, что обуславливает выбор копинг-стратегий. Изменение объекта веры — основа для изменения стратегии совладания. На основании того, что мы считаем истинным, мы совершаем выбор, обретаем возможность действовать. Именно в такой взаимосвязи с верой формируются воля и свобода человека (Братусь, 1988).

Вера — это опережающее отражение действительности, инструмент достраивания реальности. Эта функция осуществляется благодаря связи будущего и прошлого, что созвучно с представлениями Л. И. Анцыферовой о временном аспекте совладания (Анцыферова, 1994). Вера не ограничена рамками настоящего: базируясь на прошлом и формируя представления о будущем, она в здесь-и-сейчас становится ресурсом для переживания или преодоления. Обращенность веры в будущее делает ее перспективным ресурсом совладания с ситуациями неопределенности, ведь именно дефицит информации о грядущем вносит неясность.

Таким образом, вера — состояние психики, переживая которое, человек обретает значимый ресурс совладания, определяющее, к какому типу копинг-стратегий он будет обращаться (Братусь, 1988). Изменяя объект веры, человек может пробовать различные стратегии в рамках одной ситуации. Изучение веры перспективно в вопросе совладания с неопределенностью, так как исследуемый нами феномен формируется через связь образов прошлого и будущего.

Вера — неизмеримый параметр, поэтому в рамках эмпирической части исследования мы изучали представления о вере, о значимости, выраженности ее различных форм в жизни респондентов, о роли веры как ресурса совладания с ситуациями неопределенности. Связана ли эта выраженность и представления о вере с предпочитаемыми копинг-стратегиями и характеристиками состояния респондента? Для ответа на этот вопрос и изучения образа веры мы воспользовались следующей батареей методик: Методика цветowych метафор И. Л. Соломина; «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссман и Д. Рикс; Опросник совладания со стрессом, COPE Р. Лазаруса (в адаптации Т. О. Гордеевой и др., 2010); анкета, направленная на выявление отношения к вере и ее роли в совладании с ситуацией неопределенности; Шкала толерантности к неопределенности Д. Мак-Лейна (в адаптации Е. Г. Луковицкой, 2007).

*Выборку* исследования составили 52 человека в возрасте от 18 до 23 лет, студенты разных специальностей и направлений, работающие молодые люди (43 девушки, 9 юношей).

Первый, феноменологический, этап исследования показал, что семантическое поле веры составляют понятия теолого-философского, экзистенциального ряда («Абсолют» и «справедливость»). Вера связывается с понятиями «неопределенность» и «неясность». Мы можем предположить, что оба ощущения (ощущение неопределенности и ощущение уверенности в чем-либо) располагаются в одной области переживания и являются как бы полярными сторонами этого состояния. Наиболее отдаленными в семантическом смысле оказались понятия, связанные с бурными негативными эмоциями («гнев», «риск»), и понятия, отдаленные от реальности («воображение», «Я-идеальный»). Понятие «переживание» также оказалось отдалено от семантического поля веры. Возможно, это связано с тем, что переживание воспринимается как нечто близкое к волнению, тревожности. Отсутствие семантической близости может указывать на противоположность понятий, т. е. вера скорее успокаивает, что предположительно подтверждает ее копинг-функцию.

Факторный анализ, выявляющий типы сочетаний в семантическом пространстве респондентов веры с другими понятиями, позволил предположить, какие функции может выполнять вера у разных людей.

Первый фактор объединил следующие понятия, сочетающиеся с верой: «Я-реальный», «Я-идеальный», «мое будущее», «опора на себя», «оптимизм», «воображение/фантазия», «воля», «эмоция», «ценности», «радость», «доверие». «Радость» и «оптимизм» характеризуют веру как феномен, насыщенный положительным содержанием. «Опора на себя», «Я-реальный» указывают на ключевую роль личности, ориентированность на себя и собственные силы. Вера связывается с образом будущего («мое будущее» и «Я-идеальный»), что может говорить о восприятии веры как способа ориентации на результат, предвосхищения положительных перемен. Мы предполагаем, что данный фактор характеризует веру как ресурс для личностных изменений, духовного роста.

Во второй фактор вошли понятия «судьба», «грусть», «неопределенность», «неясность», «гнев», «взаимопомощь», «решение» и «риск», последние четыре — с отрицательным знаком. Вера характеризуется как нечто смиренное, связанное с проживанием сложной ситуации неопределенности, неясности не через активные действия, а через замедление, замирание. Отрицательный знак вхождения в фактор понятия «взаимопомощь» может указывать на уединенный, отстраненный от окружающих характер проживания. Такое переживание замедляет общий темп жизни, позволяет человеку прорефлексировать и изменить свое отношение к чему-либо. Функция веры как ресурса совлада-

ния здесь — выстоять, сохранить силы и в ситуации неопределенности довериться судьбе. Подобный механизм необходим при проживании острого горя, по Ф. Е. Василюку: сталкиваясь с тяжелым эмоциональным переживанием, человек нуждается в том, что позволит ему удержаться в этом и выйти из этого с «продуктом». Продукт этой фазы — связь Я и новой реальности. Через грусть и неясность без попыток что-то изменить человек приходит к фазе завершения.

Третий фактор содержит понятия «гнев», «риск», «ресурс», «эмоция», «грусть», «неопределенность», «смысл» и «конечность плохого», последние два — с отрицательным знаком. Здесь вера связывается с негативными эмоциями и бессмысленностью, бесперспективностью. В такой связке вера представляется нам неким ресурсом для пребывания в состоянии борьбы, несмотря на утерю смыслов и надежды. Вера заменит смысл, дает человеку возможность упорно бороться с неотвратимым. И хотя респондентов, связывающих гнев и риск, очень мало и большинство понятий соответствуют противоположному полюсу фактора, само выделение этого явления представляется важным для дальнейшего изучения.

В четвертый фактор вошли понятия «справедливость», «доверие», «решение» и «ресурс». Представляется, что все эти переменные можно связать в стройный логический ряд: вера дает ресурс для принятия и реализации решения через доверие к миру, веру в его справедливость. В этом факторе вера выступает как основа для оптимистического мировоззрения.

Вера в пятом факторе, говорящем о ее связи с научным мировоззрением и смыслом, представляется как некая экзистенция, способ отношения к реальности, инструмент познания. Вера здесь выступает как основа для познания, изучения, а возможно, и преобразования мира.

Таким образом, факторный анализ продемонстрировал, что в зависимости от индивидуальных особенностей человека и его жизненной ситуации вера может дать многообразные ресурсы для совладания и лежит в основе различных копинг-стратегий.

Анализ анкеты показал, что 44% респондентов считают веру значимым ресурсом совладания с ситуацией неопределенности. Особенно ресурсными респондентам представляются вера в себя, в лучшее, в конечность плохого и в здравый смысл.

Результаты корреляционного анализа связи представлений о вере (и ее видах) как ресурсе совладания с ситуациями неопределенности и предпочитаемых респондентами видами копинга позволяют утверждать, что вера связана исключительно с активными копинг-стратегии-

ями (разброс корреляций от 0,35 при  $p < 0,05$  до 0,53 при  $p < 0,01$ ). С избеганием выявились только слабые отрицательные связи (от  $-0,28$  до  $-0,36$  при  $p < 0,05$ ), причем у очень небольшого «набора» видов веры.

Если рассматривать содержание конкретных взаимосвязей предпочитаемых копинг-стратегий респондентов и их представлений о видах веры как ресурсе совладания, можно выделить следующие моменты. Стратегия позитивного преодоления и личностного роста, как и в целом предпочтение активных копинг-стратегий, связана с верой в себя, в здравый смысл, в лучшее и конечность плохого. Чем выше оценивается ресурсность веры в себя, в лучшее, в здравый смысл и в Абсолют, тем реже проявляются избегающее поведение. Люди, использующие активный копинг, выше оценивают помогающую роль веры, чаще обращаются к ней в кризисные моменты.

Эффективность веры как ресурса совладания проявляется и в корреляции представлений респондентов о значимости и эффективности веры в целом и ее различных видов как инструмента совладания с самооценкой состояния (разброс корреляций от 0,28 при  $p < 0,05$  до 0,61 при  $p < 0,01$ ). Чем выше человек оценивает ресурсность веры, тем лучше он себя чувствует: обладает более хорошим настроением и функциональным состоянием, в меньшей степени склонен оценивать текущую ситуацию как неопределенную.

Интересно, что корреляция также наблюдается между отношением человека к неопределенности и оценкой им роли различных форм веры в совладании (разброс корреляций от 0,29 при  $p < 0,05$  до 0,45 при  $p < 0,01$ ). Предпочтение неопределенности коррелирует с оценками веры в себя, в лучшее, в удачу, в Абсолют, в науку. Избегание неопределенности обратно связано с верой в удачу. Можно предположить, что вера дает опору для развития толерантности к неопределенности.

Подытоживая результаты исследования, можно утверждать, что вера выступает личностным ресурсом для совладания с ситуациями неопределенности. Обращение к вере/ конкретному ее виду может служить универсальной первичной стратегией для человека, на базе которой и будет осуществлен дальнейший выбор способа совладания. Универсальность веры как стратегии совладания также заключается в направленности ее аспектов на разнообразные ситуации. Вера как копинг-стратегия реализуется с учетом индивидуальных особенностей, т. е. снабжает разных людей разными (необходимыми именно им) ресурсами. Люди, склонные опираться на веру, имеют большую толерантность к ситуации неопределенности, успешнее совладают с подобными обстоятельствами и более высоко оценивают свое состояние.

## Литература

- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Братусь Б. С.* Аномалии личности. М.: Мысль, 1988.
- Василюк Ф. Е.* Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Крюкова Т. Л.* Человек «совладающий»: качества субъекта и его совладающее поведение // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 257–273.
- Малиновская Е. Л.* Совладающее поведение как предмет исследования психологии личности // Вестник УРАО. 2016. № 2. С. 134–138.
- Скрипкина Т. П.* Философская категория веры и психология доверия // Известия Южного федерального университета. Технические науки. 2005. № 7. С. 189–191.
- Словарь по профориентации и психологической поддержке / Под ред. Н. Е. Дружинина. Томск: Томский центр профессиональной ориентации, 2003.

### **Ранний дезадаптивный опыт и жизнеспособность личности: прикладное значение идей Л. И. Анцыферовой**

*В. А. Степашина*

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Институт психологии и образования, Казань

Раскрыто прикладное значение преодоления раннего дезадаптивного опыта, травматического переживания в процессе становления личности сквозь призму идей Л. И. Анцыферовой. Определена актуальность понимания динамики и системности личностной зрелости и жизнеспособности человека для практической психологии. Подход к личности, предложенный Л. И. Анцыферовой, раскрывает основу оказания психологической помощи. Определено, что в работе психолога важно опираться на детский опыт как на ресурс, придавая значение активной позиции субъекта в трудных жизненных условиях. Работы Л. И. Анцыферовой и их осмысление отражают гуманистический взгляд на практику взаимодействия психолога с людьми, мотивированными на изменения и стремящимися к самоактуализации с учетом пережитого раннего дезадаптивного опыта.

*Ключевые слова:* ранний дезадаптивный опыт, травматическое переживание, жизнеспособность, преодоление, зрелость.

В современном мире переживание травматических событий становится достаточно частым явлением. Как правило, взрослый человек сталкивается с ярко выраженными негативными событиями, которые травматически выражены в постстрессовых и кризисных состояниях. Эти ситуации подвергаются широкому разбору и пониманию в социальном, политологическом и психологическом контекстах. Вместе с тем травматические переживания и трудные жизненные ситуации могут скрываться в детском периоде развития личности и также требуют оказания помощи взрослому, сформировавшемуся человеку. Искажаясь, каждое отдельное травматическое переживание трансформируется в проблему раннего дезадаптивного опыта, которая должна находить свое решение в работе практических психологов. Таким образом, прикладное психологическое значение проблемы раннего дезадаптивного опыта является одним из центральных. Психологи-практики и консультанты, сталкиваясь с темой искажения социальной адаптации и становления личности, не всегда могут распознать возможности человека оставаться жизнеспособным и преодолевать трудности. В методологическом и теоретико-системном смысле преодоление личностью трудностей, совладание с трудными жизненными условиями в процессе личностного развития наиболее точно описала в своих работах Л. И. Анцыферова.

Ранний дезадаптивный опыт, в сущности, заключается в психологическом контексте жизненного пути ребенка в трудных, кризисных, неблагополучных ситуациях, последствия которых требуют коррекции и выявляют необходимость осуществления психологической помощи и поддержки. Понятие раннего дезадаптивного опыта берет начало в зарубежной теории формирования личности через усвоение и запечатление ранних дезадаптивных схем Дж. Янга (Young et al., 2003). Ранний дезадаптивный опыт предполагает, что у ребенка формируются личностные установки, представления, модели поведения и типовые эмоциональные реакции в виде устойчивых схем. Сформировавшись в детстве, эти схемы продолжают повторяться на протяжении дальнейшей жизни и не позволяют личностному развитию случиться в полной мере.

Л. И. Анцыферова довольно подробно разобрала аспекты развития человека в период детства и описала точно, но точно, как различные впечатления детства определяют путь становления личности. Она обращалась к трудам великих психологов психоаналитического,

гуманистического, экзистенциального подходов к развитию личности, в коорых проанализированы пути формирования бессознательного, потребности, стремления и черты личности ребенка, исходя из проживания периода детства (Анцыферова, 2006). По мнению Л. И. Анцыферовой, психологам важно определять и с исследовательской, и с прикладной точек зрения все то, что в социальном контексте формирует у человека «самопоражающие позиции», что не способствует сохранению жизнеспособности. Часто ранний дезадаптивный опыт (в смысле важности для взросления) определен семейным воспитанием и влиянием жесткого близкого окружения (там же, с. 370). Описывая его, Л. И. Анцыферова дала возможность определить маркеры и критерии развития и реализации личности в ситуации благополучия и неблагополучия.

Может ли человек преодолеть пережитую в детстве травматизацию? Как меняется его личность вследствие этого? Является ли его жизнеспособность фундаментом для качественного и благополучного развития в период взрослости? Для решения данных проблем важно обратиться к теме личностного развития, взрослости, жизнеспособности, отраженной в работах Л. И. Анцыферовой.

Зрелость человека анализируется как важный период расцвета личности и социально-психологическое новообразование. Взрослый человек представляет собой личность, вобравшую в себя качественные изменения на всех этапах; личность изменяется и интегрирует все смыслы ведущих типов деятельности, которые были пройдены ранее. В период личностной зрелости меняется мышление, целеполагание, усложняется динамика личностных трансформаций (Анцыферова, 1978). Л. И. Анцыферова раскрывает значение любого детства для личности. Она утверждает, что мы можем рассмотреть ранний дезадаптивный опыт как открывающийся ресурс преодоления трудных жизненных ситуаций, так как во многих случаях стремление выжить и изменить направление жизненного пути является основой для формирования новых способов адаптации. Л. И. Анцыферова обращает внимание на то, что при столкновении с трудностью важен взгляд и картина мира самого субъекта на обстоятельства и условия, ограничивающие преодоление и жизнеспособность (Анцыферова, 1993, 1994, 1999). Согласно идее о преодолении трудностей и совладании с ними отмечается, что ранний дезадаптивный опыт может стать основой антиципации и предвосхищения правильного поведения в трудных жизненных ситуациях. Наиболее значимо, чтобы, взрослея, ребенок не попадал в похожие или повторяющиеся травматические и неблагоприятные обстоятельства жизни. При этом взрослый чело-

век, вышедший из условий ранней травматизации, должен найти рациональные помогающие формы поведения и научиться их использовать (Анцыферова, 2006).

Опираясь на идею активности субъекта и динамики личности как системы, Л. И. Анцыферова указывает на то, что в детстве ребенок должен учиться защищаться, преодолевать, переживать как победы, так и огорчения. (Анцыферова, 2006, с. 371). В этом смысле для психологов с прикладной точки зрения важно анализировать и определять оптимальные траектории в раннем становлении личности и выявлять специфику раннего дезадаптивного опыта, который, несмотря на всю тяжесть, зачастую позволяет человеку в дальнейшем достичь максимальной самоактуализации и раскрыть личностные возможности. Умение психолога-практика увидеть как негативные изменения психики, так и вероятные возможности ее совершенствования является фундаментом выбора стратегии оказания психологической помощи человеку. Именно психолог, тонко чувствующий баланс негативного и жизнеспособного в личности, способен помочь человеку самому определять широту и глубину своей личностной зрелости. Отметим, что Л. И. Анцыферова в этом смысле предлагает гуманистический взгляд на личность и указывает на то, что именно активное решение и сущность личности как субъекта позволяет ей быть жизнеспособной и раскрывающейся вне зависимости от обстоятельств. Как открытая система, находящаяся в динамике, личность является отражением психического мира человека во внешнем пространстве жизненного мира. Качественные характеристики и особенности существования человека в социуме определяют наполнение и изменение личности как системы. Личность становится субъектом собственной психической деятельности, активно и целенаправленно видоизменяет мир и себя в мире. Высший уровень развития личности как субъекта отражает его способность быть свободным, решать социально значимые задачи, быть творцом своего жизненного пути (Журавлев, Харламенкова, 2009).

Если психолог поможет личности раскрыть позитивную сторону опыта, то сама личность будет готова актуализировать свое стремление наращивать новые адаптивные способы совладания с тяжелыми внутренними переживаниями. В соответствии с представлением о преодолении трудных жизненных условий Л. И. Анцыферова указывала на важность смысла травмы и угрозы для человека: чем сильнее личность культивирует смысловое значение пережитого с негативной точки зрения, тем слабее она мотивирована на преодоление трудности (Анцыферова, 1994). С одной стороны, человек способен



к стихийному личностному росту и в каждый момент времени может укреплять свою жизнеспособность, с другой стороны, идеи Л. И. Анцыферовой указывают, что практические психологи технически и системно могут помочь человеку раскрыть свой ресурс, переосмыслить свой жизненный путь и укрепить жизнеспособность (Нартова-Бочавер, 2014). Помня об этом, психологу-практику в современном мире, полном вызовов, кризисов и напряженности, важно обращать личность к жизнеспособности, даже ту, которая имеет тяжелое обременение последствий раннего дезадаптивного опыта; важно давать возможность человеку быть активным участником своей жизни; важно гуманно и конструктивно подходить к уже имеющимся стратегиям совладания и психологическим защитам, помогая человеку самоактуализироваться и лично расти.

Иными словами, психологу-практику при оказании психологической помощи необходимо включать в динамику личностной системы такие интервенции, которые позволяют видеть перспективу, исходя из существующего опыта, даже если он является дезадаптивным и полным травматических переживаний.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Анцыферова Л. И.* Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 2. С. 8–16.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Анцыферова Л. И.* Способность личности к преодолению деформаций своего развития // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 1. С. 6–19.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2006.
- Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Психология личности как открытой и развивающейся системы (к юбилею Л. И. Анцыферовой) // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 6. С. 30–39.
- Нартова-Бочавер С. К.* Развитие идей Л. И. Анцыферовой о методологии практической психологии личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 35–45.
- Young J. E., Klosko J., Weishaar M. E.* Schema Therapy: A practitioner's guide. N. Y.: Guilford Press, 2003.

## **Взаимосвязь фрустрационных реакций с показателями психоэмоционального статуса и ранними дезадаптивными схемами у детей с туберкулезом органов дыхания**

*О. С. Шелоумова*

Центральный научно-исследовательский институт туберкулеза, Москва

Представлены результаты изучения взаимосвязи фрустрационных реакций с показателями психоэмоционального статуса и ранними дезадаптивными схемами у детей с туберкулезом органов дыхания. Выборку составили 28 пациентов с данным заболеванием 8–12 лет. Использовался «Тест фрустрационных реакций» С. Розенцвейга, «Опросник депрессии у детей» М. Ковак, Опросник «Сильные стороны и трудности, (SDQ)», русскоязычные версии которого валидизированы Е. Р. Слободской и соавторами, «Шкалу явной тревожности для детей» (Children's Form of Manifest Anxiety Scale, CMAS, адаптированный А. М. Прихожан), «Дюссельдорфский иллюстрированный опросник схем у детей», в адаптации Е. В. Романовой и М. В. Галимзяновой. Выявлена взаимосвязь тех типов фрустрационных реакций, которые коррелируют с симптомами психоэмоциональных нарушений и проблемами психосоциальной адаптации, с ранними дезадаптивными схемами. Показатель импунитивного направления реакций, не обнаруживший взаимосвязи с ранними дезадаптивными схемами, отрицательно коррелировал с симптомами дезадаптации.

*Ключевые слова:* госпитализация, туберкулез органов дыхания, фрустрационные реакции, ранние дезадаптивные схемы, психологическая дезадаптация, дети.

Болезнь и госпитализация относятся к той категории трудных жизненных ситуаций, с которыми на протяжении жизни сталкивается каждый человек, но особого внимания заслуживает изучение их влияния на психоэмоциональное состояние детей. Впервые неблагоприятные последствия госпитализации для детей раннего возраста в своей работе «Госпитализм; исследование генеза психических расстройств в раннем детстве. Психоаналитическое исследование ребенка» описал австро-американский психоаналитик и психиатр Рене Шпиц (Spitz, 1945), указавший на проблему пагубного воздействия материнской депривации на младенцев при их длительном пребывании в больнице или другом учреждении с институционализированным уходом. В дальнейшем было показано, что эмоциональные реакции детей на болезнь и госпитализацию обусловлены не только неблагоприятным влиянием материнской депривации, но и множеством

других факторов, среди которых можно выделить тип и величину стресса или напряженности, вызванных болезнью и медицинскими процедурами, возраст ребенка, уровень развития, его адаптационные возможности и способность справляться со страхами и волнениями, связанными с болезнью, с отношением и реакцией родителей на его болезнь и госпитализацию, с отношением персонала больницы, с больничными условиями и т. д. (Nagera, 1978).

На протяжении всего периода изучения влияния болезни и госпитализации на психоэмоциональное состояние детей в фокусе внимания исследователей оказывалась сфера фтизиатрии, поскольку длительное стационарное лечение туберкулеза, достигавшее двух лет и более, дети в большинстве случаев проходили без сопровождения родителя (Jolley, 2009). Данная проблема не теряет своей актуальности и в наши дни в связи с увеличением доли туберкулеза с множественной и широкой лекарственной устойчивостью в структуре заболеваемости туберкулезом у детей, требующих продолжительной госпитализации для обеспечения соблюдения сложных схем химиотерапии. Длительность стационарного лечения туберкулеза органов дыхания (далее – ТОД) у детей, варьирующая при различных клинико-эпидемиологических характеристиках заболевания от 6 до 18 месяцев, а в ряде случаев и превышающая данные сроки, и необходимость разработки эффективных программ психологического сопровождения детей в стационаре обуславливают актуальность изучения факторов возникновения психоэмоциональных нарушений у таких пациентов.

Л. И. Анцыферова, рассматривая вопросы переживания человеком трудных жизненных ситуаций и совладания с ними, подчеркивала необходимость учета уровня «биографического стресса», позволяющего «полнее раскрыть детерминацию ответа индивида на трудную ситуацию» (Анцыферова, 1994, с. 4). В то же время в качестве одного из методологических недостатков при разработке проблемы совладания она выделяла упрощенное определение многими исследователями трудных жизненных ситуаций как обстоятельств жизни, требующих от индивида таких действий и условий, которые находятся на грани его адаптивных возможностей или даже превосходят имеющиеся у него резервы. Людмила Ивановна отмечала, что «в таком определении жизненных трудностей не учитывается главное – та ценность, которая в определенных условиях может быть потеряна или уничтожена. Это обстоятельство и делает ситуацию стрессовой» (там же, с. 5).

Наряду с этим в качестве одного из важных факторов неоднозначного влияния на человека трудных жизненных ситуаций Л. И. Анцыферова выделяет психологическое своеобразие личности. Описывая

личностный тип, характеризующийся восприятием мира как источника опасностей, низкой самооценкой, мировоззрением, окрашенным пессимизмом, и, вследствие этого, неэффективным совладанием с трудными жизненными ситуациями, Людмила Ивановна относит к нему и людей с приобретенной (выученной) беспомощностью. Автор отмечает, что «свойство беспомощности формируется обычно в раннем детстве, когда ребенок не имеет столь необходимых ему социальной поддержки, участия и одобрения» (там же, с. 14).

Дальнейшее развитие эти идеи получили в русле когнитивных концепций психической травмы, восходящих к теории стресса Р. Лазаруса и работам А. Бека. Применение когнитивных и информационных теорий в клинических исследованиях привело к выделению понятия когнитивной схемы как структуры, посредством которой осуществляется репрезентация окружающего мира и образа собственного Я в сознании индивида, а также организуются его опыт и поведение (Падун, 2012). Согласно Беку, нарушения нормального функционирования индивида связаны с «когнитивной уязвимостью», обусловленной имеющимися у него схемами.

Разработка концепции схемы была продолжена в работах американского психотерапевта Джеффри Янга в рамках схема-терапевтического направления психотерапии. В то время как в модели Бека когнитивные схемы являются широкими и малоспецифичными, Янг на основании своего клинического опыта разработал таксономию нескольких ранних дезадаптивных схем (далее – РДС), различающихся по когнитивному содержанию (Янг, 2020; Bosmans, 2010). РДС представляют собой широкие, всеобъемлющие паттерны, состоящие из воспоминаний, эмоций, когниций и телесных ощущений, затрагивающих отношения с самим собой и с другими людьми, сформировавшихся в детстве или в подростковом возрасте вследствие нарушений удовлетворения эмоциональных потребностей, оказывающих непосредственное влияние на восприятие и осмысление дальнейших жизненных событий и обстоятельств. Активируясь определенной ситуацией, имеющей какое-либо сходство с аспектами предыдущих негативных переживаний, РДС вызывают сильные негативные эмоции, такие как горе, стыд, страх или ярость (Васильева, 2023; Янг, 2020). Для адаптации к РДС с целью уменьшения интенсивности подавляющих эмоций, связанных с их активацией, с раннего возраста вырабатываются дезадаптивные копинговые стратегии и реакции (Янг, 2020).

Данные исследований указывают на то, что РДС являются значимым предиктором тревоги у детей. Было отмечено, что симптомы общей тревожности и у девочек, и у мальчиков обусловлены наличием

схемы «неуспешность», «уязвимость» и «покорность». Наиболее важным предиктором для большинства шкал тревожности у девочек являлась РДС «неуспешность», что указывает на то, что ожидание неудачи и чувство личной неадекватности могут быть особенно актуальны для чувства тревоги у девочек. Данная схема приводит к тому, что эти дети менее позитивно относятся к своему опыту и участвуют в меньшем количестве мероприятий, чем другие, из-за ожидания неуспеха (Ghamkhar, 2014). Показано, что сильным предиктором тревожности у мальчиков являлась РДС «уязвимость». Переоценка угрозы, страх потерять контроль и бдительность в отношении опасности и болезни являются важными темами в когнитивной структуре тревожных детей, которые ассоциируются с данной РДС. Кроме того, из-за схемы «уязвимость» дети были более нетерпимы к неопределенности и справлялись со стрессом главным образом за счет беспокойства (Ghamkhar, 2014). Наряду с этим в качестве предиктора тревожности как у девочек, так и у мальчиков выступила РДС «покорность». Дети с данной схемой могут испытывать неуверенность в своей способности выполнять задания и прибегать к таким негативным стилям совладания, как застенчивость, подчинение и самообвинение в ответ на средовые воздействия (Cámara, 2012; Ghamkhar, 2014).

В настоящий момент наблюдается дефицит научных данных об особенностях совладания со стрессом у детей с ТОД, имеющих различные РДС, при поступлении в стационар. Целью исследования стало изучение взаимосвязи фрустрационных реакций с показателями психоэмоционального статуса и РДС у детей с ТОД. Выборку составили 28 пациентов с ТОД в возрасте 8–12 лет ( $10,39 \pm 1,7$ ), поступивших на стационарное лечение, из них 15 (53,57%) девочек и 13 (46,43%) мальчиков. Выявление фрустрационных реакций осуществлялось с помощью Фрустрационного теста Розенцвейга. Для определения депрессии использовался Опросник депрессии у детей (CDI) М. Ковак. Оценка психосоциальной адаптации детей осуществлялась с помощью Опросника «Сильные стороны и трудности (SDQ)». Тревожность выявлялась с помощью Шкалы явной тревожности для детей (CMAS). Для определения РДС использовался Дюссельдорфский иллюстрированный опросник схем у детей (DISC).

Была выявлена значимая положительная корреляционная связь показателя интропунитивного направления фрустрационных реакций, характеризующего чувство вины, испытываемое человеком, и ответственности, которую он на себя возлагает при столкновении с неприятными ситуациями, с РДС «зависимость/беспомощность» ( $r = 0,378$ ,  $p < 0,05$ ) и «самопожертвование» ( $r = 0,465$ ,  $p < 0,05$ ). Показа-

тель экстрапунитивного направления реакций, характеризующего степень экспрессивности и внешней активности человека при неожиданном столкновении с неприятной для него ситуацией коррелировал с РДС «запутанность/неразвитая идентичность» ( $r=0,417$ ,  $p<0,05$ ).

Обращает на себя внимание отсутствие значимой корреляционной связи показателя импунитивного направления реакций, характеризующего степень адекватности, с которой человек оценивает возникшие неприятности, и внимания, которое он им уделяет, ни с одной из РДС. Коэффициент корреляции при этом принимал отрицательные значения. Наряду с этим была выявлена значимая отрицательная корреляционная связь данного показателя с симптомами психоэмоциональных нарушений и проблемами психосоциальной адаптации: с уровнем тревожности ( $r=-0,384$ ,  $p<0,05$ ), с негативным настроением ( $r=-0,405$ ,  $p<0,05$ ), с гиперактивностью/невнимательностью ( $r=-0,464$ ,  $p<0,05$ ), с проблемами поведения ( $r=-0,432$ ,  $p<0,05$ ) и взаимоотношений со сверстниками ( $r=-0,444$ ,  $p<0,05$ ), с общим числом проблем адаптации ( $r=-0,541$ ,  $p<0,01$ ).

Была выявлена значимая корреляционная связь показателя экстрапунитивного направления реакций с уровнем тревожности ( $r=0,437$ ,  $p<0,05$ ) и негативным настроением ( $r=0,409$ ,  $p<0,05$ ). Показатель интропунитивного направления реакций положительно коррелировал с таким симптомом депрессии, как ангедония ( $r=0,525$ ,  $p<0,01$ ).

Результаты проведенного исследования, демонстрирующие наличие взаимосвязи с РДС тех типов фрустрационных реакций, которые коррелируют с симптомами психоэмоциональных нарушений и проблемами психосоциальной адаптации, согласуются с теоретическими представлениями о роли РДС в формировании дезадаптивных стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями. Отсутствие значимой взаимосвязи РДС с показателем импунитивного направления реакций, отрицательно коррелирующего с рядом симптомов психоэмоциональных нарушений и проблем адаптации, указывает на дисфункциональный характер РДС, наличие которых не позволяет индивиду выбирать стратегии совладания, наилучшим образом соответствующие специфике конкретной трудной жизненной ситуации.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Васильева А. В.* Психотерапия: национальное руководство / Под ред. А. В. Васильевой, Т. А. Караваевой, Н. Г. Незнанова. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2023.

- Падун М. А.* Психическая травма и картина мира: теория, эмпирия, практика / М. А. Падун, А. В. Котельникова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Янг Дж., Клоско Дж., Вайсхаар М.* Схема-терапия. Практическое руководство. СПб.: Диалектика, 2020.
- Bosmans G., Braet C., Van Vlierberghe L.* Attachment and symptoms of psychopathology: early maladaptive schemas as a cognitive link? // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 2010. V. 17 (5). P. 374–385.
- Cámara M., Calvete E.* Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students // *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2012. V. 34 (1). P. 58–68.
- Ghamkhar Fard Z., Schneider S. L., Hudson J., Habibi M., Pooravari M., Hijji Heidari Z.* Early maladaptive schemas as predictors of child anxiety: The role of child and mother schemas // *International Journal of Applied Behavioral Sciences*. 2014. V. 1 (2). P. 9–18.
- Jolley J., Shields L.* The evolution of family-centered care // *Journal of Pediatric Nursing*. 2009. V. 24 (2). P. 164–170.
- Nagera H.* Children's reactions to hospitalization and illness // *Child Psychiatry & Human Development*. 1978. V. 9. P. 3–19.
- Spitz R. A.* Hospitalism; an inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood // *The Psychoanalytic Study of the Child*. 1945. V. 1. P. 53–74.

## **Жизнестойкость в психологической безопасности личности специалистов помогающих профессий\***

*Е. А. Шмелева\**, *П. А. Кисляков\*\**, *А.-Л. С. Меерсон\*\**

\* Ивановский государственный университет, Шуя

\*\* Российский государственный социальный университет, Москва

Цель статьи – раскрыть особенности жизнестойкости специалистов помогающих профессий с учетом возраста. В исследовании приняли участие 536 человек: педагогов, врачей и медицинского персонала, социальных работников, психологов. Применялись следующие методики: краткая шкала жизнестойкости (Е. Осин с соавт.), опросник чувства безопасности (Ч. Конг и Л. Ан). Применялся анализ процентных соотношений, дескриптивный, корреляционный анализ, математические методы обработки результатов с использованием компьютерной программы SPSS v. 22. Обос-

\* Исследование выполнено за счет гранта РНФ № 22-18-00678. URL: <https://rscf.ru/project/22-18-00678> (ИвГУ).

новано, что специалисты помогающих профессий пенсионного возраста способны более успешно, чем молодые педагоги, справляться с трудностями совместно с коллегами и подопечными, что позволяет им испытывать чувство безопасности в профессиональной деятельности. В оценке профилей оказалось, что наиболее жизнестойкими являются психологи, а менее жизнестойкими — педагоги.

*Ключевые слова:* жизнестойкость, социономические профессии, психологическая безопасность, возраст.

К проблеме жизнестойкости человека как ресурсу его психологической безопасности и благополучия обращается все больше и больше исследователей разных стран. Под жизнестойкостью понимается способность человека преодолевать невзгоды, восстанавливаться после неудач и адаптироваться к изменяющимся условиям.

Специалисты социономического профиля заняты в группе помогающих профессий, обеспечивающих оказание помощи при выполнении профессиональных обязанностей. Это психологи, педагоги, врачи и медицинский персонал, социальные работники — все те, кто в своей работе взаимодействует с другими людьми, оказывая им поддержку. Нередко это требует огромного количества психологических ресурсов, позволяющих оказывать помощь в ситуациях кризисов. Зачастую специалист сам оказывается под воздействием психотравмирующих факторов, что наносит вред его психологическому благополучию, отражается на психическом здоровье, становится причиной профессиональных деформаций.

В связи с этим необходим определенный уровень жизнестойкости личности, чтобы пережить кризисы, понизить уровень тревожности, сохранить психическое здоровье и психологическое благополучие, адаптироваться к возникающим угрозам и вызовам окружающей и профессиональной среды.

Л. И. Анцыферова рассматривает в качестве повышенной чувствительности к трудным ситуациям и к их последствиям, помогающим справиться с трудностями, такую черту, как сензитивность. В теории С. Кобаса она связывает сензитивность с особым личностным складом человека, проявляющемся в жизнестойкости человека, компонентами которой являются вовлеченность, контроль и вызов/принятие риска (Kobasa, 1982). При рассмотрении стратегий преодоления трудных ситуаций Л. И. Анцыферова придерживается принципа транзакций: особенности личности и условия ситуации взаимно взаимодействуют. Психологические особенности личности определяют неоднозначное влияние трудных ситуаций на нее, но в то же время ее типологичес-



кие характеристики создают предпосылки для предсказания поведения и переживаний в условиях стресса и напряжения и актуализируют необходимость развития «метастратегических техник» жизни, одной из которых выступает жизнестойкость как способность предвидеть и предотвращать трудные ситуации, блокировать наступление негативных событий (Анцыферова, 1994).

Наряду с термином «жизнестойкость» в научном обороте активно используется понятие «жизнеспособность». А. В. Махнач с соавт. рассматривают жизнеспособность человека как интегральный аспект его функционирования, который заключается в способности преодолевать трудности с использованием факторов защиты, развиваться и расширять свои возможности, обеспечивая постоянное жизненное благополучие (Махнач, Плющева, 2023).

Профессиональная жизнеспособность специалистов помогающих профессий обосновывает ее как характеристику, на которую те, кто предоставляет услуги уязвимым группам населения или группам риска, опираются в изначально стрессовых условиях (Newell, 2019). Исследователями изучаются особенности проявлений характеристик и компонентов профессиональной жизнеспособности как непосредственно у специалистов помогающих профессий, так и особенности ее формирования у студентов (Araujo et al., 2022; Hitchcock et al., 2020; Malandraki, 2022).

Мы рассматриваем жизнестойкость специалистов социально-экономического профиля в качестве интегративной характеристики личности, которая отражает способность успешно справляться с требованиями, вызовами и изменениями, возникающими в профессиональной деятельности. Она отражает готовность и способность специалистов к адаптации, саморазвитию, преодолению трудностей и достижению успеха в сфере помогающих профессий. Профессионально жизнестойкий человек характеризуется гибкостью и находчивостью, адаптивностью, уверенностью в своих навыках и знаниях, саморегуляцией и настойчивостью, креативностью и инновационностью, альтруизмом, высоким уровнем личностного адаптивного потенциала, умением управлять временем, готовностью к обучению и саморазвитию, умением решать проблемы, устойчивостью к стрессам, целеустремленностью и мотивацией.

*Цель* статьи – оценить жизнестойкость специалистов социально-экономических профессий с учетом возраста.

Для оценивания жизнестойкости специалистов социально-экономических профессий пенсионного возраста использовались краткая версия теста жизнестойкости (Осин, Рассказова, 2013, наибольшее количест-

во баллов свидетельствует о большей жизнестойкости) и опросник чувства безопасности (Ч. Конг и Л. Ан) (Кисляков, Шмелева, 2024). Проводился анализ процентных соотношений, дескриптивный, корреляционный анализ, математические методы обработки результатов с применением компьютерной программы SPSS v. 22.

Выборку составили 536 человек, в том числе 238 педагогов, 183 врачей и медицинского персонала, 45 психологов и 70 социальных работников. Среди них 88,2% участников – женщины, 11,8% – мужчины. Мы разделили исследуемую выборку на группы: до 50 лет ( $n=404$  чел.), от 50 до 60 лет ( $n=90$  чел.) и старше 60 лет ( $n=42$  чел.).

Сравнительный анализ показателей жизнестойкости у представителей социономических профессий разных возрастов позволил установить ее особенности. Е. Осиным с соавт. показатели жизнестойкости и ее компонентов были нормированы: общая жизнестойкость (ОЖ) – 50,79, вовлеченность (Вовл) – 22,3, контроль (К) – 16,7, вызов (В) – 11,8.

Так, среднегрупповые значения распределились следующим образом:

- в группе до 50 лет ( $n=404$  чел.) ОЖ = 45,71, Вовл = 19,43, К = 14,90, В = 11,38;
- в группе специалистов от 50 до 60 лет ( $n=90$  чел.) ОЖ = 48,39, Вовл = 21,02, К = 15,58, В = 11,79;
- у лиц старше 60 лет ( $n=42$  чел.) ОЖ = 51,17, Вовл. = 23,48, К = 15,64, В = 12,05.

Анализ результатов обнаружил некоторые особенности:

- в самом старшем возрастном диапазоне (более 60 лет) показатели вовлеченности, вызова/принятия риска и общей жизнестойкости превышают показатели других возрастных групп и нормативные показатели, что связано с тем, что эти респонденты обладают более устойчивым внутренним ресурсом и способностью справляться с жизненными трудностями и вызовами, более устойчивы к стрессу, адаптивны к переменам, эмоционально стабильны;
- самые низкие показатели получены от самых молодых участников исследования (моложе 50 лет): у них по всем шкалам жизнестойкости показатели ниже нормативных, т. е. в самом трудоспособном возрасте специалист подвергается вызовам и трудностям, для преодоления которых он не всегда способен найти психологические ресурсы, чтобы наиболее спокойно адаптироваться и преодолеть их;
- в целом, с возрастом наблюдается увеличение жизнестойких ресурсов личности специалистов социономических профессий.

Имея высокий уровень жизнестойкости, человек более вероятно справится с проблемами, сохранит позитивное отношение даже в сложных ситуациях и будет стремиться к достижению поставленных целей вне зависимости от трудностей. Это позволяет говорить о том, что работающие специалисты пенсионного возраста благодаря своему опыту и личностным качествам проявляют высокую жизнестойкость, что обеспечивает им высокую работоспособность.

Ряд особенностей жизнестойкости позволил выявить сравнительный анализ ее показателей у педагогов, врачей и медицинского персонала, психологов и социальных работников.

Среди педагогов (n = 238 чел.) ОЖ составила 43,38 балла, Вовл = 18,08, К = 13,98, В = 11,32; в группе врачей и медицинского персонала (n = 183 чел.) ОЖ = 48,46, Вовл = 21,23, К = 15,64, В = 11,58; в группе психологов (n = 45 чел.) ОЖ = 51,67, Вовл = 22,42, К = 16,93, В = 12,31; среди социальных работников (n = 70 чел.) ОЖ = 49,31, Вовл = 21,86, К = 16,06, В = 11,40.

Анализ показателей жизнестойкости у респондентов разных профессий выявил самый высокий уровень жизнестойкости и всех ее компонентов у психологов, при этом уровень жизнестойкости психологов оказался даже выше, чем нормативные значения.

Психологи получают образование и проходят тренинги, которые помогают им развивать навыки саморегуляции, понимания эмоций и эффективного решения проблем. Это помогает им лучше справляться с собственными эмоциями и стрессом. Поскольку психологи работают с людьми и целенаправленно помогают им решать личные проблемы, их эмпатия и сочувствие к клиентам позволяют им лучше понимать и поддерживать других в трудных ситуациях. Изучая человеческое поведение и ментальные процессы, психологи часто обращают внимание на себя и свое внутреннее состояние, что способствует развитию личностной гибкости и пониманию себя, влияя на их жизнестойкость.

Самые низкие показатели жизнестойкости выявлены у педагогов. Пониженная жизнестойкость у педагогов может быть обусловлена рядом факторов:

- работа педагога связана с постоянным контактом с детьми, их родителями, администрацией, коллегами, поэтому эмоциональная напряженность, не всегда стабильное поведение учащихся, конфликты и стресс могут оказывать на них давление;
- высокие стандарты в области образования и воспитания постоянно ставят педагогов в ситуацию необходимости обеспечения качества обучения и удовлетворения требованиям школы;

- педагоги часто испытывают перегрузку работой из-за большого объема обязанностей, ограниченного времени и ресурсов, что приводит к профессиональному выгоранию;
- педагоги отмечают недостаточную поддержку со стороны администрации, коллег и родителей, что также может влиять на их жизнестойкость, делая работу более трудной и стрессовой;
- сложность межличностных отношений может создавать дополнительные трудности для педагогов.

Все эти факторы оказывают негативное влияние на жизнестойкость и общее благополучие педагогов. Важно, чтобы педагоги в процессе профессиональной деятельности и высшего и среднего профессионального образования обращали внимание на свое психическое здоровье, находили способы справляться со стрессом и находили поддержку у своего ближайшего окружения (Шмелева и др., 2023).

В ходе нашего исследования была проведена оценка корреляции жизнестойкости и ее компонентов у специалистов помогающих процессов и их ощущения безопасности в профессиональной деятельности.

Для специалистов социономических профессий выявлены достоверные связи по всем шкалам жизнестойкости с межличностной безопасностью и уверенностью в контроле. Результаты корреляционного анализа между жизнестойкостью и чувством безопасности по всем профессиональным группам показали значимость корреляционных связей на уровне  $p < 0,01$  между общей жизнестойкостью, вовлеченностью, контролем и вызовом/принятием риска, значимость на уровне  $p < 0,05$  обнаружена в группе психологов между показателями контроля и вызова с межличностной безопасностью.

Эти связи выражаются в том, что опыт личной безопасности в межличностном общении с коллегами и подопечными, прогнозирование личной жизни, предсказуемость событий, чувства уверенности и контроля в связи с профессиональной деятельностью положительно коррелирует с самочувствием и жизнестойкостью.

Таким образом, исследование показало, что специалисты помогающих профессий пенсионного возраста (старше 60 лет) демонстрируют высокую жизнестойкость. Они способны лучше справляться с трудностями профессиональной деятельности, чем их более молодые коллеги. Психологи отличаются высокой жизнестойкостью, а педагоги, напротив, пониженной. Жизнестойкость позволяет испытывать чувство безопасности в профессиональной деятельности, подтверждая свой статус фактора психологической безопасности.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. С. 3–18.
- Кисляков П. А., Шмелева Е. А.* Психологическая безопасность: психодиагностика. Красноярск: Научно-инновационный центр, 2024. doi: 10.12731/978-5-907608-21-4
- Махнач А. В., Плющева О. А.* Влияние факторов риска и защиты на профессиональную жизнеспособность специалистов помогающих профессий // Современная зарубежная психология. 2023. Т. 12. № 2. С. 8–21. doi: 10.17759/jmfp.2023120201
- Осин Е. Н., Рассказова Е. И.* Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2013. № 2. С. 147–165.
- Шмелева Е. А., Кисляков П. А., Меерсон А.-Л. С., Фан Ч. К.* Влияние учебно-профессиональной жизнестойкости на субъективное благополучие студентов социономического профиля: роль стилей совладания // Образование и наука. 2023. Т. 25. № 9. С. 118–155. doi: 10.17853/1994-5639-2023-9-118-155
- Araujo C., Siqueira M., Amaral L.* Resilience of Brazilian health-care professionals during the pandemic // International Journal of Quality and Service Sciences. 2022. V. 14 (3). P. 383–401. doi: 10.1108/IJQSS-08-2021-0111
- Hitchcock C., Hughes M., McPherson L., Whitaker L.* The role of education in developing students' professional resilience for social work practice: A systematic scoping review // British Journal of Social Work. 2020. V. 51 (7). P. 2361–2380. doi: 10.1093/bjsw/bcaa054
- Kobasa S. C., Maddi S. R., Kahn S.* Hardiness and health: a prospective study // Journal of Personality and Social Psychology. 1982. V. 42 (1). P. 168–77. doi: 10.1037/0022-3514.42.1.168
- Malandraki J. B.* The case for addressing emotional resilience in graduate student training // Perspectives of the ASHA Special Interest Groups. 2022. V. 7 (1). P. 105–114. doi: 10.1044/2021\_PERSP-21-00116
- Newell J. M.* An ecological systems framework for professional resilience in social work practice // Social Work. 2019. V. 65 (1). P. 65–73. doi: 10.1093/sw/swz044

## **Стиль принятия решений старших подростков и молодежи с нарушением статодинамической функции и его связь с особенностями их личностного потенциала**

*А. М. Щербакова, А. В. Шехорина*

Московский государственный психолого-педагогический университет,  
Москва

Цель статьи является выявление связи стиля принятия решений с компонентами личностного потенциала старших подростков с ОВЗ. В исследовании приняли участие 15 старших подростков и молодых людей с нарушением статодинамической функции и 12 условно здоровых старших подростков. Были использованы Мельбурнский опросник принятия решений (L. Mann, P. Burnett et al., 1997; адаптация Т. В. Корниловой, 2013), Шкала мотивации и боязнь неудачи А. Реана, Скрининговый тест жизнестойкости, Тест смысложизненных ориентаций, тест HADS, Шкала чувства связности. Согласно полученным результатам, компоненты личностного потенциала и стиль принятия решений у обеих групп не имеют значимых различий, что говорит о высоком реабилитационном потенциале лиц с нарушением статодинамической функции. Выявлено, что стиль принятия решений связан с показателями мотивации, жизнестойкости, общей направленности личности, что обосновывает видение стиля принятия решений в структуре личностного потенциала.

*Ключевые слова:* принятие решений, жизнестойкость, жизнеспособность, личностный потенциал, нарушения статодинамической функции.

### **Введение**

Подростки и молодые люди, перенесшие травму спинного мозга или другое заболевание, вызывающее нарушения статодинамической функции, сталкиваются с серьезными вызовами в основных сферах жизни. Направленность на противостояние таким вызовам требует от человека актуализации его личностного потенциала.

Личностный потенциал является «важнейшей характеристикой личности, которая выступает качественным показателем стойкости к стрессу и проявляется в способности сохранять высокие показатели психического функционирования и жизнедеятельности при возрастающих стрессовых нагрузках в сложных жизненных ситуациях» (Иваницкий, 2018, с. 10). Отечественные исследователи (Анцыферова, 1994; Леонтьев, 2019; и др.) подчеркивают значение субъектности и способности к принятию решений для актуализации потенциала.

Для подростков и молодых людей, столкнувшихся с ситуацией ограничения возможностей здоровья, навыки эффективного принятия решения приобретают особую значимость, поскольку определяют активность в процессе лечения и реабилитации, влияют на их успешность в дальнейшей жизни. Проблематика принятия решений рассматривается в контексте личностных характеристик, ряд которых, безусловно, включается в личностный потенциал (Корнилова, 2016; и др.) Различаются стратегии и стили принятия решений; согласно Т. В. Корниловой, если стратегии «определяются по реализуемым выборам или оценкам приемлемости для человека тех или иных альтернатив, то о стилях судят по предпочтениям способов принятия решений» (Корнилова, 2022, с. 128).

В контексте реабилитации понятие «личностный потенциал» приобретает дополнительные коннотации и используется для выявления реабилитационных возможностей человека.

Вводится понятие «реабилитационного потенциала», под которым понимают «возможности человека (медико-биологические, социальные, психологические) нивелировать, уменьшить или компенсировать социальную недостаточность и (или) ограничение жизнедеятельности» (Войтенко, 2011, с. 18–19).

Согласно определению Всемирной организация здравоохранения, реабилитация направлена на достижение максимальной автономности в повседневной жизни и на повышение возможности получать образование, работать и заниматься досугом, выполнять важные социальные роли (Реабилитация, 2024). Например, для человека с травмой позвоночника первичные цели будут направлены на мобильность, управление мочевым пузырем и кишечником, уход, одевание и другие повседневные дела. По мере их освоения и приобретения опыта могут добавляться новые задачи, например, вождение автомобиля или участие в спортивных мероприятиях на инвалидной коляске. В то же время разработка целей в сфере близких отношений позволит не упускать из виду социальные потребности. Эти цели могут быть направлены на то, чтобы у человека была социальная поддержка после выписки. Понятие автономии предполагает, что человек активно участвует в постановке собственных целей на всех этапах. В исследовании, посвященном изучению качества жизни спортсменов-паралимпийцев, отмечается, что сформированный личностный потенциал отражает «степень адекватности восприятия условий деятельности и своих возможностей, наличия социальной поддержки и опыта социального взаимодействия» (Кулик, 2014). В лонгитюдном (в течение 2 лет) исследовании процесса восстановления 12 пациентов по-

сле травмы спинного мозга было показано, что этот процесс состоит из ряда фаз, на каждой из которых людям важна перспектива на будущее; эта перспектива становится главной движущей силой восстановления (Angel et al., 2009).

Применялся следующий диагностический инструментарий:

1. Исследование индивидуального стиля принятия решений проводилось с помощью Мельбурнского опросника принятия решений, адаптированного Т. В. Корниловой.
2. Исследование преобладающего типа мотивации проводилось с помощью опросника «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А. А. Ренана.
3. Исследование преобладающего психического состояния проводилось при помощи госпитальной шкалы тревоги и депрессии (HADS).
4. Для исследования жизнестойкости применялся скрининговый тест жизнестойкости в адаптации Е. Н. Осина.
5. Общая направленность личности изучалась при помощи теста смысложизненных ориентаций в адаптации Д. А. Леонтьева и шкалы чувства связности А. Антоновского (адаптация Е. Н. Осина).

В исследовании участвовали 15 человек с нарушением статодинамической функции (СДФ), возраст 18–36 лет (средний возраст – 25 лет). Контрольную группу составили старшие подростки, выпускники школы, N = 12, возраст 17–18 лет, средний возраст – 17,3 лет.

В ходе эмпирического исследования выяснилось, что практически у всех респондентов ведущим стилем принятия решений является бдительность, позволяющая принимать взвешенные и обдуманные решения.

У большинства респондентов диагностирована мотивация успеха.

Во всех выборках не было показателей низкой жизнестойкости; при этом наибольшее значение в обеих выборках было у показателя вовлеченности, а ниже всего оказались показатели принятия риска; следовательно, респонденты получают удовольствие от собственной деятельности, но не часто готовы рисковать без гарантий успеха.

Что касается показателей теста смысложизненных ориентаций, то самые высокие показатели были по шкале «цели в жизни» в обеих выборках. Это означает, что все испытуемые имеют цели, которые придают их жизни смысл и направленность. Цели у людей с нарушениями, с высокой долей вероятности, «задает» реабилитационный процесс.

Показатели по шкале «процесс жизни» в выборке лиц с нарушениями были ниже, чем у контрольной группы, хотя и незначитель-



но. Респонденты с нарушениями статодинамической функции характеризуют жизнь как в целом интересный и осмысленный процесс.

Показатели по шкале «результативность жизни», означающие удовлетворенность самореализацией, были самыми низкими во всех выборках. Возможно, старшие подростки из контрольной группы еще не готовы определить результативность своей жизни, сосредоточены на будущем. Для респондентов с нарушениями СДФ, возможно, заболевание внесло коррективы в представления о результативности жизни.

Показатели по шкале «Локус контроля – жизнь» были ниже у респондентов с нарушениями СДФ, по сравнению с контрольной группой, т. е. респонденты, пережившие травму, менее уверены, что человек имеет возможность контролировать свою жизнь.

Согласно результатам проведенного сравнения по U-критерию Манна–Уитни не было выявлено значимых различий по показателям стиля принятия решений, мотивации, жизнестойкости, общей направленности личности между условно здоровыми подростками и старшими подростками с нарушениями статодинамической функции.

В результате корреляционного анализа, проведенного с использованием коэффициента Спирмена, выяснилось, что показатели дезадаптивных стилей принятия решений – избегание, прокрастинация, сверхбдительность – имеют значимую отрицательную связь с мотивацией, вовлеченностью, контролем, общим показателем жизнестойкости. Это означает, что для человека, склонного избегать принятия решений или откладывать их, будут характерны сниженная мотивация (или мотивация на неудачу), сниженная жизнестойкость. Человек, избегающий принятия решений, не вовлечен в процесс жизни и не рассматривает свою жизнь как продуктивную. Показатель «сверхбдительность» имеет отрицательную связь с показателями «процесс жизни», «принятие риска», «связность», т. е. тревожный человек, принимающий решения в спешке и панике, не готов идти на риск, не считает, что у него достаточно ресурсов, не воспринимает внутренние и внешние стимулы как понятные, упорядоченные.

Полученные результаты позволяют утверждать, что стиль принятия решений у старших подростков и молодых людей с нарушениями статодинамической функции связан с такими компонентами личностного потенциала, как мотивация, показатели жизнестойкости, общая направленность личности.

Отсюда закономерным является предположение, что показатель «стиль принятия решений» может быть включен в личностный потен-

циал как один из его компонентов, а также может быть использован для оценки личностного реабилитационного потенциала.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–18.
- Войтенко Р. М., Крицкая Л. А.* Концепция реабилитологии. Психологический аспект индивидуальной программы реабилитации // Актуальные проблемы психологической реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья: научное издание / Отв. ред. А. М. Щербакова. М.: МГППУ, 2011. С. 15–33.
- Иваницкий А. В.* Личностный потенциал студентов как фактор преодоления сложных жизненных ситуаций: Дис. ... канд. психол. наук: Ставрополь, 2018.
- Корнилова Т. В.* Интеллектуально-личностный потенциал человека в условиях неопределенности и риска. СПб.: Нестор-История, 2016.
- Корнилова Т. В.* Латентные личностные профили стилевой регуляции принятия решений // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 2. С. 126–145. doi: 10.17759/cpp.2022300208
- Кулик А. А.* Личностный потенциал как психологическое условие качества жизни (на примере спортсменов-паралимпийцев) // Вестник Кемеровского государственного университета. 2014. Т. 4. № 1 (60). С. 130–134.
- Леонтьев Д. А.* Три мишени: личностный потенциал – зачем, что и как? // Образовательная политика. 2019. № 3 (79). С. 10–79.
- Реабилитация // ВОЗ. Информационный бюллетень. 2024. 22 апреля. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/rehabilitation> (дата обращения: 24.08.2024).
- Angel S., Kirkevold M., Pedersen B. D.* Getting on with life following a spinal cord injury: Regaining meaning through six phases // International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being. 2009. V. 4 (1). P. 39–50. doi: 10.3402/qhw.v4i1.4999

## РАЗДЕЛ 8

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА. ГЕРОНТОПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ МУДРОСТИ

### Образ современного пожилого человека у молодежи

*В. А. Баранова, О. О. Савина*

МГУ им. М. В. Ломоносова, Москва

В статье анализируются образы и представления молодых людей о пожилых людях, в частности, о субъективной удовлетворенности/неудовлетворенности жизнью в данный возрастной период, типичных занятиях и переживаниях. Были использованы следующие методики: русскоязычная версия LSITA-SF Э. Барретта (Золотарева и др., 2022; Barrett et al., 2009); Шкала субъективного счастья (ШСС, SHS) С. Любомирски и Х. Леппер в адаптации Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева (Осин, Леонтьев, 2008) и проективная методика babbles (Бурлачук, 2006). Выборку составили 22 студента вуза (7 мужчин, 15 женщин). Выяснилось, что образ пожилого человека конструируется молодыми людьми на основе своих родных (как правило, бабушек или дедушек) или близких знакомых. В представлениях молодежи пожилые люди являются достаточно субъективно удовлетворенными жизнью, спокойными, проявляют заботу о своих близких, заняты повседневными делами.

*Ключевые слова:* геронтопсихология, пожилой возраст, удовлетворенность жизнью, субъективное благополучие, активность, автономия, образ.

Трудно переоценить вклад, который внесла Л. И. Анцыферова в становление психологических подходов к личности и ее развитию. Чрезвычайно актуальным в современной ситуации представляется то значение, которое придавала Людмила Ивановна многомерности психического развития человека, особенно духовным, нравственным

сторонам его жизни, многоуровневой позиции личности по отношению ко всему окружающему (Анцыферова, 2006, с. 12). В ее работах раскрывается позитивная трактовка неограниченности жизненных возможностей, творчества своего повседневного мира, «создавая ответы на требования мира» (там же), жизненного опыта человека, приобретенного в том числе в трудных жизненных ситуациях. Важно также понимание роли индивидуальности человека в мире в целом: «Самим своим присутствием, включаясь в различные межличностные отношения, взаимодействуя и общаясь с людьми, субъект запечатлевает себя в их сознании и бессознательном своим обликом, поступками, неповторимым взглядом на мир. Он вписывается в коллективную память малых и больших групп человечества» (там же, с. 192).

Раскрывая свои взгляды на развитие человека в поздние годы его жизни, Л. И. Анцыферова противопоставляет «негативным стереотипам стариков как людей бесполезных, интеллектуально деградирующих, беспомощных» (там же, с. 264) оптимистический подход, подчеркивая «особую активность человека по интеграции пройденных им стадий жизненного пути» (там же, с. 266). Различия неадаптивного и успешного, поступательного, продуктивного, адаптивного типов старения определяются в том числе степенью развитости чувств автономии и инициативы, наличием продуктивной установки оценивать жизнь «по критерию успехов, достижений, счастливых моментов» (там же, с. 273).

Удовлетворенность жизнью является интегральным показателем субъективного благополучия, достаточно востребованным в исследованиях различной проблематики от диагностики в кризисных жизненных ситуациях до изучения ресурсов возрастной группы. Пожилой возраст имеет свою специфику этого показателя: наблюдается резкое падение удовлетворенности жизнью, определяемое ожиданием ее конца, прогнозированием смерти (Gerstorf et al., 2008). Молодые *люди*, входящие в период становления зрелости, самостоятельности, равноправных отношений с более взрослыми поколениями, формируют более осознанные представления о ближайших и более отдаленных жизненных перспективах, опираясь на определенные модели, культурные образцы. Представляется важным выявить, насколько эти культурные образцы у современной молодежи соответствуют адаптивным, продуктивным или же, напротив, неадаптивным типам людей позднего возраста.

*Целью* пилотного исследования стало выявление представления о пожилом человеке у молодежи. Респондентами выступили 22 чело-

века (32% мужчин, 68% женщин), студенты вуза, возрастной диапазон 19–22 года ( $M = 20,5$ ).

В исследовании были использованы следующие методики:

1. Русскоязычная версия LSITA-SF Э. Барретта, предназначенная для диагностики удовлетворенности жизнью в «третьем возрасте» (Золотарева и др., 2022);
2. Шкала субъективного счастья (ШСС SHS) С. Любомирски, Х. Леппер (Осин, Леонтьев, 2008);
3. Проективная методика «babbles» (Бурлачук, 2006).

## Результаты

Данные, полученные по методике субъективного счастья С. Любомирски и Х. Леппер, показывает результат 19,35 баллов, что для шкалы значений (от 4 до 28 баллов) и среднего диапазона (18–22 баллов) является результатом, свидетельствующим о благополучном эмоциональном состоянии пожилого человека. Данные, полученные по методике Э. Барретта, показывают результат 44,7 балла, что является средним показателем удовлетворенности в диапазоне от 32 до 52 баллов. Таким образом, молодые люди считают, что современный пожилой человек вполне счастлив и удовлетворен своей жизнью.

Проективная методика „babbles“ позволила уточнить образ современного пожилого человека. Он неспецифичен по половому признаку, т. е. девушки и юноши рисовали и мужчин, и женщин. Образы конструировались по представлениям о пожилых родственниках (бабушках, дедушках), по представлениям о себе в будущем или имели обобщенный характер. Были проанализированы 12 рисунков (6 женских, 6 мужских образов). Качественная методология исследования предполагает, что для выявления устойчивых тенденций достаточно 10–15 респондентов (Бусыгина, 2021). Тексты, сопровождающие рисунок, обрабатывались методом тематического анализа (Практики анализа качественных данных в социальных науках, 2021). В данном исследовании рисуночная часть не анализировалась, задача рисуночной части главным образом состояла в запуске процессов эмпатии и идентификации для понимания образа описываемого человека.

В рамках предварительного исследования была проведена фокус-группа для обсуждения следующих вопросов: «Кого вы представляете в образе пожилого человека? Это мужчина или женщина? Сколько ему/ей лет? Где живет? Где в данное время находится, чем занимается? О чем думает сейчас? Что думает о себе? Какое настроение сейчас? Каков круг общения? Какой примерный распорядок дня?».

Данные, полученные в результате проведения методик, позволили составить типичный образ пожилого человека у молодых людей 19–22 лет.

Пожилой мужчина представляется следующим образом: средний возраст 76 лет, живет в Москве или на даче, настроение у него нормальное, отличное, бодрое, спокойное, позитивное. Все пожилые мужчины уверены в себе, считают себя успешными, ощущают свою значимость.

График нормального распределения показателен для активности и трудовой занятости пожилого мужчины: с одной стороны, кто-то думает о том, чем бы сейчас заняться, проводит время дома, его распорядок включает утреннюю пробежку, прогулку в парке, домашние дела, телевизор или компьютер; с другой – представлены активно работающие мужчины (но, тем не менее, у них находится время для помощи детям и внукам). Среднюю часть графика занимают пожилые мужчины, живущие на даче, их день размеренный и простой, включающий работу по даче, на огороде, уход за урожаем, за питомцами (кошкой, собакой). Важной деталью является то, что, думая об урожае, дачник имеет в виду заботу о своих детях и внуках (например, как будет угощать клубникой внуков). Круг общения у большинства, за исключением активно работающих, ограничен семьей, друзьями и соседями.

Пожилую женщину молодые люди описывают таким образом: средний возраст 72,5 лет. Места проживания пожилой женщины более разнообразны: загородный дом (дача, дом в деревне), родной город (Москва, малонаселенный город), но может жить и в квартире у дочери. Настроение, как правило, спокойное, хорошее, присутствует ощущение счастья, умиротворенности, хотя возникают и периоды грусти, чувства одиночества, несмотря на удовлетворенность жизнью, которая связана с тем, что в жизни все случилось так, как она хотела, что все успела, и еще есть силы помочь детям и внукам. Континuum настроения пожилой женщины представлен широко: от оценки себя как активной, красивой, целеустремленной, самостоятельной (не чувствует себя старой) до оценки себя как старой, больной («Спина болит, что-то неважно выгляжу»). Но даже при такой самооценке думает, что она все равно молодец.

В ее жизни большое значение имеют дети и внуки, она думает об их здоровье и счастье («Хочу, чтобы мои дети и внуки были и счастливы, и здоровы», «Нужно помочь детям и внукам»).

Утром они рано встают, готовят еду для семьи, занимаются бытовыми делами, покупают продукты. Те, кто живет в городе, обычно гуляют в сквере или парке недалеко от дома. Те, кто живет за городом, много работают в огороде. В течение дня есть время посмотреть

телевизор, почитать, заниматься рукоделием (например, вышивать). Круг общения составляет семья (муж, внуки, дети), соседи по двору (даче, деревне), подруги.

В нашем исследовании описана только одна пожилая женщина 60 лет, которая активно работает полный рабочий день, вечерами занимается спортом, домашними делами, встречается с друзьями (про семью не уточняется). Образ другой, 68-летней женщины, связан с активными занятиями разнообразным спортом (теннис, плавание, боулинг, танцы, бильярд). Так как это жительница Москвы, то, возможно, речь идет об участнице проекта «Московское долголетие».

В описаниях женщин появляется тема здоровья/болезни (в двух случаях упоминается визит к врачу и прием лекарств) и активного образа жизни.

Итак, молодые люди, представляя пожилых людей, ориентируются на диапазон от 69 до 87 лет для женщин и от 72 до 84 лет для мужчин. В целом, для респондентов характерны следующие представления о современном пожилom человеке: он вполне счастлив и удовлетворен своей жизнью; значительная часть пожилых людей живет на дачах и в загородных домах, проводя время в работе по дому и в огороде. Важно, что молодое поколение считает, что часть пожилых людей продолжают профессиональную деятельность, реализуя себя и принося пользу обществу. Это свидетельствует о значимости для молодежи качеств активности и инициативы, приписываемых значимым пожилым людям.

Представления молодых людей о пожилых людях в целом соответствуют данным о том, что удовлетворенность жизнью в пожилом возрасте имеет половую специфику (Золотарева, Аверина, Тимошина, 2022), на что указывает более активный и позитивный образ пожилой женщины, которая строит планы на будущее, включена в различные активности, практически не имеет свободного времени, погружена в заботы о семье и решение бытовых проблем. Женщина более рефлексивна, эмпатична, для нее значительно более активно звучит тема заботы о детях и внуках, беспокойства об их будущем. В образе женщины появляется тема активностей вне обязанностей по дому.

Образы пожилого мужчины и пожилой женщины соответствуют стереотипам: женщины берут на себя бытовые функции, у мужчин такая функция отмечается в меньшей степени.

В образах пожилых людей практически отсутствует тема физического старения и связанного с этим процессом ухудшения здоровья, плохого физического самочувствия, а следовательно, и темы помощи пожилым родственникам со стороны взрослых детей и внуков.

Складывается впечатление односторонней заботы: пожилые люди помогают молодому поколению, ждут их к обеду на дачу, выращивают для них клубнику и т. д.), а также остаются всегда здоровыми и активными.

Поисковый план исследования позволяет сформулировать гипотезы дальнейшего изучения образа пожилого человека в современном мире: соотношения интрагруппового и экстрагруппового восприятия, психологических процессов самовосприятия у мужчин и женщин, возможных процессов развития активной позиции, соотношения личности и среды и т. д.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бурлачук Л. Ф.* Психодиагностика: Учебник для вузов. СПб.: Питер, 2006.
- Бусыгина Н. П.* Методология качественных исследований в психологии: Учеб. пособие. М.: Инфра-М, 2021.
- Золотарева А. А., Аверина П. А., Тимошина А. Л.* Удовлетворенность жизнью в «третьем возрасте» и ее диагностика: адаптация русскоязычной версии LSITA-SF // Психологическая наука и образование. 2022. Т. 27. № 2. С. 19–28. doi: 10.17759/pse.2022270202
- Осин Е. Н., Леонтьев Д. А.* Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008. URL: <https://publications.hse.ru/view/78753840>.
- Практики анализа качественных данных в социальных науках: Учеб. пособие / Отв. ред. Е. В. Полухина. М.: ИД Высшей школы экономики, 2023.
- Barrett A. J., Murk P. J.* Life Satisfaction Index for the Third Age-Short Form (LSITA-SF): An improved and briefer measure of successful aging // Midwest research-to-practice conference in adult, continuing, community and extension education (Northeastern Illinois University, October 21–23). Chicago, IL, 2009. doi: 10.13140/2.1.1937.4085
- Gerstorf D., Ram N., Röcke C., Lindenberger U., Smith J.* Decline in life satisfaction in old age: Longitudinal evidence for links to distance from death // Psychology and Aging. 2008. V. 23 (1). P. 154–168. doi:10.1037/0882-7974.23.1.154



## Кризис позднего возраста

*В. Л. Васильев, М. В. Дремина, Д. С. Корнева*

Елабужский институт (филиал) Казанского (Приволжского)  
федерального университета, Елабуга

Данная научная работа посвящена изучению кризиса позднего возраста и связанных с ним психологических проблем в контексте геронтопсихологии. Обсуждаются основные аспекты кризиса позднего возраста, включая факторы, его вызывающие, его проявления, влияние на психическое состояние человека. Рассмотрены психологические особенности пожилых людей, их потребности и способы преодоления кризисных ситуаций. Целью статьи является углубление понимания кризиса, характерного для людей позднего возраста. Работа вносит вклад в развитие геронтопсихологии как важного направления в психологической науке.

*Ключевые слова:* кризис позднего возраста, пожилой человек, гипохондрия, старение, психологические проблемы, геронтопсихология.

В геронтопсихологии особое внимание уделяется изучению психологических проблем позднего возраста (примерно с 60–65 лет и до конца жизни). В современном обществе одним из актуальных вопросов является адаптация и преодоление психологических проблем, связанных с кризисом позднего возраста. Важно проанализировать сущность этого кризиса, понять его влияние на психическое благополучие и найти пути решения возникающих трудностей.

В современной геронтопсихологии описываются следующие тезисы о периоде старения и его характере (Абрамова, 2017):

- процесс развития личности на социально-психологическом уровне продолжается на протяжении всей жизни человека, не подчиняясь четко выраженным этапам;
- даже в пожилом возрасте у людей существуют неисчерпаемые резервы и возможности для дальнейшего развития;
- психологическое развитие индивида настолько разнообразно и сложно, что не все его аспекты, особенности и потенциал могут быть полностью исследованы.

Пожилой возраст сопровождается множеством психологических и социальных вызовов:

- ухудшением состояния здоровья: часто усугубляются хронические заболевания, появляются новые проблемы со здоровьем, физичес-

- кие страдания усиливаются, снижаются силовая выносливость, ловкость, скорость движений, привычные виды активности становятся недоступными или трудноосуществимыми;
- изменением социального статуса: выход на пенсию сопровождается утратой ранее важных отношений, основанных на уважении и общении;
  - уменьшением доходов: пенсионные выплаты обычно ниже заработной платы, что требует пересмотра ежедневного бюджета и расходов и может вызвать беспокойство и недовольство;
  - отдалением детей, которые создают свои семьи, переезжают в собственное жилье или другие города, что усиливает ощущение одиночества и ненужности;
  - старением, сопровождающимся изменениями во внешности, что особенно важно для женщин; старение также ассоциируется с концом жизни и неизбежной смертью, что может вызвать депрессию и недостаток смысла жизни.

Симптоматика кризиса позднего возраста сопровождается усилением и отсутствием контроля над эмоциями, с частым появлением беспричинного уныния и слезливости. Наблюдаются эксцентричность поведения, происходят понижение чувствительности и углубление интроспекции (Ермолаева, 2004). Крайне затрудняется адаптация к сложным и проблемным обстоятельствам. Свежие впечатления теряют яркость и насыщенность, присущую прошлым опытам, приоритет отдается воспоминаниям, и прошлое кажется более привлекательным, нежели настоящее. Возрастно-ситуационная депрессия выступает одним из характерных признаков кризиса в старении.

Преобладают устойчивые периоды пониженного настроения, опыты ментального вакуума, ненужности и неразумности по отношению к внешнему миру. Будущее прорисовывается в негативном свете. Преимущественно долгосрочное подавленное состояние духа исключает наличие рациональной подоплеки, а тревожность усиливается главным образом из-за страха смерти, проявляясь в плаче и слезах и смехотворно «шутливых» комментариях о болезнях, смерти и сопровождающих их обрядах (Сахарова, 2011).

Дополнительными показателями кризиса позднего возраста можно назвать гипохондрию, убеждения в враждебности окружающих, тенденцию к фантазированию. Наблюдаются фиксации на любом изменении в здоровье, активное обсуждение и запись своего состояния, посещение врачей. Сверхценность приобретает идея лечения, медикаментов, консультаций со специалистами. Для разговоров о прошлом

характерны подчеркивание важности собственного вклада в события и приукрашивание своих воспоминаний (Сорокоумова, 2017).

Геронтопсихолог – это специалист, основными задачами которого является обеспечить поддержку пожилым людям в их приспособлении к социуму и помочь им справиться с психологическими проблемами. Психолог может проводить как сессии с группами, так и индивидуальные консультации, используя различные подходы. Один из них – гарденотерапия, или агротерапия. Это метод поддерживающей терапии, который включает в себя использование садоводства и других сельскохозяйственных практик как средства поддержания душевного здоровья и физического благополучия. Гарденотерапия способствует улучшению физической выносливости и когнитивных функций, общему повышению самочувствия и настроения (Дорогина и др., 2020).

В рамках гарденотерапии применяются различные методики и техники, включая наблюдения за природой, растениями, короткие прогулки по прилегающей территории, осмотр газонов, садов, клумб и культивируемых участков. Дополнительно могут использоваться просмотр иллюстраций, чтение стихотворений, разгадывание загадок и дискуссии о природе. После прохождения курса гарденотерапии у старших людей наблюдаются следующие положительные изменения:

- возникает эмоциональная открытость и восприимчивость к миру природы, утверждается положительное отношение к ее элементам, наблюдается всплеск положительных эмоций;
- повышается степень готовности к решению бытовых задач через возможность применять полученные знания в каждодневных ситуациях;
- стимулируется интеллектуальная активность через расширение инфогоризонта и осознание себя как части экологически осведомленного общества;
- укрепляется адаптивность: уход за растениями помогает пожилым людям преодолеть замкнутость, укрепить уверенность в себе, особенно в периоды адаптации к новому учреждению или одиночеству, питая радость жизни.

Еще одной методикой является библиотерапия. Библиотерапия в контексте геронтопсихологии – это уникальный подход в поддерживающей терапии, который использует литературу и чтение как инструменты для поддержания и улучшения психического здоровья пожилых людей. В основе библиотерапии лежит вера в силу слов и историй. Она предполагает, что чтение и обсуждение литературы могут помочь по-

жилым людям справляться со стрессом, улучшать свое настроение, стимулировать умственную активность и облегчать социальные взаимодействия. Данная методика выполняет следующие функции:

- терапевтическая: чтение предоставляет пожилому человеку пространство для исследования и обсуждения своих чувств и мыслей, что помогает в обработке личных вопросов и в совладании со стрессом;
- когнитивная: тренируются внимание, понимание, память, анализ, что способствует поддержанию и развитию умственных функций;
- социальная: групповые сессии библиотерапии обеспечивают важное социальное взаимодействие, предоставляя пожилым людям возможность обсуждать истории и делиться своими переживаниями с другими.
- развлечения: чтение обеспечивает удовольствие, отвлекает от повседневных проблем и улучшает настроение.

Схожа с библиотерапией кинотерапия, использующая просмотр и обсуждение кинофильмов как средство терапии. Процедура начинается с вводной лекции о ее сути и основных аспектах. Затем вместе с пожилым зрителем или группой просматривается фильм. После просмотра проводится спонтанное обсуждение, а затем анализируются герои, сюжет, их воздействие на зрителей. Каждый участник высказывает свои мысли и чувства, вызванные просмотром фильма. Как результат, участники кинотерапии могут расширить свое восприятие жизни и узнать о различных способах поведения и мышления, обнаружить свои внутреннюю силу и ресурсы, переосмыслить и скорректировать свои действия и действия окружающих, улучшить межличностные отношения.

Арт-терапия – это форма психотерапии, которая использует творчество и искусство как средства самовыражения. Для пожилых людей арттерапия может иметь ряд преимуществ:

- позволяет исследовать и развивать свои творческие способности, что может быть очень удовлетворяющим и стимулирующим процессом;
- предоставляет безопасный и поддерживающий канал для выражения чувств и эмоций, которые могут быть сложными или неудобными для выражения словами;
- способствует поддержанию социальных связей и общению, что особенно важно для пожилых людей, которые могут чувствовать себя изолированными или одинокими;

- требует активного умственного участия, что может помочь поддерживать когнитивные функции, такие как память, внимание и структурированное мышление;
- имеет успокаивающее и релаксационное влияние, помогая справляться со стрессом и улучшая общее настроение (Заварзина и др., 2016).

Наиболее характерными для арттерапии механизмами психологической коррекции являются 1) использование искусства для символического переосмысления конфликтных, травмирующих ситуаций и нахождения их решения через переструктурирование с помощью креативных способностей индивида, 2) вызывание эстетической реакции, которая способствует переходу аффекта с негативного на положительный уровень.

Справиться с психологическими проблемами и кризисом позднего возраста можно и самостоятельно, используя следующие рекомендации:

1. Общение с близкими людьми, друзьями и семьей может помочь в обеспечении эмоциональной поддержки, необходимой в данный возрастной период.
2. Правильное питание, умеренная физическая активность и регулярные медицинские осмотры могут помочь в поддержании хорошего здоровья и благополучия.
3. Проведение времени за участием в любимых занятиях или новых хобби может помочь в увеличении чувства радости и удовлетворения, а также в установлении новых связей и расширении социального круга.
4. Формирование позитивного отношения к жизни и принятие изменений, связанных со старением, могут способствовать общему душевному здоровью и благополучию.

Современные исследования в области геронтопсихологии включают значительное количество работ, направленных на изучение психологических проблем, вызванных старением, а также разработку эффективных стратегий взаимодействия с ними. Например, одно из исследований ориентировано на изучение влияния социализации на когнитивное старение. Исследования показали, что пожилые люди, которые активно общаются со своими сверстниками, показывают меньший уровень когнитивного ухудшения по сравнению с теми, кто ведет более замкнутый образ жизни.

Эти и многие другие современные теории и подходы в геронтопсихологии обеспечивают всестороннее понимание психологии ста-

рения, а также содержат важные подсказки для улучшения качества жизни пожилых людей (Никифоров, 2007).

Важно помнить, что проблемы позднего возраста – это не приговор. Как говорила известный российский психолог Л. И. Анцыферова, «мудрость – важнейшее приобретение периода поздней зрелости. Задача психологов – помочь стареющим людям сформировать мудрое отношение к жизни» (Анцыферова, 2006, с. 289).

### **Литература**

- Абрамова Г. С.* Психология человеческой жизни. Исследования геронтопсихологии. М.: Академия, 2017.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», издание 2-е, испр. и доп., 2006.
- Дорогина О. И., Лебедева Ю. В., Токарская Л. В., Хлыстова Е. В.* Геронтопсихология / Под общ. ред. Ю. В. Лебедевой. Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2020. С. 68–72.
- Ермолаева М. В.* Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах: Учеб.-метод. пособие. М.: МПСИ; Воронеж: НПО «Модэк», 2004.
- Заварзина О. О., Шмелева С. В., Петрова Е. А., Яковлев В. А.* Уход за пожилыми. Основы геронтологии, геронтопсихологии и гериатрии: Учеб. пособие. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016.
- Сахарова Т. Н.* Эмоционально-нравственная сфера пожилых людей. М.: Прометей; МПГУ, 2011.
- Сорокоумова Е. А.* Возрастная психология: Учеб. пособие для среднего профессионального образования. М.: Юрайт, 2017.
- Никифоров Г. С.* Геронтопсихология. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2007.

### **Дружба в пожилом возрасте: антиципация трудностей как задача субъекта общения**

*О. И. Даниленко*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Приводится обоснование значимости дружеских отношений в пожилом возрасте как ресурса позитивных межличностных контактов. Отмечаются объективные обстоятельства, затрудняющие в этом возрасте сохранение прежних и создание новых дружеских связей. Особое внимание уделяется закономерным трансформациям психической деятельности стареющего человека, способным негативно повлиять на дружеские кон-

такты. Делается вывод о том, что поддержание и развитие дружеских отношений в пожилом возрасте ставит перед человеком психологические и нравственные задачи. Их решение предполагает актуализацию субъектности, внимание к смыслам и формам дружеского общения, наличие психологической компетентности. Разработка и реализация специальных программ, включающих проведение исследований и консультативную деятельность, видится как перспективное направление оказания психологической помощи людям пожилого возраста, неудовлетворенным дружескими отношениями.

*Ключевые слова:* дружеские отношения, дружеское общение, пожилой возраст, старение, субъектный подход, субъект общения, антиципация трудностей общения.

Увеличение срока жизни людей сделало психологию старения одной из наиболее развивающихся областей психологической науки и практики. При этом социально-психологическая проблематика старения в отечественной науке мало разработана (Юревич, 2019). Одной из проблем, заслуживающих внимания специалистов, являются дружеские отношения в пожилом возрасте.

Существуют объективные обстоятельства, которые осложняют жизнь пожилых людей: ослабление здоровья, уменьшение физических сил, не всегда достаточный для комфортной жизни уровень материального благополучия и др. В этих обстоятельствах ресурсом, позволяющим справляться с разнообразными трудностями, являются позитивные контакты с другими людьми. Между тем их зачастую не хватает людям старших возрастных групп. Завершение трудовой деятельности ведет к прекращению взаимодействия с сотрудниками. Проживание в отдельных квартирах ограничивает контакты с соседями. Смерть мужа/жены прекращает супружеские отношения. Дети и другие члены семьи нередко проживают отдельно. Но даже если родные живут под одной крышей, общение между ними не всегда удовлетворяет потребность в позитивных контактах. Это ведет к тому, что экзистенциальное одиночество является острой проблемой для значительной части людей старшего возраста.

Значимым источником позитивных межличностных контактов являются дружеские связи, в основе которых лежит общность интересов и взаимная симпатия людей. Между тем этот источник не всегда оказывается доступным для пожилых: существуют объективные обстоятельства, затрудняющие сохранение прежних и создание новых дружеских отношений. Умирают старые друзья; происходит естественный процесс сокращения числа сверстников, желающих и способных

поддерживать дружеские отношения; встречи со старыми друзьями не всегда осуществимы в силу ограниченности физических и материальных возможностей, и т. д.

Здесь мы хотим обратить внимание на собственно психологические трудности, осложняющие как завязывание новых дружеских связей, так и поддержание/развитие уже существующих дружеских отношений между пожилыми людьми. Ухудшение состояния здоровья и психофизиологических функций являются естественными проявлениями инволюционного процесса, и они в той или иной мере сказываются на психологическом самочувствии человека. «Частными следствиями этого [физического неблагополучия. — *О. И.*] бывают оскудение чувств, очерствение, прогрессирующая утрата интереса к окружающему, изменение отношений с близкими, понижение всех видов самооценки» (Шаповаленко, 2005, с. 326). Заметим, что зафиксирована возможность, но не обязательность отмеченных изменений. Широкая индивидуальная вариативность процессов, происходящих в организме и психическом функционировании человека в разные периоды его жизни, описана в научной литературе (Ананьев, 1968; Анцыферова, 2006б; и др.). Исследования показали разные модели старения, в том числе так называемого благоприятного (успешного, здорового, позитивного) старения, при котором в период старости сохраняется возможность полноценной жизни за счет личностного развития человека как субъекта своей жизни (Стрижицкая, Петраш, 2022). В данном контексте мы намеренно отмечаем те обстоятельства в жизни стареющего человека, которые создают трудности для его жизнедеятельности, психологического благополучия и общения с другими людьми.

Существует мнение, в том числе зафиксированное в работах психиатров (Э. Крепелин, Э. Блейлер и др.), что старение сопровождается заострением и огрублением присущих человеку черт характера, и это негативно сказывается на его социальном поведении. Однако клинические данные позволяют сделать вывод, что подобные изменения имеют место лишь при наличии возрастнo-органического процесса, имеющего отношение к центральной нервной системе (Шахматов, 1966). В то же время в старости происходят естественные и обязательные изменения в психической деятельности, которые Н. Ф. Шахматов обозначает как психический упадок. Они проявляются в общем снижении психического тонуса и, как следствие, в ухудшении памяти, внимания, ограничении круга интересов, причем чем старше возраст, тем эти изменения грубее и заметнее.

Такие психологические трансформации могут стать серьезным вызовом для людей, которых связывают дружеские отношения. При зна-



чительных изменениях в поведении каждого участника общение все чаще может сопровождаться негативными переживаниями одного или обоих друзей. Для объяснения механизма этих переживаний, как нам представляется, продуктивен подход к общению, реализованный А. А. Леонтьевым. Общение рассматривается им как один из видов деятельности, что предполагает интенциональность (наличие специфической цели и специфического мотива) и результативность (мера совпадения достигнутого результата с намеченной целью) общения (Леонтьев, 2005). Не менее значим субъектный подход, с позиций которого участники дружеского общения предстают как субъекты коммуникации, формирующие и оценивающие цели, результаты и способы общения.

Развитие дружеских отношений предполагает формирование у обоих субъектов представлений о том, в чем смысл их дружбы. Эти представления редко рефлексированы, но они имплицитно присутствуют в сознании, влияя на цели непосредственного контакта и экспектации относительно того, как будет проходить встреча. Повторяющееся существенное расхождение ожиданий и реальности способно ослаблять дружеские связи. Так, одна из функций дружеского общения состоит в получении эмоциональной поддержки в трудной жизненной ситуации. В случае, если для субъекта соответствующая цель оказывается особенно значимой и, в отличие от прошлого опыта, нереализуемой при встречах, ценность этих отношений может быть пересмотрена. Другой пример – сужение сферы интересов, которое часто отмечается при старении. Этот процесс, если он происходит не симметрично у друзей, способен значительно ограничить спектр мотивов для общения. Зачастую увеличивающиеся с возрастом ригидность мышления и консерватизм создают особую трудность для дружеских отношений в случае, если позиции друзей оказываются существенно различающимися по значимым для них вопросам. Различия в оценках тех или иных событий лицам пожилого возраста труднее признавать как психическую реальность другого человека. При этом сокращение/прекращение общения по той или иной причине может быть травматичным для того, кто в нем по-прежнему нуждается.

Таким образом, поддержание и развитие дружеских отношений в пожилом возрасте ставит перед человеком психологические и даже нравственные задачи. В связи с этим отметим продуктивность акцента на обращение к своему внутреннему миру для человека пожилого возраста. «Главной же заботой человека в поздние годы должны быть развитие духовной сферы личности – движение в пространстве глубинных смыслов бытия отдельного человека и человечества, по-

нимание уникальности каждого индивида, его незаменимости. Уровень духовного развития накладывает особый отпечаток на его поведение, способ обращения не только с другими людьми, но и со всем тем, что создано человеком» (Анцыферова, 2006в, с. 309).

Следует отметить, что «способы обращения» с другими людьми, прежде всего с тем, кто является или может стать другом, зависят также от психологической компетентности человека и его позиции активного субъекта общения. О значимости такой позиции пишет Анцыферова: «Успешность личностного и социально-психологического развития человека во все периоды жизни (и особенно в поздние годы) зависит от того, насколько он сам выступает субъектом, создателем условий своей жизни» (там же, с. 299). Весьма плодотворной является сформулированная Анцыферовой идея о значимости стратегии антиципации для предотвращения трудных жизненных ситуаций (Анцыферова, 2006а), к которым, безусловно, относятся случаи, побуждающие к пересмотру отношений с другом.

Принимая во внимание закономерные изменения, которые происходят с человеком в процессе старения, можно утверждать, что коммуникативная компетентность предполагает способность антиципировать как эти изменения, так и трудности, которые они могут провоцировать в сфере дружеских связей. В настоящее время большое внимание уделяется помощи пожилым людям в сохранении и развитии интеллектуального потенциала и приобретении полезных умений в области современных технологий. Представляется перспективной разработка психологических программ, направленных на оказание психологической помощи людям пожилого возраста, испытывающим трудности в сфере межличностного общения. В качестве одного из позитивных следствий такой работы можно ожидать укрепление и развитие дружеских связей пожилых людей.

### Литература

- Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных ситуациях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Л. И. Анцыферова. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006а. С. 331–354.
- Анцыферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Л. И. Анцыферова. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006б. С. 263–281.

- Анцыферова Л. И.* Психология старости: особенности развития личности в период поздней взрослости (Типы отношений социума к стареющим людям: мнения, стереотипы, шаблоны) // Л. И. Анцыферова. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006в. С. 291–317.
- Леонтьев А. А.* Психология общения. М.: Смысл, 1999.
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д.* Конструирование продуктивной старости: биологические, психологические и средовые факторы // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1 (115). С. 8–28.
- Шаповаленко И. В.* Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). М.: Гардарики, 2005.
- Шахматов Н. Ф.* Психическое старение: счастливое и болезненное. М.: Медицина, 1966.
- Юревич А. В.* Старость как междисциплинарная проблема // Вестник Российской Академии наук. 2019. Т. 89. № 1. С. 49–55.

## **Экономическая ресоциализация личности в пенсионном возрасте: подход к проблеме исследования\***

*Т. В. Дробышева*

Институт психологии РАН, Москва

Статья посвящена проблеме экономической ресоциализации личности в условиях нормативного кризиса экономической жизни, связанного с выходом на пенсию. Актуальность теоретического исследования определяется нарастающими общемировыми тенденциями старения населения, расширения трудовой занятости пожилых людей, их активной включенности в процессы экономического развития общества. Приведены результаты понятийного анализа феномена. Показаны содержательные различия и взаимозависимость процессов экономической де-социализации и ресоциализации. Отмечается важность представлений Л. И. Анцыферовой о сохранении и развитии субъектных качеств личности в процессе старения, о механизме компенсации социально-психологических утрат позитивными новообразованиями в позднем возрасте для изучения феномена «экономическая ресоциализация личности» у людей пенсионного возраста. В конце публикации приводится пере-

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0018.

чень проблем, решение которых позволит сформировать новое научное направление в исследовании этого феномена.

*Ключевые слова:* экономическая ресоциализация, экономическая десоциализация, личность, выход на пенсию, пенсионеры, Л. И. Анцыферова.

Понятийному анализу феномена «ресоциализация» посвящено немало современных, прежде всего социологических, исследований (Ковалева, Перинская, 2015; и мн. др.). Ссылаясь на теоретические представления П. Бергера и Т. Лукмана, Э. Гидденса, Д. Б. Кеннеди и А. Кербера, авторы акцентируют внимание на проблеме соотношения процессов социализации (первичной и вторичной), десоциализации и ресоциализации личности. Общность взглядов выражается в понимании функциональных различий вышеперечисленных явлений; их взаимозависимости, согласованности, повторяемости в течение всего жизненного пути человека. Отмечается, что десоциализация личности, характеризующаяся разрушением ранее присвоенных знаний, норм, ценностей, ролей и т. п., с одной стороны, указывает на существование проблем в актуальной ситуации социального развития, с другой — предшествует ресоциализации. Процессы ресоциализации включают интернализацию нового знания и опыта, трансформацию системы ценностей, формирование новой идентичности личности и т. п. и свидетельствуют о совладании личности с трудной жизненной ситуацией (разводы и насилие в семье, ограничение свободы в пенитенциарных учреждениях, иммиграция и т. п.). Иными словами, исследования феномена «ресоциализация» направлены на выявление закономерностей, психологических механизмов и факторов адаптации личности к кардинально изменившимся условиям социальной среды.

В данном контексте завершение трудовой деятельности и переход к «пенсионному образу жизни» является не менее значимым для личности периодом жизни, характеризующимся изменениями в ее социальных связях, времяпрепровождении, показателях здоровья, финансовом статусе и т. п. В отечественных исследованиях, посвященных проблеме старения, готовности к разного рода возрастным изменениям (см. исследования Л. А. Головей, Е. А. Никитиной, А. В. Криулиной, О. Ю. Стрижицкой, Т. Ф. Сусловой и мн. др.), а также в работах зарубежных психологов, занимающихся вопросами психологической готовности к выходу на пенсию, планирования этого периода жизни в предпенсионном возрасте, психологического благополучия на пенсии (D. A. Hershey, A. Lusardi, O. S. Mitchell, A. M. Muratore, M. Wang и мн. др.), прослеживается общая мысль о том, что и в период старения сохраняется способность личности «быть субъектом своего бытия,

устранять ситуацию неопределенности при завершении профессиональной деятельности, создавать новый жизненный мир с изменившейся структурой смыслов и значимостей» (Анцыферова, 2006, с. 316). В этом контексте актуализируются вопросы изучения механизмов и факторов ресоциализации личности, ее адаптации к изменившимся условиям жизни на пенсии.

Так, Л. И. Анцыферова обращает внимание на механизм компенсации социально-психологических «утрат» (завершение трудовой деятельности, сокращение социальных контактов, смена социальной роли и т. п.) позитивными когнитивными и личностными новообразованиями. В качестве факторов (ресурсов), обеспечивающих психологическое благополучие в старости, она рассматривает сохранение и дальнейшее развитие прежней позитивной идентичности, уверенности в себе, способности к самоанализу и саморефлексии, умения ставить значимые цели, расширяя тем самым свое будущее, а также готовность личности к антиципируемым событиям и т. п. (там же).

Все вышеизложенное чрезвычайно актуально для понимания процессов экономической ресоциализации, которая рассматривается автором публикации как одна из форм экономической социализации (ЭС), наряду с первичной, переходной и вторичной (Дробышева, 2023).

В нашей работе обобщенное понятие ЭС описывает это явление как «процесс и результат включения личности в систему экономических отношений, в ходе которых она присваивает социально-экономический опыт (овладевает им), элементы экономической культуры (нормы экономического поведения, ценности, традиции и т. п.) и, активно преобразуя их, становится субъектом экономических отношений, экономической деятельности (т. е. экономическим субъектом) (там же, с. 12). Экономическая ресоциализация личности, которой предшествуют процессы экономической десоциализации ранее присвоенного экономического знания, опыта, элементов культуры и т. п., преследует цель ее повторного вхождения в социально-экономическую среду в связи с кардинальными изменениями в повседневной экономической жизни человека. В связи с этим личность заново присваивает все вышеперечисленное, чтобы успешно адаптироваться к новым социально-экономическим условиям жизни.

Большинство исследований экономической десоциализации и ресоциализации в отечественной и зарубежной экономической психологии посвящены изучению психологических и социально-психологических эффектов геополитических и социально-экономических «экспериментов» в нашей стране (смена экономической модели развития в 1990-е годы) и в Европе (развал Восточноевропейского социа-

листического лагеря, создание Евросоюза и введение единой валюты Евро и т. п.), результатом которых стала трансформация экономического сознания и поведения большей части населения этих стран (Социально-психологическая динамика..., 1998; Muller-Peters et al., 1998; и мн. др.). К примеру, в нашей стране в 1990-е годы многие взрослые люди были вынуждены полностью отказаться от своих экономических представлений и конструировать новые, отражающие явления рыночной экономики. В этот период общественный дискурс наполнился такими понятиями, как акции, маркетинг, ваучер, биржа, бартер и т. п.; резко возрос интерес к предпринимательской деятельности в стране; появились новые социальные группы («челноки», «новые русские» и т. п.). Данный пример иллюстрирует процесс экономической ресоциализации, первый этап которой (экономическая десоциализация) был связан с практически полным разрушением старой системы экономического сознания, норм экономического поведения, со сменой ценностных приоритетов значительной части работающего населения, а второй — собственно экономическая ресоциализация — с конструированием новой картины экономического мира, но не личности в целом.

В развитии этого направления исследований следует отметить, что вопросы экономической ресоциализации в условиях нормативного кризиса повседневной экономической жизни (выход на пенсию) специально не изучались, что указывает на новизну разрабатываемого нами подхода. Актуальность изучаемых проблем экономической ресоциализации людей пенсионного возраста связана с изучением проявлений субъектности пенсионеров в связи с нарастающими общемировыми тенденциями старения населения, расширения трудовой занятости пожилых людей, их активной включенности в процессы экономического развития общества.

Отдельные вопросы экономической ресоциализации пенсионеров в ракурсе изучения предикторов их экономической активности рассматриваются в работах отечественных исследователей (Тараданов и др., 2022; и др.). Зарубежные психологи, разрабатывающие подходы к изучению факторов успешного выхода на пенсию, также указывают на активность пенсионеров, которую они проявляют в общественной жизни в поиске способов поддержания финансовой независимости, экономической идентичности как факторов их субъективного экономического (финансового) благополучия (Bonsang et al., 2023; и др.).

Переход от трудовой занятости к пенсии включает несколько этапов. Первый из них — наиболее трудный, он характеризуется изменениями в отношении пенсионеров к материальным ценностям, эко-

номическим явлениям и объектам. В это время могут проявиться признаки кризиса экономической идентичности человека (от позитивной – к диффузной и негативной), трансформации образа «экономического Я». Осознание человеком того факта, что еще вчера он был обеспеченным, экономически автономным субъектом, а сегодня стал финансово зависимым от государственных пособий, пенсии, поддержки родственников и т. п., может снижать показатели его субъективного экономического (финансового в том числе) благополучия, повышать уровень финансовой тревожности вплоть до депрессии.

Зарубежные исследователи психологических проблем «выхода на пенсию» в качестве способов совладания с «угрозой бедности» на пенсии предлагают заблаговременно планировать завершение трудовой деятельности, формируя позитивный образ себя как пенсионера, выбирать разные варианты создания «финансовой подушки безопасности» (дополнительная работа, бизнес, сокращение потребления, сбережения и инвестиции, частичная занятость на пенсии и т. п.). Так, например, нобелевский лауреат Ф. Модильяни в своей модели жизненного цикла сбережения выявил зависимость между уровнем накопления финансов в период активной трудовой деятельности экономического агента и поддержанием им привычного образа жизни на пенсии, свидетельствующим о его субъективном финансовом благополучии (Modigliani, 1986).

Принимая во внимание ограниченность применения теоретических и эмпирических знаний о закономерностях ресоциализации личности (в семье, пеницитарных учреждениях, детских домах и т. п.) в изучении экономической ресоциализации личности в условиях нормативного кризиса экономической жизни (выход на пенсию), следует обратить внимание на спектр проблем, требующих решения в ближайшей перспективе. Речь идет о разработке междисциплинарной концепции, о разграничении процессов экономической десоциализации и ресоциализации в эмпирическом исследовании, о подборе и организации методического инструментария и т. п. В ряду других проблем следует обратить внимание на изучение активности пенсионеров, направленной на поиск и реализацию способов поддержания финансовой автономности, на исследование способов самоконтроля в их финансовом и потребительском поведении, способов совладания с финансовой тревожностью, на изучение рациональности в принятии ими решений о выборе стратегий инвестирования и сбережения и т. п. Не меньший исследовательский интерес вызывают вопросы динамики экономической идентичности, ценностной детерминации экономического сознания пенсионеров и многие другие.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Дробышева Т. В.* Психология экономической социализации личности: основные формы и детерминанты. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. doi: 10.38098/mng\_23\_0460
- Ковалева А. И., Перинская Н. А.* Ресоциализация // Знание. Понимание. Умение. 2016. № 1. С. 297–300. doi: 10.17805/zpu.2016.1.26
- Социально-психологическая динамика в условиях экономических изменений / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Шорохова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998.
- Тараданов А. А., Пахомова Я. Н., Трушина И. А., Лисичкина А. Г.* Предикторы успешной экономической социализации // Вестник Челябинского государственного университета. 2022. № 4 (462). Экономические науки. Вып. 76. С. 131–141. doi: 10.47475/1994-2796-2022-10413
- Bonsang E., Garrouste C., Perdrix E.* Retirement and Well-Being // Handbook of Labor, Human Resources and Population Economics / Eds K. F. Zimmermann. Cham: Springer, 2023. P. 1–14. doi: 10.1007/978-3-319-57365-6\_391-1
- Modigliani F.* Life cycle, individual thrift and the wealth of nations // Science. 1986. V. 234 (4777). P. 704–712. doi: 10.1126/science.234.4777.704
- Muller-Peters A., Pepermans R., Kiell G., Battaglia N., Beckmann S., Burgoyne C., Farhangmehr M., Guzman G., Kirchler E., Koenen C.* Explaining attitudes towards the Euro: Design of a cross-national study // Journal of Economic Psychology. 1998. V. 19 (6). P. 663–680.

## Этапы и сферы подготовки предпенсионеров к пенсионному переходу\*

*Т. П. Емельянова*

Институт психологии РАН, Москва

Рассматривается комплекс факторов, участвующих в процессе подготовки к выходу на пенсию. В задачи исследования входило установить, какие сферы подготовки к пенсионному переходу актуализируются в наибольшей степени на каждом из этапов, а также выявить социально-демогра-

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФ, проект № 24-28-00422 «Экономико-психологическая зрелость людей предпенсионного возраста в ситуации планирования выхода на пенсию».



фические особенности респондентов, характерные для отдельных этапов перехода. В исследовании использовался опросник «Шкала процесса планирования выхода на пенсию» Дж. Х. Нуна, К. Стивенс и Ф. М. Альпасс в адаптации Т. В. Дробышевой с соавт., выявлялись социально-демографические характеристики респондентов (пол, возраст, образовательный и семейный статусы и др.). В исследовании приняли участие 202 человека в возрасте от 43 до 63 лет, 51% женщин и 49% мужчин. Обнаружено, что на разных этапах подготовки к выходу на пенсию актуализируются различные сферы будущей пенсионной жизни. У всех респондентов выявлена общая тенденция: возраст желаемого выхода на пенсию превышает возраст планируемого выхода.

*Ключевые слова:* предпенсионеры, этапы подготовки к пенсионному переходу, модель временного процесса, сферы подготовки.

В мировой литературе последних двух десятилетий большое внимание уделяется изучению психологических механизмов подготовки к выходу на пенсию. Подготовка к пенсионному переходу, как правило, связана с переживанием тревоги и неуверенности в будущем (Hansson et al., 2020; Kiso et al., 2019; Shultz, Wang, 2011). Для понимания психологической сути этого процесса важна мысль Л. И. Анцыферовой: «Приняв решение о возможности позитивного изменения трудной ситуации, субъект начинает формировать ее как проблему: он определяет конечную и промежуточные цели, намечает план решения, определяет способы достижения цели» (Анцыферова, 1994, с. 7). Именно процессуальный подход к пенсионному переходу в современной литературе представляется наиболее продуктивным (Zhan et al., 2023).

Предстоящий выход на пенсию – одно из важнейших жизненных событий. Оно воспринимается как неизбежное, требующее разработки прогнозов, планов. Предпенсионный период переживается как завершение карьеры, неизбежные в будущем ограничение социальных связей, снижение социального статуса в позиции пенсионера и уровня финансового благополучия. Эмоциональный фон, на котором разворачивается перспектива будущей жизни на пенсии, амбивалентен, так как помимо переживания тревоги он включает и ожидание предстоящей свободы от трудовых обязанностей, возможности занятия любимым делом, активного проведения досуга и самообразования, а также другие, отчасти компенсаторные, чувства и надежды.

Подготовка к выходу на пенсию рассматривается в зарубежной науке с разных сторон: как анализ ресурсов личности, позволяющих ей благополучно совершить переход к новому этапу жизни (Hansson et al., 2019; Wang, Shi, 2014; Zhan et al., 2023; и др.), как изучение лич-

ностной адаптации на этапе пенсионного перехода (модель пенсионных настроек (retirement adjustment), предложенная М. Ван и Дж. Ши (Wang, Shi, 2014)) или как временной процесс, включающий три последовательные фазы – предпенсионную, переходную и постпенсионную (Hansson et al., 2020; Shultz, Wang, 2011).

Модель временного процесса имеет свои сильные стороны, обладая как исследовательским, так и диагностическим потенциалом, поскольку процесс целенаправленного пенсионного планирования, как было показано в исследованиях, обеспечивает более реалистичные ожидания относительно будущего, снижает тревогу, а также мобилизует ресурсы для успешного пенсионного перехода. С помощью модели временного поэтапного процесса во многих странах производится государственный мониторинг состояния готовности предпенсионеров к будущему пенсионному переходу с целью оказания консультативной помощи в случае необходимости (см., например: Zhan et al., 2023).

В исследовании Дж. Нуна и др. анализировался процесс предпенсионной подготовки, который содержит четыре этапа: конструирование представлений о будущих изменениях в жизни, формулирование целей выхода на пенсию, принятие решения о начале подготовки и детальную формулировку планов (Noone et al., 2010). Подготовка, согласно авторам, происходит в нескольких сферах жизни человека – в области финансов, изменений в досуге и образе жизни, в вероятных социальных связях, будущих ролях и в состоянии здоровья. Методика, предложенная авторами, предназначена для оценки в сфере финансов: делали ли люди сбережения для выхода на пенсию, покупали ли они акции или облигации, страховки, сдавали ли в аренду недвижимость. В сфере заботы о здоровье учитывается наличие медицинской страховки, практика регулярных физических упражнений, периодических медицинских осмотров и отказа от вредных для здоровья привычек. В области планирования досуга оценивается будущее распределение свободного времени на пенсии, наличие хобби, дачи, волонтерской работы. При оценке респондентом вероятных социальных связей и ролей используется понятие «опережающая социализация» для анализа подготовки к переходу от роли работника к роли пенсионера, корректировки идентичности, проектирования новых ролей или развития уже существующих.

В задачи настоящего исследования входило установить, какие сферы подготовки к пенсионному переходу актуализируются в наибольшей степени на каждом из этапов, а также выявить объективные (в том числе, социально-демографические) особенности респондентов, ха-

рактрные для отдельных этапов перехода. В исследовании использовался опросник «Шкала процесса планирования выхода на пенсию» Дж. Х. Нуна, К. Стивенс и Ф. М. Альпасс (Noone et al., 2010) в адаптации Т. В. Дробышевой, С. В. Тарасова, И. В. Ларионова (Дробышева и др., 2024). С помощью анкетирования выявлялись социально-демографические характеристики респондентов (пол, возраст, образовательный и семейный статусы, место проживания и др.). Полученные данные подвергались статистической обработке с использованием пакетов прикладных программ SPSS v. 23.0.

В исследовании приняли участие 202 человека в возрасте от 43 до 63 лет. Все респонденты в настоящее время работают. По половому составу – 51% женщин, 49% мужчин; по месту проживания – 45,5% проживают в мегаполисе, в городах от 0,5 до 1 млн 16,3%, в малых городах – 33,2%, в сельской местности – 5%.

Для решения задач исследования был применен метод группировки: на каждом из этапов планирования выхода на пенсию выборка разделялась на три группы по величине оценок респондентами данного этапа, которые трактовались как нахождение респондента на данном этапе планирования выхода на пенсию. Расчет производился по среднему значению и стандартному отклонению, рассчитанным для каждого этапа принятия решения. В результате применения данной процедуры на каждом из этапов были получены по три группы респондентов – группа 1 (низкая выраженность нахождения на этапе), группа 2 (средняя выраженность), группа 3 (высокая выраженность). Далее внутри каждого этапа были рассчитаны статистически достоверные различия между выделенными группами (1, 2 и 3) по сферам с помощью Н-критерия Краскела–Уоллиса ( $p < 0,05$ ). Расчет социально-демографических характеристик выборки производился при помощи описательной статистики. Для удобства представления результатов данные анализировались по каждому из четырех этапов, выделенные группы были обозначены как 1.1, 1.2 и 1.3 (этап «Представления о выходе на пенсию»); 2.1, 2.2 и 2.3 (этап «Цели выхода на пенсию»); 3.1, 3.2 и 3.3 (этап «Решение о начале подготовки»); 4.1, 4.2 и 4.3 (этап «Подготовка к выходу на пенсию»).

Анализ различий между группами на этапе «Представления о выходе на пенсию» показывает, что группа 3.1 (респонденты, находящиеся на данном этапе) значительно отличается от двух других (3.2 и 3.3) по всем сферам подготовки к пенсионному переходу ( $p < 0,01$ ). Сферы подготовки у этой группы расположены в следующем порядке по степени значимости для респондентов (здесь и далее в скобках приведены средние значения): социальные связи (4,1), досуг (3,96), здоро-

вье (3,91), финансы (3,23). По-видимому, социальные связи на этапе конструирования представлений о пенсионной жизни имеют особую значимость, так как их утрата воспринимается наиболее болезненно. Финансовая подготовка на данном этапе имеет наименьшую значимость. На этапе «Цели выхода на пенсию» группа 3.2 значительно отличается от двух других групп по всем сферам ( $p < 0,01$ ). Сферы подготовки расположены в следующем порядке, согласно среднему уровню показателей у респондентов: здоровье (3,93), досуг (3,86), социальные связи (3,84), финансы (3,48). Вероятно, при постановке целей выхода на пенсию решающее значение приобретает внимание к сфере здоровья, о котором можно и нужно позаботиться после завершения трудовой карьеры. На этапе «Решение о начале подготовки» группа 3.3 значительно отличается от групп 1.3 и 2.3 только по сфере финансов ( $p < 0,05$ ), т. е. респонденты, находящиеся на этапе выработки решения о пенсионном переходе значимо больше сосредоточены на финансовом обеспечении жизни, что вполне объяснимо с практической точки зрения при принятии решения выйти на пенсию.

На этапе «Подготовка к выходу на пенсию» группа 3.4 – респонденты, которые находятся в процессе подготовки к пенсионному переходу – значительно отличается от двух других по сферам здоровья ( $p < 0,01$ ), финансов ( $p < 0,01$ ) и досуга ( $p < 0,05$ ). По степени значимости для респондентов сферы расположены в следующем порядке: здоровье (3,87), финансы (3,81), досуг (3,6), социальные связи (3,42). В процессе подготовки к выходу на пенсию важнейшим предметом заботы снова становится здоровье, а за ним по важности следует финансовая подготовка. Таким образом, на финальном этапе подготовки велика значимость самых уязвимых сфер жизни будущего пенсионера.

Полученные различия в социально-демографических характеристиках респондентов, находящихся на разных этапах подготовки к выходу на пенсию, свидетельствуют о важности факторов, связанных с жизненной ситуацией человека, в частности, наличием родственников, о которых необходимо заботиться (феномен выражен в большей степени на этапе «Цели»). Этот результат согласуется с ранее обнаруженным фактом о влиянии, в частности, наличия несовершеннолетних как объекта финансовой ответственности на предпенсионную озабоченность (Kiso et al., 2019). Примечателен результат, свидетельствующий о том, что люди с более высоким уровнем образования в большей степени обеспокоены проблемой снижения своего социального статуса и новыми социальными ролями (феномен обнаружен на этапе «Подготовка»). На данном этапе выявлены статистически достоверные различия по социально-демографической

характеристике «уровень образования» ( $p < 0,046$ ). Для респондентов с высшим образованием потеря социального статуса является более болезненной, они, вероятно, будут сохранять профессиональную занятость. Эта тенденция была отмечена и в других странах: люди, имеющие высшее образование, более склонны продолжать работу по достижении пенсионного возраста, чем те, кто его не имеет (Wang, Shi, 2014). Данный результат дополняется тем, что у всех респондентов выявлена общая тенденция: возраст желаемого выхода на пенсию превышает возраст планируемого выхода на пенсию. Выявлены статистически достоверные различия между ответами на вопросы «В каком возрасте вы хотели бы выйти на пенсию?» и «В каком возрасте вы планируете выйти на пенсию?» ( $p < 0,01$ ). Также был произведен расчет различий между выявленными подгруппами респондентов по возрасту в соответствии с их желанием выйти на пенсию. Различий выявлено не было. Таким образом, можно говорить о том, что большая часть респондентов, вошедших в выборку, в настоящее время, независимо от возраста, не испытывают желания выходить на пенсию, хотя и вынуждены это предусматривать.

Результаты исследования обнаруживают комплекс факторов, участвующих в процессе подготовки выхода на пенсию, которые нуждаются в дальнейшей разработке применительно к социальным условиям и культурным особенностям современной России. Опыт других стран показывает, что такая психологически уязвимая когорта людей, как предпенсионеры, нуждается в государственной заботе в виде финансового консультирования и в психологической поддержке в планировании пенсионного перехода.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: Переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 21–55.
- Дробышева Т. В., Тарасов С. В., Ларионов И. В.* Планирование выхода на пенсию в предпенсионном возрасте: первичная адаптация и валидизация опросника «Шкала процесса планирования выхода на пенсию» Дж. Х. Нуна, К. Стивенс и Ф. М. Альпасс // Экспериментальная психология. 2024. Т. 17. № 2. С. 199–216. doi: 10.17759/exppsy.2024170212
- Hansson I., Buratti S., Johansson B., Berg A. I.* Beyond health and economy: Resource interactions in retirement adjustment // Aging & Mental Health. 2019. V. 23. P. 1546–1554. doi: 10.1080/13607863.2018.1506745
- Hansson I., Buratti S., Thorvaldsson V., Johansson B., Berg A. I.* Disentangling the mechanisms of retirement adjustment: Determinants and consequences of

- subjective well-being // *Work, Aging and Retirement*. 2020. V. 6 (2). P. 71–87. doi: 10.1093/workar/waz021
- Kiso H., Rudderow A. L., Wong J. D. Financial and Parental Stress as Predictors of Retirement Worry // *Journal of Financial Therapy*. 2019. V. 10 (1). P. 30–44. doi: 10.4148/1944-9771.1165
- Noone J. H., Stephens C., Alpass F. The Process of Retirement Planning Scale (PRePS): Development and validation // *Psychological Assessment*. 2010. V. 22 (3). P. 520–531. doi: 10.1037/a0019512
- Shultz K. S., Wang M. Psychological perspectives on the changing nature of retirement // *American Psychologist*. 2011. V. 66 (3). P. 170–179. doi: 10.1037/a0022411
- Wang M., Shi J. Psychological research on retirement // *Annual Review of Psychology*. 2014. V. 65 (1). P. 209–233. doi: 10.1146/annurev-psych-010213-115131
- Zhan Y., Froidevaux A., Li Y., Wang M., Shi J. Preretirement resources and post-retirement life satisfaction change trajectory: Examining the mediating role of retiree experience during retirement transition phase // *Journal of Applied Psychology*. 2023. V. 108 (5). P. 871–888. doi: 10.1037/apl0001043

## **Представления молодежи о старости: гендерный и профессиональный аспекты**

*М. Б. Калашникова, М. М. Квашина*

Новгородский государственный университет им. Ярослава Мудрого,  
Великий Новгород

Приводятся результаты исследования, проведенного в 2024 г. Изучены представления о пожилых людях и о перспективе собственной старости у современной российской молодежи. Обнаружено, что отношение молодежи к пожилым людям не зависит от их степени близости, а мысли о собственной старости вызывают у них печаль и страх. При этом и общение с пожилыми людьми, и отношение к перспективе собственной старости у молодых людей неоднозначно и захватывает широкий спектр эмоций. Обнаружены половые различия в общении с пожилыми людьми и относительно образа собственного старения. Различия в общении с пожилыми людьми у молодежи разного профессионального статуса не обнаружены, однако замечены различия в эмоциональном переживании перспективы собственной старости.

*Ключевые слова:* геронтопсихология, старость, пожилой возраст, отношение к старости, молодежь.

Демографические изменения в России характеризуются увеличением численности пожилого населения. Важным лицом в геронтопсихологии необходимо считать Л. И. Анцыферову, впервые представившую данную отрасль во всей ее глубине, раскрыв в ней проблемы экзистенциального характера и других трудностей этого возрастного периода (Анцыферова, 2015). Л. И. Анцыферова призывала изменить отношение к старости и пожилым людям. Она пришла к выводу о связи характерных для пожилых людей черт личности с распространенными негативными стереотипами о них как о «беспольных, интеллектуально деградирующих и беспомощных» (Сергиенко, 2014, с. 30). Л. И. Анцыферова описывает два типа отношения к старению человека, уже находящегося в пожилом возрасте. Люди первого типа более адаптивные и воспринимают старость как освобождение от социальных ограничений и стереотипов рабочего периода, они активны и позитивны. Люди второго типа пассивны и замкнуты; это дезадаптивная и дисфорическая стратегия (Анцыферова, 2006).

Интерес представляет изучение отношения к старости не только в период ее проживания, но и задолго до него, в период молодости. Обыденные представления о старости – постоянно и быстро изменяющийся феномен, связанный с особенностями исторического и социально-культурного периода (Ядова, 2020).

Адекватные представления молодежи о старости будут способствовать гармонизации межпоколенческих отношений, сохранению традиций и позитивному восприятию перспективы старения. Изучение представлений молодежи о старости поможет в разработке программ и мероприятий психологического характера в семейной, социальной, профессиональной и других сферах жизни.

В настоящее время вопросам, связанным с пожилым возрастом и старостью, по-прежнему уделяется недостаточное внимание (Сиднева, 2020). Однако еще меньшее внимание уделяется психологической подготовке к собственной старости и межпоколенным отношениям.

В 2024 г. нами было проведено исследование отношения молодежи к пожилым людям и перспективе собственной старости. Возрастные границы выборки были сформированы с учетом верхней возрастной границы молодежи – до 35 лет. Всего в исследовании приняло участие 69 человек. Выборка была разделена на группы по критериям «пол» (женщины (n = 39) и мужчины (n = 30)) и «профессиональный статус» (наемные работники (n = 25), самозанятость и ИП (n = 23)).

В связи с недостаточной разработанностью методов геронтопсихологии, для изучения отношения молодежи к старости нами была разработана анкета, включившая в себя три блока из 15 вопросов.

Первые два блока были направлены на изучение отношения к пожилым людям в близком окружении и вне близкого круга. Мы просили написать три ассоциации с людьми в возрасте старше 65 лет из близкого круга (если таковые есть) и за его пределами, соответственно. Здесь же нужно было указать чувства, возникающие при общении с этими людьми, выбрать проблемы, с которыми они сталкиваются, и обозначить свое отношение в целом по шкале, состоящей из четырех вариантов: «негативное», «скорее негативное», «скорее позитивное», «позитивное».

Третий блок анкеты исследовал отношение к перспективе собственной старости. Здесь мы спрашивали, видит ли респондент себя в старости, чтобы определить четкость образа Я в перспективе, и выявляли его чувства относительно собственной старости и в целом отношение к собственной старости по шкале, аналогичной представленной в двух предыдущих блоках. Из открытых вопросов мы получили ассоциации респондентов относительно образа себя в собственной старости, а также относительно неприятностей и приятных моментов, ожидающих их в этот период.

Анкета была представлена в онлайн-формате на платформе «Google forms». Для изучения материалов анкеты нами, помимо описательной статистики, использовался метод контент-анализа. Для определения достоверности различий нами был использован метод математической обработки угловое преобразование Фишера.

Анализируя результаты исследования, мы видим, что молодежь не чувствует особой разницы при общении с пожилым людьми из близкого окружения и за его пределами (значимые различия по критерию Фишера отсутствуют). Молодежь считает, что пожилые люди в основном сталкиваются с проблемами в области здоровья (69%) и финансов (45%). В обоих случаях они переживают неоднозначные эмоции: радость (51%) и благодарность (48%), с одной стороны, и печаль (37%) и раздражение (23%) – с другой, что прослеживается в ассоциациях. Качественный анализ ассоциаций, связанных у молодежи с пожилыми людьми, позволил выделить 11 категорий. Наиболее часто молодые люди предлагают ассоциации, связанные с изменениями в сфере связей и общения с окружающими (30%, например, ассоциации «одиночество», «доброта», «настороженность» и др.), а также в сфере внутреннего состояния (20%, ассоциации «гармония», «оптимистичные» и др.). С одной стороны, молодежь связывает старость с одиночеством, настороженностью и упрямством в сфере общения, с хрупкостью, навивностью, незащищенностью в сфере внутреннего состояния. С другой стороны, выделяются такие ассоциации, как душевность, вежливость,



доброта в общении и гармония, спокойствие, веселье во внутреннем состоянии. Несмотря на амбивалентность эмоций при общении с пожилыми, отношение к ним скорее позитивное (42%).

О собственной старости молодежь может думать с печалью (45%) и страхом (27%), хотя отношение к этому периоду у них скорее позитивное («позитивное» и «скорее позитивное» отношение отметили 63%). Анализ ассоциаций негативной и положительной направленности показывает разнородность и позволяет выделить несколько категорий. Молодежь ждет в старости возможность реализовать собственную свободу и отдохнуть (39,5%). Старость видится как возможность избавиться от социальных ожиданий и ограничений, начать путешествовать и посвящать время себе. Важным здесь становится расширение собственной семьи и укрепление общения с близкими (29,5%). Все это создает скорее позитивное отношение к перспективе собственной старости. Однако печаль и страх могут быть обусловлены проблемами, среди которых чаще всего называются ухудшение здоровья (49,5%) и потеря близких с переживанием одиночества (23%).

Если обратить внимание на половые различия в отношении к старости у молодежи, то мы видим, что женщины чаще испытывают печаль при общении с пожилыми людьми. На значимые различия указывает критерий Фишера ( $F^*_{эмп} = 3,924$ ,  $p = 0,01$ ). Это может быть связано с тем, что женщины чаще остаются с пожилыми родственниками, чаще заботятся о них. Более развитая чувствительность и постоянное наблюдение происходящих изменений в жизни пожилых людей может вызывать более сильные эмоции печали. Кроме того, при общении с близкими людьми пожилого возраста женщины склонны чаще испытывать благодарность ( $F^*_{эмп} = 1,853$ ,  $p = 0,05$ ), тогда как мужчины чаще склонны чувствовать благодарность к незнакомым пожилым людям ( $F^*_{эмп} = 1,729$ ,  $p = 0,05$ ). Можно предположить, что женщины ориентированы скорее на семью и внутрисемейные процессы, тогда как интересы мужчин чаще направлены вовне, на связи в обществе и более глобальные процессы. Мужчины могут испытывать более сильную благодарность к ветеранам войны, тогда как женщины будут в большей степени благодарны собственным бабушкам и дедушкам.

Относительно перспективы своей старости, женщинам труднее представить себя в этот период жизни ( $F^*_{эмп} = 2,215$ ,  $p = 0,05$ ). Они чаще испытывают страх, думая о своей старости ( $F^*_{эмп} = 1,824$ ,  $p = 0,05$ ). Несмотря на отсутствие значимых различий в частоте упоминания тех или иных категорий, их понимание может быть разным. Для женщин близкие связи могут быть важнее, и одиночество или по-

теря супруга будут переживаться острее. Кроме того, потеря здоровья у женщин включает еще и ассоциации, связанные с изменением внешности, что может ощущаться ими намного травматичнее, чем мужчинами. Однако возможность отдыха и свобода от обязательств и работы могут быть более значимы для мужчин. Это объясняет, почему мужчины значительно чаще испытывают радость, думая о собственной старости ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 3,978$ ,  $p = 0,01$ ). На данный факт указывает также и то, что мужчины реже связывают положительные аспекты старости с творчеством и продолжением труда посредством различных хобби ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,82$ ,  $p = 0,05$ ).

Среди молодежи разного профессионального статуса тоже есть свои особенности. Никто из предпринимателей или самозанятых не считает проблемой изменение скорости и темпа жизни, тогда как наемные сотрудники отмечают возможную ригидность (3%). Это может быть связано с необходимостью предпринимателей быть более гибкими и часто адаптироваться, тогда как наемные сотрудники могут привыкать к определенным условиям, которые им сложно изменить, и усугубление такой позиции они могут видеть как проблему старости. То же касается и образа жизни: в отличие от наемных сотрудников (14%), считающих, что их ждут ранний подъем, огород и пенсия, предприниматели и самозанятые более свободны в своих действиях и не думают об изменении их образа жизни в старости.

Среди положительных сторон ни один работник найма не показал связи с творчеством, хобби и обеспеченностью финансами, в отличие от предпринимателей и самозанятых, имеющих желание творить и заниматься любимыми увлечениями в этот период (7%). Что касается финансовой обеспеченности, то работники найма могут считать себя ограниченными в изменении финансового обеспечения в старости, тогда как некоторые предприниматели и самозанятые (3%), вероятно, не надеются на пенсию и заранее делают финансовые запасы.

Самозанятые и индивидуальные предприниматели склонны чаще переживать печаль относительно перспективы собственной старости ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,724$ ,  $p = 0,05$ ). Это может быть связано с большим количеством женщин в группе предпринимателей или с большей значимостью для них собственного здоровья. Работники найма значительно тяжелее представляют себя в старости ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 2,949$ ,  $p = 0,01$ ), что можно объяснить большей значимостью для них пенсионных возрастных границ, до которых многие, по их мнению, не доживут. Однако эта группа значительно позитивнее относится к собственной старости ( $\varphi^*_{\text{эмп}} = 4,056$ ,  $p = 0,01$ ), что также можно связать с отдыхом и свободой от работы, которые они оценивают намного выше.

Итак, в представлениях о собственной старости в целом по выборке, и в особенности у женщин, преобладают дисфорические эмоции. Женщинам тяжелее представить себя в пожилом возрасте. Причины в различии значений одних и тех же сфер жизни можно связать с гендерными особенностями. Однако разнородность в эмоциях и ассоциациях молодежи можно считать положительным явлением из-за отсутствия категоричности в отношении пожилых людей, их идеализации или негативизации.

Людям, работающим по найму, тяжелее сформировать образ Я в старости, однако их отношение к этому периоду собственной жизни более позитивно, что можно связать с ожиданием выхода на заслуженный отдых и сменой образа жизни.

Обозначим основные выводы:

1. Отношение молодежи к пожилым людям не зависит от степени близости к ним. В нем присутствует амбивалентность эмоций, однако отношение скорее позитивное. Чаще всего в представлениях о пожилых людях отмечаются изменения в общении и во внутреннем состоянии.
2. Мысли о перспективе собственной старости могут вызывать у молодых людей печаль и страх, однако отношение к этому периоду скорее позитивное. Молодежь ожидает возможности стать свободнее и посвятить время семье, однако также ожидает ухудшение здоровья и потерю близких.
3. Существуют гендерные различия в эмоциональном отклике при общении с пожилыми людьми, в четкости образа Я в старости, в эмоциях, связанных со старостью, а также в значимости конкретных сфер жизни в этот период.
4. У молодежи разного профессионального статуса различаются спектр сфер, связанных с проблемными и положительными аспектами старости, и отношение к данному периоду в целом. Также есть различия в эмоциональном переживании перспективы собственной старости, что может быть связано как с профессиональным статусом, так и с полом респондентов.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.
- Сергиенко Е. А.* Психология развития: идеи Л. И. Анцыферовой и их разработка в современной науке // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 25–34.

Сиднева В. П. К актуальным вопросам общей тенденции старения населения и сокращения трудоспособного населения // Экономические науки. 2020. № 192. С. 317–321. doi: 10.14451/1.192.317

Ядова М. А. Российская молодежь о старости и пожилых людях: диапазон мнений и оценок // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 11. «Социология. Реферативный журнал». 2020. № 1. С. 34–40.

## **Психокоррекционная программа, направленная на реализацию личностного потенциала и повышение уровня удовлетворенности жизнью у лиц пожилого возраста**

*С. В. Колобова*

Мариупольский государственный университет им. А. И. Куинджи,  
Мариуполь

Статья посвящена проблеме реализации личностного потенциала людьми пожилого возраста и повышению их уровня удовлетворенности жизнью. Результаты показывают, чем выше степень жизнестойкости пожилых людей, тем ярче выражена удовлетворенность жизнью, отражающаяся через увлеченность повседневной жизнью, решительность и стойкость в достижении поставленных целей, уверенность в том, что поставленные цели достижимы, адекватно высокую самооценку, оптимизм и способность получать удовольствие от жизни. На основе полученных результатов эмпирического исследования автором статьи разработана и апробирована психокоррекционная программа для лиц пожилого возраста. По результатам сравнительного анализа у респондентов, принявших участие в данной программе, выявлено повышение активности, настроения, улучшение самочувствия.

*Ключевые слова:* пожилые люди, удовлетворенность жизнью, личностный потенциал, психокоррекционная программа.

Пожилые люди в настоящее время сталкиваются с множеством различных проблем и трудностей, однако все они могут быть последовательно разрешены при должном внимании и реализации определенных мер. В целом повышение качества жизни пожилых людей предполагает предоставление им возможностей для индивидуального развития, поддержания и укрепления здоровья, активного участия в экономической и социальной жизни общества, обеспечение их за-

щищенности и сохранение достоинства, а также содействие активному долголетию (Жучкова, 2012).

К основным сложным ситуациям в жизни пожилых людей относят следующие:

- 1) необходимость в индивидуальной помощи из-за сниженной работоспособности и самостоятельности;
- 2) возникновение заболеваний и расстройств различного характера;
- 3) наличие нарко- и алкозависимости;
- 4) наличие психических травм, которые негативно сказываются на жизни (военные действия, эвакуация, потеря близких, несчастные случаи и прочее);
- 5) переживание одиночества из-за проживания в отдаленной сельской местности, проблемы одиноких и больных пенсионеров, в том числе и проживающих за пределами своей страны (Новиков, 2019);
- 6) различные стрессовые события: одиночество, вдовство, депрессия, предсуицидальное состояние, жестокое обращение, горечь от неудавшейся жизни;
- 7) трудности во взаимоотношениях с родственниками, ухаживающими за ними, сложности во взаимодействии между различными поколениями;
- 8) наличие семейных проблем, противоречий, насилия и пр.;
- 9) проблемы пожилых мигрантов, связанные с возвращением на Родину;
- 10) экономические сложности: низкий уровень пенсии, бедность и др. (Валиева, Токатлыгиль. 2018).

С целью выявления и анализа взаимосвязей показателей жизнестойкости, удовлетворенности жизнью и психоэмоционального состояния произведен корреляционный анализ результатов эмпирического исследования (параметрический коэффициент корреляции Пирсона).

Согласно данным, показатели жизнестойкости респондентов имеют прямые значимые связи с их удовлетворенностью жизнью. Так, чем больше респонденты удовлетворены процессом и результатом своей деятельности, уверены в том, что результат труда зависит от степени борьбы за него, рассматривают события жизни как процесс получения нового опыта, способны действовать в ситуации, успех в которой не гарантирован, и, как следствие, чем выше степень их жизнестойкости, тем ярче выражена удовлетворенность, выражающаяся в увлеченности повседневной жизнью, решительности и стойкости в достижении поставленных целей, уверенности в том, что поставленные цели

достижимы, адекватно высокой самооценке, оптимизме и способности получать удовольствие от жизни (Колобова, 2023).

Так, чем выше степень жизнестойкости респондента, в частности, его вовлеченности в процесс жизни, ощущение силы и контроля, стремление к развитию через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование, тем более благополучны его самочувствие и настроение, а также выше степень активности. Одновременно, чем ярче выражена удовлетворенность жизнью (увлеченность повседневной жизнью, решительность и стойкость в достижении поставленных целей, уверенность в том, что поставленные цели достижимы, уровень самооценки, оптимизм и способность получать удовольствие от жизни), тем лучше самочувствие и настроение респондента, тем более он активен и энергичен.

Таким образом, несмотря на разнообразие проблем, с которыми сталкиваются пожилые люди, при должном подходе возможно развитие жизнестойкости и повышение качества жизни в целом у лиц данной возрастной группы.

Участие людей старшего возраста в социальных проектах повышает их общественную значимость, улучшит эмоциональное состояние, повысит продуктивную активность (Колобова, 2023).

На основе полученных результатов эмпирического исследования была разработана и апробирована психокоррекционная программа, направленная на реализацию личностного потенциала и повышение удовлетворенности жизнью у лиц пожилого возраста.

*Цель* программы – повышение психологического благополучия, удовлетворенности жизнью и жизнестойкости пожилых людей, содействие оптимизации их эмоционального состояния и активности.

Задачами программы являются 1) улучшение физического здоровья и активности пожилых людей (программа включает в себя физические упражнения, которые помогают улучшить гибкость, силу, координацию и равновесие); 2) снижение стресса и улучшение настроения, 3) предоставление пожилым людям возможности найти единомышленников, новых друзей, укрепить существующие социальные связи.

Программа рассчитана на год, по два занятия в неделю продолжительностью в один час.

В занятиях принимали участие от 56 до 100 человек в зависимости от времени года. Занятия проводились на базе платформы «Московское долголетие», в онлайн-формате была создана группа в мессенджере. Упражнения были также сняты в видеоформате для массового зрителя на ресурсах «Московское долголетие».

Главным правилом занятий является следующее: все упражнения для пожилых людей должны находить у них положительный отклик, приносить удовлетворение и повышать самооценку. Необходимо пробовать различные упражнения и останавливаться на тех, которые вызывают приятные эмоции и воспоминания. Кроме того, важно чередовать различные виды тренировок — слуховые, зрительные, вербальные, на сообразительность. Такой подход в реабилитации нарушенных психических функций поможет избежать усталости, раздражительности, нежелания и отказа от дальнейших занятий (Колобова, Ичитовкина, 2023).

В программу вошли следующие темы:

1. Саморефлексия и осознанность:
  - введение в практику через простые дыхательные и релаксационные упражнения;
  - обсуждение преимуществ и практического применения саморефлексии в повседневной жизни;
  - навыки ведения дневника мыслей и эмоций.
2. Техники релаксации и отдыха:
  - изучение различных техник релаксации, включая прогрессивную мускульную релаксацию, глубокое дыхание и визуализацию;
  - проведение упражнений по релаксации и отдыху во время занятий;
  - ежедневная домашняя практика выбранной методики релаксации.
3. Управление стрессом и эмоциями:
  - изучение приемов управления стрессом и эмоциями, включая позитивное мышление, переоценку ситуаций и избегание конфронтации;
  - упражнения на осознанность, направленные на уменьшение страхов и беспокойности.
4. Установление целей и планирование будущего:
  - изучение методики установления целей и их реализации;
  - помощь участникам в определении своих личных целей и планов на будущее;
  - мотивационные упражнения и планирование шагов для достижения поставленных целей.

## 5. Здоровый образ жизни:

- изучение новостей науки о здоровом образе жизни, наряду с регулярными прогулками на свежем воздухе, здоровым питанием и достаточным сном;
- изучение техник самомассажа.

## 6. Развитие когнитивных функций:

- тренировка памяти и внимания через использование игр и задач;
- изучение техник улучшения когнитивных функций;
- обучающий контент о важности умственной деятельности для поддержания психической гибкости.

## 7. Упражнения для улучшения координации движений и двигательной активности.

Эффективность занятий оценивалась при помощи опросника «Самочувствие, активность, настроение» (Сапожникова, 2015). На онлайн-платформе «Google формы» была сформирована электронная версия опросника, респондентам сгенерированы и направлены ссылки. Для ответов респонденты использовали индивидуальные портативные устройства. Обработка результатов осуществлялась в режиме реального времени. Результаты анкетирования и тестирования были консолидированы в базе данных в формате электронной таблицы. Во время занятия были даны необходимые инструкции по заполнению опросника.

Сложность проведения данного исследования заключалась в частой смене аудитории. В результате были обработаны результаты исследования 53 респондентов, участников занятий, которые занимались больше года и нашли время на заполнение опросника.

Сравнительный анализ показал достоверные изменения в самочувствии ( $p=0,008$ ), активности ( $p=0,014$ ) и настроении ( $p=0,003$ ) участников программы после ее прохождения. Более сильно изменился показатель настроения.

Полученные результаты говорят о том, что психокоррекционные занятия для пожилых являются эффективным инструментом в поддержании их психического здоровья и улучшении качества жизни. Они позволяют им справиться с возрастными изменениями, сохранить активность и ощущение собственной ценности, а также научиться преодолевать эмоциональные трудности и улучшать свое самочувствие. Регулярные занятия способствуют закреплению положительных ощущений и переходу от исправления психоэмоционального состо-



яния к формированию спокойного и уравновешенного восприятия окружающего мира.

Психокоррекционная программа с формированием группы единомышленников, описанная в данной статье, представляет собой эффективный и перспективный подход к обучению и развитию, который обеспечивает устойчивое общение, взаимодействие и взаимоподдержку участников процесса. Кроме того, занятия, входящие в программу, предоставляют возможность обмена опытом и знаниями между ее участниками: каждый может внести свой личный вклад и поделиться своими идеями и достижениями, что способствует коллективному росту и развитию.

### Литература

- Валиева А. Б., Токатлыгиль Ю. С.* Особенности переживания старости мужчинами и женщинами пожилого возраста // Вестник Курганского государственного университета. 2018. № 3 (50). С. 30–33.
- Жучкова С. М.* Технологии психосоциальной работы по повышению удовлетворенности жизнью пожилых людей // Ученые записки. 2012. № 6 (106). С. 158–165.
- Колобова С. В.* Особенности структуры личностного потенциала у пожилых людей // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. № 3 (107). С. 74–78.
- Колобова С. В., Ичитовкина Е. Г.* Индекс жизненной удовлетворенности пожилых людей // Вестник Тверского государственного университета. Сер. «Педагогика и психология». 2023. № 2 (63). С. 5–12.
- Новиков А. С.* Феномен переживания «второй молодости» в пожилом возрасте: анализ автобиографических источников // Вестник РГГУ. Сер. «Психология. Педагогика. Образование». 2019. № 2. С. 144–166.
- Сапожникова Т. И.* Социогеронтологическая характеристика пожилого возраста и старения как этапа жизненного цикла // Ученые записки Забайкальского государственного университета. 2015. № 4. С. 166–171.

## Роль сна в представлении о старении взрослого человека\*

*К. М. Крупина*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Исследование направлено на изучение роли сна в представлении о старении. Проверялись гипотезы о том, что низкое качество сна и его последствия для общего состояния организма способствуют негативному представлению о старении; осознанный образ жизни, соблюдение режима отдыха и восстановления способствуют конструктивному представлению о старении. Выборка из 139 респондентов была поделена на три группы в зависимости от осознанности подхода к образу жизни. Выяснилось, что с возрастом респонденты чаще прибегают к дневному сну. Показана неоднозначная связь дневного сна и образа жизни с представлением о старении. Дневной сон в сочетании с негативными последствиями качества сна усиливают параметры негативного представления о старении. Осознанный подход к образу жизни способствует пониманию того, какие изменения, происходящие с режимом сна, отдыха и восстановления, являются следствием старения, а какие — связаны с ним косвенно.

*Ключевые слова:* образ жизни, качество сна, дневной сон, негативные последствия качества сна, представление о старении, качество жизни.

В связи с необходимостью поиска методов улучшения качества жизни человека в пожилом возрасте в рамках социально-демографической тенденции, характеризующейся активным старением населения, внедрение превентивных мер, направленных на укрепление и поддержание здоровья во взрослом возрасте, представляется целесообразным. Одним из значимых параметров, связанных с образом жизни, выступает восприятие старения (Levy, Myers, 2004), которое влияет на различные показатели физического и психического здоровья (Brothers et al., 2021). Для улучшения качества жизни в пожилом возрасте через позитивное восприятие старения необходимо на ранних этапах взрослости формировать более осознанное, конструктивное представление о старении. Вполне вероятно, что конструктивный взгляд на старость в более раннем возрасте позволит внести в образ жизни изменения, направленные на укрепление организма и формирование более осознанного подхода к образу жизни.

Сон является важным аспектом образа жизни человека. В современном мире с быстрым ростом технологий проблемы, связанные

---

\* Проект поддержан грантом РФФ № 22-28-00869.

со сном, становятся все более распространенными. Несмотря на значительное количество исследований, посвященных изучению роли сна для здоровья и качества жизни человека, на сегодняшний день эта область знания требует дальнейших, в том числе междисциплинарных, исследований, так как некоторые аспекты данного феномена изучены мало (Strandberg et al., 2024). Лонгитюдное исследование Т. Э. Страндберга (T. E. Strandberg) с коллегами показало, что продолжительность сна у мужчин в период взрослости и старения может быть связана с риском смертности от различных причин. При этом риск смертности при более коротком сне (менее 6 часов) для взрослого мужчины связывают с поддержанием нездорового образа жизни, включающего вредные привычки, высокий индекс массы тела и низкую самооценку здоровья, а в пожилом возрасте негативные последствия в данном ключе имеет продолжительный сон (более 8 часов) (Strandberg et al., 2024). Метаанализ исследований, рассматривающих связь между продолжительностью сна и смертностью, показал аналогичные результаты: для людей, которые имеют более короткий или продолжительный сон, риск смертности выше, чем для людей, спящих ночью по 7–8 часов (Gallicchio, Kalesan, 2009).

При этом результаты исследования П. Эйбиха свидетельствуют о том, что продолжительность сна после выхода на пенсию растет (Eibich, 2015). Длительный сон также связывают с различными заболеваниями. Нарушения сна, в том числе бессонница, нарколепсия, храп, повышают риск возникновения болезней сердечно-сосудистой системы; продолжительность сна более 9 часов повышает риск возникновения рака (Тао et al., 2021). Низкое качество сна исследователи связывают с головокружением (Ноерпел et al., 2023). Короткий сон связывают с риском деменции у женщин (Wong et al., 2023). Кроме того, некоторые исследования свидетельствуют о связи дневного сна и деменции (Palpatzis et al., 2022). Однако результаты разных исследований в этой области носят противоречивый характер. Э. Т. Вонг с коллегами предполагает, что связь обусловлена дневной сонливостью, которая часто наблюдается у людей, страдающих деменцией, и приводит к дневному сну (Wong et al., 2023).

Таким образом, исследования свидетельствуют о значимости сна в структуре образа жизни человека. Поскольку образ жизни связан с восприятием старения, мы считаем важным изучение роли сна в части качественного содержания представления взрослого человека о старении. Мы предполагаем, что низкое качество сна и его последствия для общего состояния организма способствуют негативно-му представлению о старении, а осознанный образ жизни, соблюдение

режима отдыха и восстановления способствуют конструктивному представлению о старении.

*Цель* исследования заключается в изучении вклада особенностей сна (в том числе дневного сна, качества сна и последствий недосыпа) в представление о старении.

*Выборка* состояла из 139 респондентов ( $M = 57,63$ ;  $SD = 5,12$ ), проживающих в разных регионах РФ. Мы разделили их на три группы в зависимости от осознанности подхода к образу жизни в контексте будущего старения: 1 группа – те, кто не задумываются о связи образа жизни и старения (32 чел.); 2 группа – респонденты, периодически задумывающиеся об этом (52 чел.); 3 группа – задумывающиеся, так как считают, что предпочитаемый образ жизни может повлиять на самочувствие и активность в старости (57 чел.).

Использовались опросник «Восприятие старения» (The Ageing Perceptions Questionnaire (APQ), разработанный М. Баркер (Barker, 2007), анкета «Здоровое старение» (О. Ю. Стрижицкая) и анкета для изучения особенностей сна.

Обработка осуществлялась при помощи статистического пакета программ SPSS v. 23, Excel, AMOS v. 23. Применялись следующие методы математической статистики: описательная статистика, однофакторный дисперсионный анализ ANOVA, многофакторный дисперсионный анализ MANOVA, структурное моделирование.

Сравнительный анализ параметров сна в возрастных группах позволил выявить тенденцию по увеличению частоты обращения к дневному сну ( $F = 2,573$ ;  $p = 0,08$ ) с возрастом. Респонденты старшей возрастной группы (60–68 лет) обращаются к дневному сну чаще, в сравнении с самими молодыми участниками исследования (45–55 лет).

Результаты анализа параметра «дневной сон» в возрастных группах с учетом осознанности подхода к образу жизни с помощью многофакторного дисперсионного анализа (MANOVA) также позволяют говорить о влиянии фактора «возраст» ( $\lambda = 0,947$ ;  $p = 0,324$ ) на дневной сон ( $F = 3,097$ ;  $p = 0,049$ ). Представители 1 (не задумывающиеся о последствиях образа жизни для старения) и 2 групп (те, кто задумываются периодически) начинают обращаться к дневному сну более часто в период 60–68 лет, а респонденты 3 группы (задумывающиеся об образе жизни) обращаются к дневному сну преимущественно в 56–59 лет, затем показатель дневного сна, наоборот, снижается. Также было установлено, что фактор «возраст и подход к образу жизни» ( $\lambda = 0,739$ ;  $p = 0,616$ ) оказывает влияние на параметры представления о старении «отрицательный контроль» ( $F = 2,717$ ;  $p = 0,033$ ) и «положительные последствия» ( $F = 2,490$ ;  $p = 0,047$ ). С возрастом осознан-

ный подход может способствовать пониманию того, в какой степени режим отдыха и восстановления является последствием старения или же зависит от образа жизни.

Для определения роли сна в контексте представления о старении мы применили подход моделирования структурными уравнениями (SEM). Модель пути позволила обнаружить влияние параметра «возраст» на дневной сон, который повышает негативные «последствия» недосыпа для организма. Ощутимые последствия сна способствуют более негативному эмоциональному представлению о старении, и усиливаются параметром «отрицательный контроль». Такой механизм приводит к пониманию негативных последствий старения для жизни, что подкрепляет трудности со сном и более редкое обращение к деятельности, стимулирующей психику, в повседневной жизни (например, чтение, письмо, обучение новым видам деятельности и др.). Это, в свою очередь, снижает качество сна. Однако параметр «оптимизм и адаптивность», предполагающий оптимистичный взгляд и наличие целей в жизни, способствует повышению качества сна через влияние на параметр «сон и стимуляция психики». Т. е. обращение к дневному сну в более позднем возрасте приводит к ухудшению общего состояния организма, проявляющемуся в виде последствий некачественного сна, что делает представление о старении негативным и повышает шансы отказа от деятельности, стимулирующей психику, таким образом, снижая качество сна. При этом наличие целей в жизни и оптимистичный взгляд способны оказать позитивный эффект, что будет проявляться в обращении к деятельности, стимулирующей психику, и качество сна будет повышаться. Критерии данной модели находятся в допустимых пределах, что свидетельствует об эмпирическом подтверждении ( $\chi^2 = 20,442$ ;  $df = 27$ ;  $p = 0,812$ ; CFI = 1,000; GFI = 0,977; RMSEA = 0,000; PCLOSE = 0,971).

Обзор исследований сна при нормальном старении, проведенный Дж. Ли с коллегами, показывает, что с возрастом (до 60–65 лет) некоторые его параметры, такие как режим, качество и продолжительность, ухудшаются, время дневного сна увеличивается (Li et al., 2017). Исследователи отмечают, что изменения сна могут быть вызваны различными причинами, в том числе привычками, изменениями в образе жизни, заболеваниями (ibid.). При этом пожилые люди могут принимать эти изменения как нормальные, связанные со старением. Таким образом, негативное эмоциональное представление о старении у взрослых в результате последствий несоблюдения режима сна может быть вызвано тем, что ухудшение качества сна люди объясняют старением и воспринимают соответствующие

изменения как нормальные, естественные, не пытаюсь повлиять на них. В случае отсутствия попыток для устранения существующих проблем со сном через изменение образа жизни, последующее снижение качества сна в полученных нами результатах, вполне объяснимо.

Наше исследование показало, что особенности режима отдыха и восстановления, которые связаны с частым обращением к дневному сну, с возрастом приводят к более негативному представлению о старении. Параметр «дневной сон» запускает механизм негативного представления о старении, при этом с возрастом респонденты с менее осознанным подходом к образу жизни обращаются к нему чаще. Негативное эмоциональное представление о старении снижает шансы на включение в образ жизни деятельности, которая может способствовать устранению проблем со сном, делая качество сна еще более низким. Осознанный подход к образу жизни способствует более конструктивному представлению о старении как в части положительных его последствий, так и убежденности в трудности контроля над жизнью. Мы полагаем, что дальнейшие исследования влияния сна на особенности представления о старении в контексте образа жизни могут быть перспективными и внести вклад в понимание формирования представления о старении у взрослых посредством предпочитаемого образа жизни.

Полученные результаты могут быть использованы при разработке программ по улучшению качества жизни в период взрослости и старения.

### Литература

- Barker M., O'Hanlon A., McGee H. M., Hickey A., Conroy R. M.* Cross-sectional validation of the Aging Perceptions Questionnaire: a multidimensional instrument for assessing self-perceptions of aging // *BMC Geriatr.* 2007. V. 7. Iss. 9. doi: 10.1186/1471-2318-7-9
- Brothers A., Kornadt A. E., Nehr Korn-Bailey A., Wahl H.-W., Diehl M.* The effects of age stereotypes on physical and mental health are mediated by self-perceptions of aging // *The Journals of Gerontology: Series B.* 2021. V. 76 (5). P. 845–857. doi: 10.1093/geronb/gbaa176
- Eibich P.* Understanding the effect of retirement on health: Mechanisms and heterogeneity // *Journal of Health Economics.* 2015. V. 43. P. 1–12. doi: 10.1016/j.jhealeco.2015.05.001
- Gallicchio L., Kalesan B.* Sleep duration and mortality: A systematic review and meta-analysis // *Journal of Sleep Research.* 2009. V. 18. P. 148–158. doi: 10.1111/j.1365-2869.2008.00732.x

- Hoepel S.J. W., Jouvencel A., van Linge A., Goedegebure A., Altena E., Luik A. I.* Sleep and dizziness in middle-aged and elderly persons: A cross-sectional population-based study // *Sleep Epidemiology*. 2023. V. 3. Article 100066. doi: 10.1016/j.sleep.2023.100066
- Levy B. R., Myers L. M.* Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging // *Preventive Medicine*. 2004. V. 39 (3). P. 625–629. doi: 10.1016/j.ypmed.2004.02.029
- Li J., Vitiello M. V., Gooneratne N. S.* Sleep in normal aging // *Journal of Clinical Sleep Medicine*. 2018. V. 13 (1). P. 1–11. doi: 10.1016/j.jsmc.2017.09.001
- Palpatzis E., Bass N., Jones R., Mukadam N.* Longitudinal association of apolipoprotein E and sleep with incident dementia // *Alzheimer's & Dementia: The Journal of the Alzheimer's Association*. 2022. V. 18 (5). P. 888–898. doi: 10.1002/alz.12439
- Strandberg E. T., Pitkälä K. H., Kivimäki M.* Sleep duration in midlife and old age and risk of mortality over a 48-year follow-up: The Helsinki businessmen study (HBS) cohort // *Maturitas*. 2024. V. 184. doi: 10.1016/j.maturitas.2024.107964
- Tao F., Cao Z., Jiang Yu., Fan N., Xu F., Yang H., Li S., Zhang Yu., Zhang X., Sun L., Wang Ya.* Associations of sleep duration and quality with incident cardiovascular disease, cancer and mortality: A prospective cohort study of 407,500 UK biobank participants // *Sleep Medicine*. 2021. V. 81. P. 401–409. doi: 10.1016/j.sleep.2021.03.015
- Wong A. T. Y., Reeves G. K., Floud S.* Total sleep duration and daytime napping in relation to dementia detection risk: Results from the million women study // *Alzheimer's & Dementia: The Journal of the Alzheimer's Association*. 2023. V. 19. P. 4978–4986. doi: 10.1002/alz.13009

## **О взаимосвязи мудрости и самооценки личности**

*Н. Н. Мехтиханова*

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, Ярославль

В статье описываются идеи Л. И. Анцыферовой по проблеме мудрости, как дополняющие зарубежные теории, так и новые, выдвинутые лично ею. Кратко излагаются составляющие процессуального подхода к исследованию мудрости. Одной из проблем является проблема самооценки мудрого человека, что становится очевидным из наследия К. Г. Юнга. Приводятся результаты эмпирического исследования самоотношения лиц с различными уровнями мудрости. Для проведения исследования

была сформирована выборка численностью 228 человек различных возрастов (от 18 до 45 лет), 17 мужчин и 221 женщина. Используются методика для измерения уровня мудрости (Н. Н. Мехтиханова) и Тест-опросник самооотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантилеев). Показано, что мудрость положительно взаимосвязана с самооотношением и самооценкой личности. Мудрый человек адекватно оценивает и принимает себя.

*Ключевые слова:* составляющие мудрости, процессуальный подход, самооценка, самооотношение, мудрость.

Л. И. Анцыферова одной из первых в отечественной психологии обратилась к проблеме мудрости. Это было не просто описание существовавших на тот момент времени зарубежных теорий, но их глубокое авторское осмысление и дополнение. Так, в статье «Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека», ставшей знаковой для нашей отечественной науки, Л. И. Анцыферова добавляет к характеристикам, описывающим данный феномен в зарубежной психологии, еще несколько, как она их называет, свойств мудрости (Анцыферова, 2004). Прежде всего это сложно организованный дар антиципации, дар распознавания тенденций роста и преобразования жизни людей. Именно этим даром прогнозирования в отношении развития науки обладала и сама Л. И. Анцыферова, тонко чувствующая и понимающая научные процессы и задавшая тенденции во многих современных психологических направлениях.

Не менее ценным представляется и формулирование Л. И. Анцыферовой процессуального подхода в исследовании мудрости. Он означает изучение этапов мудрого решения, описание обстоятельств (условий) проблемной ситуации, каковой является сложная жизненная проблема, и т. д. (Анцыферова, 2004).

Л. И. Анцыферова пишет, что иногда мудрость заставляет человека остановиться в своих действиях на этапе мудрого суждения. Это суждение может не высказываться вслух в случае его неуместности, тогда мы имеем дело с феноменом «мудрого молчания». Если решение действовать принято, но успехов в совладании с трудной ситуацией нет, то человек должен напрячь «умную волю», чтобы заново сформулировать проблему, наметить новый план или отложить ее решение до лучших времен. Здесь необходимо задействовать качество «упрямого движения к цели», преодоления, преобразования. Фактически Л. И. Анцыферова описывает заключительный этап мудроподобной умственной деятельности, интерес к которому в зарубежной психологии появился только спустя почти два десятилетия и который обозначается как модели мудрого поведения (там же).



Анализируя личность и творчество К. Г. Юнга, Л. И. Анцыферова ставит проблему самооценки выдающегося ученого: тот не признавал себя мудрым человеком, хотя окружающие единодушно говорили ему об этом (там же). На наш взгляд, неоднократное упоминание Л. И. Анцыферовой этого факта не случайно и демонстрирует сложность проблемы самоотношения, самооценки личности, особенно личности выдающейся, мудрой. Конечно, речь не идет о действительно заниженной самооценке Юнга или о его попытке продемонстрировать свою скромность. Скорее всего, Юнг, осознавая диалектичность бытия, относительность, неопределенность и изменчивость мира, старался понять себя, оценить проявления собственной мудрости как непостоянные. В более общем плане этот биографический факт подтверждает ситуативную природу мудрости, что также отмечает Л. И. Анцыферова и что является в настоящее время общепризнанным (Grossmann et al., 2020).

Проблема самооценки приобрела особую значимость и в контексте методов изучения мудрости (Мехтиханова, 2022). Опросные методы, очень широко используемые в психологии в целом и при изучении мудрости, в частности, и основаны на самооценке. Они удобны и экономичны, надежны и валидны с точки зрения психометрики, но многие ученые указывают на их серьезные ограничения. Как отмечается, измерение понятий, включающих самокритику, создает важный парадокс: относительно неразумные люди могут назвать себя мудрее, чем мудрые люди, которые остро осознают свои ограничения. Мудрый человек рассматривается как скромный человек и поэтому может не выставлять напоказ свою мудрость (Мехтиханова, 2022; Glück, 2018). Он осознает свои опыт, знания, возможности и, как правило, честен с собой и другими. Предпринимаются попытки устранить эту проблему (Ardelt, 2003). В то же время очевидно, что испытуемых напрямую не просят оценить их уровень мудрости, как не спрашивают и про уровень нейротизма или интровертированности.

Вопрос о самооценке мудрого человека представляет и большой научный интерес. В одной из наших работ изучались современные житейские представления о мудрости. Скромность — качество, безусловно, связанное с самооценкой — оказалось на десятом месте в перечне характеристик мудреца (Мехтиханова, 2023). Вместе с тем нам практически не встретились исследования взаимосвязи сфер самоотношения и мудрости. Эмпирическое изучение этой взаимосвязи и стало целью нашей работы. (Отметим, что в задачи данной статьи не входят дифференциация и теоретическое обсуждение понятий «са-

моотношение» и «самооценка», их разграничение проводилось с помощью использования различных методик.)

Для проведения исследования была сформирована выборка численностью 228 человек различных возрастов (от 18 до 45 лет), из которых 17 мужчин и 221 женщина.

В ходе работы были использованы Методика для измерения уровня мудрости Н. Н. Мехтихановой и Тест-опросник самооотношения В. В. Столина и С. Р. Пантилеева.

Для математической обработки данных применялись U-критерий Манна–Уитни и ранговый коэффициент корреляции Спирмена. Статистическая обработка полученных результатов проводилась с помощью пакета прикладных программ Statistica.

Вся выборка была поделена на две полярные группы по уровню мудрости. При помощи сравнительного анализа с применением U-критерия Манна–Уитни проведено сравнение показателей этих групп испытуемых.

По опроснику самооотношения выявлены различия практически по всем шкалам при достоверности различий  $p < 0,001$ . Так, различия установлены по шкалам «внутренней последовательности», «самопонимания», «самоуверенности», «аутосимпатии». Это доказывает, что более мудрым испытуемым свойственны понимание себя, адекватная оценка себя и своих способностей, умение видеть свои слабые и сильные стороны, уверенность в себе, а также умение контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным.

Шкала аутосимпатии определяется в опроснике как дружелюбность или враждебность к собственному Я, в нее вошли пункты, касающиеся самопринятия, самообвинения. Более мудрым людям свойственно одобрение себя в целом, доверие к себе и позитивная самооценка. Для менее мудрых более характерно самообвинение: видение в себе преимущественно недостатков, низкая самооценка, презрение к самому себе, издевки и вынесение самоприговоров («Так тебе и надо!»).

Согласно результатам по шкале ожидания положительного отношения других, более мудрым людям свойственно ждать позитивного отношения к себе от других людей. Мудрые люди имеют позитивно окрашенное отношение к миру, поэтому для них свойственна вера в то, что в мире больше добра, чем зла, они в первую очередь заботятся о благополучии окружающих.

Шкала самоинтереса отражает меру близости к самому себе, в частности, интерес к собственным мыслям и чувствам, уверенность в интересе к себе со стороны других, что также свойственно более мудрым людям.

Корреляционный анализ данных всей выборки, проведенный с помощью рангового коэффициента Спирмена, позволил выявить следующие статистически значимые взаимосвязи. Мудрость достоверно (уровень значимости  $p < 0,001$ ) взаимосвязана с интегральной шкалой самооотношения ( $r = 0,72$ ), шкалой самоуважения ( $r = 0,70$ ), шкалой аутосимпатии ( $r = 0,56$ ), шкалой ожидания положительного отношения других ( $r = 0,55$ ), шкалой самоинтереса ( $r = 0,56$ ), шкалой самоуверенности ( $r = 0,63$ ), шкалой ожидания отношения других ( $r = 0,53$ ), шкалой самопринятия ( $r = 0,53$ ), шкалой самопоследовательности ( $r = 0,41$ ), шкалой самообвинения ( $r = 0,42$ ), шкалой самоинтереса ( $r = 0,56$ ), шкалой самопонимания ( $r = 0,57$ ). Таким образом, мудрость положительно взаимосвязана практически со всеми характеристиками самооотношения, за исключением самообвинения. Полученные результаты, с одной стороны, были изначально ожидаемыми, но в то же время позволили доказать, что мудрый человек способен к пониманию и оцениванию себя. Непризнание своей мудрости, как в случае с К. Г. Юнгом, может быть обусловлено не самоотношением, а другими факторами.

Итак, работы Л. И. Анцыферовой представляют лучшие традиции отечественной психологии и по сей день являются неисчерпаемым источником новых идей, направлений и мотивов для психологических исследований. Итоги нашего эмпирического исследования можно кратко сформулировать следующим образом: мудрость положительно взаимосвязана с самооотношением и самооценкой личности; мудрый человек адекватно оценивает и принимает себя.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Мудрость и ее проявления в разные периоды жизни человека // Психологический журнал 2004. Т. 25. № 3. С. 17–24.
- Мехтиханова Н. Н.* Разработка русскоязычной методики диагностики мудрости // Вестник Российского университета дружбы народов. Сер. «Психология и педагогика». 2022. Т. 19. № 4. С. 839–861. doi: 10.22363/2313-1683-2022-19-4-839-861
- Мехтиханова Н. Н.* Психометрическая оценка методики диагностики мудрости // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 6 (135). С. 132–142. doi: 10.20323/1813-145X\_2023\_6\_135\_132.
- Ardelt M.* Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale // Research on Aging. 2003. V. 25 (3). P. 275–324. doi: 10.1177/0164027503025003004
- Glück J.* Measuring wisdom: existing approaches, continuing challenges and new developments // The Journals of Gerontology: Series B. 2018. V. 73 (8). P. 1393–1403. doi: 10.1093/geronb/gbx140

Grossmann I., Weststrate N. M., Ardeli M., Brienza J. P., Dong M., Ferrari M., Fournier M. A., Hu C. S., Nusbaum H. C., Vervaeke J. The science of wisdom in a polarized world: Knowns and unknowns // *Psychological Inquiry*. 2020. V. 31 (2). P. 103–133. doi: 10.1080/1047840x.2020.1750917

## **Феномен поступающего мышления в философско-психологическом дискурсе о личности**

*Н. И. Нелюбин*

Омский государственный педагогический университет, Омск

Целью статьи является осмысление феномена «поступающее мышление» в контексте философско-психологического дискурса о личности. Постижение многомерной феноменологии личности включает поиск ее атрибутивных свойств. В качестве одного из них, с подачи М. М. Бахтина, можно рассмотреть поступающее мышление. Решение личностью задач по преодолению противоречий этического, экзистенциального порядка (Л. И. Анцыферова считала их вершиной личностного аспекта мышления), предполагает актуализацию таких мыслительных актов, которые переживаются как поступок. В них обнаруживается единство этических, эстетических и рациональных оснований мышления личности. В содержательно-смысловом и пространственно-временном планах мысль-поступок является целостной единицей анализа конкретно-исторического бытия личности.

*Ключевые слова:* личность, поступок, мышление, мысль, поступающее мышление, бытие.

Вопрос постижения многомерной феноменологии личности, форм личностного бытия в условиях возрастания транзитивности современного мира, умножения социокультурных контекстов, адаптации к смешанной реальности, вызывает у современных исследователей оживленный интерес. Особую актуальность приобретает задача, связанная с концептуализацией атрибутивных свойств личности, представленных в философском, психологическом и в литературном дискурсе. В чем обнаруживается полнота личностного бытия? Что является центральной единицей его анализа? Где проходит грань между формами личностного и квазиперсонального бытия? Подобные вопросы возникают всякий раз, когда осмысление феноменологии бытия личности ведется за рамками формального, тер-

минологического анализа, когда предпринимается попытка охвата аксиологического и экзистенциального аспектов присутствия личности в мире.

В концептосфере той или иной теории личности (на уровне ее центральной области) описываются ее атрибутивные свойства, которые позволяют придать общей концепции связующее начало. Этим объясняется интерес персонологов к решению задачи по определению и пересмотру главных свойств личности. Ранее мы уже проводили обзор наиболее устоявшихся в современной отечественной психологии атрибутивных характеристик личности. К ним следует отнести следующие: меру представленности и осмысленности общественных отношений в сознании индивида, степень соподчиненности деятельности и мотивов (А. Н. Леонтьев); степень реализации потребности в персонализации и неадаптивной активности (А. В. Петровский; В. А. Петровский); уровень развития смысловой сферы личности, степень реализуемости личностных ценностей (Б. С. Братусь, Д. А. Леонтьев); способность к порождению смыслообразующих мотивов и ценностей в ситуациях жизненного выбора (А. Г. Асмолов); степень реализации и согласованность свободы, ответственности и самостоятельности (А. А. Тюков); способность к самодетерминации (Д. А. Леонтьев) (подробнее см.: Нелюбин, 2017).

Указанные свойства во многом предопределяют характер совершаемых личностью поступков, обнаруживают себя в их психологическом содержании и этической направленности. Поступок является формой необратимого, свободного проявления этих качеств под знаком нравственно-этической самодетерминации. Актом совершения поступка личность преодолевает внешнюю детерминированность своего поведения, выходит за рамки его адаптивной и утилитарной целесообразности. Отсюда личности вполне можно дать компактное метафорическое определение: «хозяин поступков» (Фромм, 2009). При экспликации феноменологической «картины» отчуждения человека от экзистенциальных оснований самобытия Э. Фромм отмечал: «Он как бы „отстраняется“, отделяется от себя. Он перестает быть центром собственного мира, хозяином своих поступков; наоборот — эти поступки и их последствия подчиняют его себе, им он повинется и порой даже превращает их в некий культ» (там же, с. 97). Это чрезвычайно важное замечание позволяет увидеть разницу между «хозяином» и «заложником» поступков. В первом случае поступки являются следствием осмысленной и зрелой делиберации возможностей, рисков, мотивов, во втором случае в человеке орудуют некие слепые мотивационные силы или предвкусения славных свершений, в си-

лу чего происходит «слепой» или «ослепленный» поведенческий акт, без всякой этической необходимости.

Понятие «по поступок» в психологическом дискурсе чаще всего рассматривается под углом социально-психологического анализа вопроса самоопределения личности в этически неоднозначных ситуациях межличностного взаимодействия, сопряженных с принятием ответственности за свободное выражение своей нравственной позиции. Поступок здесь выступает в качестве единицы социального поведения личности, которое регулируется принятыми, осознаваемыми моральными нормами и этическими принципами. Реже поступок рассматривается как драматичный интрапсихический процесс переживания и разрешения человеком этической дилеммы, связанной с внутриличностным выбором. Этот выбор личность совершает в ходе напряженной работы по делиберации ценностей, мотивов и конфликтных смыслов Я в контексте экзистенциально-феноменологического плана бытия. Здесь центр переживаемой драмы смещается с социальной ситуации бытия личности на событийную. В какой-то мере здесь можно провести аналогию с различием объективной и субъективной сторон в социальной ситуации развития.

Еще реже в качестве особого онтологического пространства совершения поступков рассматривается мышление. Первоначально это было новшеством литературной критики, перешедшим в психологический дискурс благодаря интеграции идей М. М. Бахтина в методологический базис постнеклассической психологии. Благодаря его ранним работам стало понятно, что центр тяжести личностного бытия лежит не столько в мире социальных связей и общественных отношений, сколько в мире (точнее, в его особом онтологическом измерении) поступков. Саму жизнь личности следует понимать как пространство-время «ответственного рискованного открытого становления-поступка» (Бахтин, 2003, с. 13). В этом концентрированном определении жизни, сформулированном в 1920-е годы, проступают концептуальные контуры основных положений постнеклассической психологии: примат становления над завершенностью; самодетерминация как способ развития личности; постижение человека как открытой, самоорганизующейся системы.

Примечательно, что акцент делается на «становлении-поступке», а не на результате, последствиях поступка. Личность интересна в процессе вызревания поступка, в феноменологическом «эпицентре» сомнения, в процессе нарастания напряжения и достижения апогея внутренней драмы выбора. И здесь следует сказать, что личность определяется в большей мере не последствиями поступка (и уж тем бо-

лее не полюсами его подкрепления), а тем, как она переживает наиболее значимые и переломные «моменты жизни-поступления» (связка М. М. Бахтина). Внутри этих моментов и происходит выделявание устойчивого этического почерка бытия личности, обретение ее подлинного лица. Уход от ответственных, рискованных становлений-поступков означает невозможность рождения этически полноценной, зрелой личности. Достаточно вспомнить всем известную строчку из «Баллады о борьбе» В. С. Высоцкого: «Значит, в жизни ты был ни при чем, ни при чем!». «Быть ни при чем» здесь фактически означает быть в стороне и от социального измерения поступка, и от его феноменологической проекции (не слышать голос совести). Эта ситуация двойного отчуждения или сознательного пребывания на «обочине жизненной онтологии» является довольно распространенной метапатологией современного человека.

Концепт «поступающее мышление», сформулированный М. М. Бахтиным, получил распространение в психологии благодаря замечательным работам В. П. Зинченко (Зинченко, 1998, 2002). Он наделял этот концепт статусом «живой метафоры», видел в нем значительную эвристическую ценность для психологии мышления и возможность для выхода за рамки объяснительных схем когнитивной психологии, не позволявших рассматривать мышление как житнетворческий акт. Л. И. Анцыферова подчеркивала, что: «...мышление, напряженная умственная работа – важнейшее психологическое основание жизни личности в мире» (Анцыферова, 2006, с. 68). В этом плане можно сказать, что жизнь личности центрирована не только на социально-психологическом измерении ее многомерного бытия, но и на феноменологическом измерении мышления. Жизнь личности в феноменологическом разрезе есть усилие по преодолению инерции квазимыслительного опыта (Мамардашвили, 2012). Феноменология поступка сопряжена с решением особых нравственных задач, носящих характер трудноразрешимых дилемм, не имеющих однозначного, верного ответа. С позиции Л. И. Анцыферовой, личностная сторона мышления во всей своей экзистенциальной полноте актуализируется в ситуациях решения подобных задач, когда нет готового морально оправданного и легитимного ответа (Анцыферова, 2006). Если развивать эту мысль далее, путем совмещения достаточно комплементарных идей А. Н. Леонтьева и С. Л. Рубинштейна, то можно заключить, что личностью индивид становится («выделяется»), решая «задачи на смысл» (Леонтьев, 1977), мысленно выводя себя из состояния эмпирической поглощенности жизнью, рефлексивно восходя к такому когитальному состоянию, в котором производится философское от-

ношение к собственной жизни, к тем противоречиям и дилеммам, которые порождаются ею (Рубинштейн, 1986).

«Каждая мысль моя с ее содержанием есть мой индивидуально ответственный поступок, — утверждал М. М. Бахтин, — один из поступков, из которых слагается вся моя единственная жизнь, как сплошное поступление, ибо вся жизнь в целом может быть рассмотрена как некоторый сложный поступок: я поступаю всю свою жизнь, каждый отдельный акт и переживание есть момент моей жизни-поступления» (Бахтин, 2003). Из представленного фрагмента рассуждения М. М. Бахтина следует, что: 1) и в содержательном, и в динамическом плане мысль есть поступок; 2) существует онтологическое соответствие между цепью мыслей-поступков и цепью жизненных событий человека; 3) мысль-поступок является целостной репрезентативной единицей анализа жизни (в понимании М. М. Бахтина). И далее он продолжает: «Эта мысль, как поступок, цельна: и смысловое содержание ее, и факт ее наличности в моем действительном сознании единственного человека, совершенно определенного и в определенное время, и в определенных условиях, т. е. вся конкретная историчность ее свершения, оба эти момента, и смысловой, и индивидуально-исторический (фактический) — едины и нераздельны в оценке ее как моего ответственного поступка» (там же, с. 8). Получается, всякая мысль-поступок релевантна (и в содержательно-смысловом, и в пространственно-временном планах) моменту конкретно-исторического бытия личности. Мысль-поступок является неустрашимым спутником события, переживаемого как ответственный «момент жизни-поступления». Топология индивидуально-исторической жизни и топология мышления личности синхронизируют и периодически сходятся в едином хронотопе, переживаемом как предельно напряженный и смыслонесущий момент жизни.

Согласно замечанию В. В. Бибихина, онтология мышления всегда сопряжена с онтологией поступка. Мысль переживается личностью как значимая единица его онтологического пространства лишь в той мере, в какой она содержит в себе возможность «расступиться в поступок» (Бибихин, 1998). Как отмечал М. М. Бахтин, акт поступающего мышления может быть совершен лишь при полном отказе личности от «алиби в бытии». Если это условие не выдерживается, то мышление вырождается в инструмент производства «пустых возможностей» и «неинкарнированных мыслей» (Бахтин, 2003, с. 41). По мере укоренения в практике участливого, ответственного, «эмоционально-волевого понимания бытия» у личности формируется и особое отношение к себе «как к единственному ответственно посту-



пающему» (там же, с. 42). Как бы добавил М. К. Мамардашвили, необходимость такого мышления переживается как «необходимость себя», а само мышление приобретает характер «бытийно-личностного эксперимента» (Мамардашвили, 2012, с. 111). В нем каждый раз испытывается способность личности к преодолению инерции отчужденной, утилитарной рассудочности, способность к преобразованию ситуации мышления в онтологическое пространство мысли-поступления.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Бахтин М. М.* Собрание сочинений: В 7 т. Т. 1. Философская эстетика 1920-х годов. М.: Русское слово, 1996–2003.
- Бибихин В. В.* Узнай себя. СПб.: Наука, 1998.
- Зинченко В. П.* Наука о мышлении (часть 1) // Психологическая наука и образование. 2002. № 1. С. 5–18.
- Зинченко В. П.* Психологическая педагогика: Материалы к курсу лекций. Часть I. Живое знание. Самара: Изд-во Самарского гос. пед. ун-та, 1998.
- Леонтьев А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1977.
- Мамардашвили М. К.* Вильнюсские лекции по социальной философии. (Опыт физической метафизики). СПб.: Азбука, 2012.
- Нелюбин Н. И.* Поступающее мышление как атрибут личностной формы бытия // Социальная психология личности и акмеология: Сборник материалов Международной научно-практической конференции / Под ред. Р. М. Шамионова, М. А. Кленовой. М.: Перо, 2017. С. 239–243.
- Рубинштейн С. Л.* Принцип творческой самодеятельности (К философским основам современной педагогики) // Вопросы психологии. 1986. № 4. С. 101–108.
- Фромм Э.* Отделение от себя // Кризис сознания: Сборник работ по «философии кризиса». М., 2009. С. 97–104.

## Индивидуальные ресурсы позитивного старения\*

Е. А. Никитина

Институт психологии РАН, Москва

Представленные результаты показывают, что уровень удовлетворенности жизнью в поздних возрастах не различается у женщин и мужчин, или у более самодостаточных или более ориентированных на социум респондентов, однако в выделенных подгруппах удовлетворенность жизнью связана с разными переменными. Для пожилых женщин на первом месте находятся показатели, отражающие включенность в социальные взаимодействия, для мужчин – важнее самооценка. В определенной мере это может быть связано с традиционными ролями представителей старшего поколения. Самодостаточность или ориентированность на социум также не определяют уровень психологического благополучия. В зависимости от принадлежности к подгруппам более самодостаточных или более социотропных респондентов у них на протяжении жизни формируются характерные ресурсы для достижения психологического благополучия и успешного старения.

*Ключевые слова:* Л. И. Анцыферова, позитивное старение, ресурсы, автономия, самодостаточность, одиночество, социальная поддержка.

Проблематика позитивного старения становится все более популярной темой современной науки и практики. Модели успешного старения включают в себя психологические, духовные, социально-экономические, физиологические и многие другие факторы. Например, трехкомпонентная модель, предложенная Дж. Роуэ и Р. Каном в 1997 г., подразумевала, что для пожилых людей достаточно избегать проблем со здоровьем, поддерживать физическую и интеллектуальную активность, быть включенным во взаимодействие с окружающими (Rowe, Kahn, 1997), однако продолжающиеся исследования привели авторов к необходимости учета ряда дополнительных параметров, связанных с организацией общества (Rowe, 2023).

Российские авторы также уделяют серьезное внимание широкому спектру вопросов позитивного старения – роли жизнестойкости (Щукина, Ширман, 2023), временной перспективы (Павлова, Сергиенко, 2020), продлению трудоспособности и самореализации пожилых людей, проблемам конструирования продуктивной старости (Стри-

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

жицкая, Петраш, 2022), профилактике эйджизма во всех его проявлениях, использованию пожилыми людьми цифровых технологий для общения и получения информации (Вдовина, Нгуен, 2023) и т. д.

Однако не следует забывать, что в России это направление научных исследований многим обязано работам Л. И. Анцыферовой, опубликованным в 1990-е годы и остающимся актуальными до сих пор. Бесспорно, и раньше человек позднего возраста становился объектом изучения. Рассматривая физиологические и психологические характеристики людей позднего возраста, Б. Г. Ананьев и его ученики уже в 1960-е годы писали о важности комплексного подхода в геронтопсихологии, о психофизиологии и индивидуальных проявлениях старения, о возрастной динамике интеллекта, трудоспособности и творческой продуктивности. Так, М. Д. Александрова отмечала, что «стареющего человека следует изучать как индивида с определенным набором психофизиологических свойств, как личность с присущими ей социальными ролями, ценностными ориентациями и статусом и, наконец, как индивидуальность, где все неповторимо связано со всем» (Александрова, 1974, с. 126). Однако только в работах Л. И. Анцыферовой изучение людей позднего возраста перестает быть холодным анализом ряда взаимосвязанных переменных и превращается в гуманистическое исследование развития думающего, чувствующего, более или менее успешно справляющегося с обычными или трудными жизненными условиями человека, способного либо превратить свою жизнь в «долгую теплую осень», либо смириться с прозябанием «в условиях суровой зимы» (Анцыферова, 1994). При этом выбор сценария делает сам человек, способный не только быть «свободным по отношению к своей исторически преходящей действительности, к давлению общества, его шаблонам», но и быть «подготовленным к тем новым задачам, которые характерны для поздних лет жизни, к изменению своего места в обществе, специфичным для старости трудным жизненным ситуациям» (Анцыферова, 1996, с. 61–63). С годами человек интегрирует целостный опыт своей жизни и становится способным рассматривать себя в системе новых связей. При этом оптимизм и активное отношение к жизни, базирующиеся на автономии и инициативе, способствуют продолжению поступательного развития в поздние годы, однако траектории и динамика такого развития могут быть существенно различными для людей, прошедших разные жизненные пути (там же).

Основываясь на идее Л. И. Анцыферовой о том, что «при оперировании средними данными не учитываются индивидуальные различия людей, которые предположительно заостряются на этапе позд-

ней взрослости» (Анцыферова, 2006, с. 315), в данном исследовании мы тестировали гипотезу о разнообразии ресурсов достижения удовлетворенности жизнью у людей позднего возраста. Были поставлены следующие задачи:

1. Сравнить уровень удовлетворенности жизнью у женщин и мужчин и выявить факторы удовлетворенности жизнью в подгруппах женщин и мужчин пожилого и старческого возраста.
2. Выявить факторы удовлетворенности жизнью у респондентов с разным уровнем самодостаточности.

В исследовании приняли участие 100 респондентов в возрасте от 60 до 88 лет (76% женщин), жителей Москвы и Московской области, с сохранными когнитивными функциями (не менее 15 баллов по тесту SAGE), 32 человека продолжают трудовую деятельность, 68 – неработающие пенсионеры, 67 человек состоят в браке, 33 – овдовели или находятся в разводе, все участники исследования имеют детей, у 95 есть внуки.

Респондентам были предложены следующие методики: «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (в адаптации Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева), «Социотропность–самодостаточность» (О. Ю. Стрижицкой, М. Д. Петраш, И. Р. Муртазиной и Г. А. Вартамян), «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера, Шкалы самооценки интеллекта, внешности, характера и здоровья, Опросник социальной поддержки SOZU-22 (в адаптации А. Б. Холмогоровой, Н. Г. Гаранян, Г. А. Петровой). Также респонденты заполняли краткую анкету, содержащую ряд социодемографических вопросов.

Сравнение удовлетворенности жизнью женщин и мужчин с помощью критерия Манна–Уитни значимых различий не выявило ( $p=0,363$ ). Однако корреляционный анализ, выполненный отдельно в женской и мужской подвыборках, показал, что удовлетворенность жизнью у женщин связана с параметрами социальной поддержки (с эмоциональной поддержкой и с социальной интеграцией), с нахождением в браке, с совместным проживанием с детьми и внуками, а также с самооценкой интеллекта, характера и здоровья ( $p<0,05$ ). Для мужчин выявлены только положительные связи удовлетворенности жизнью со шкалами самооценки ( $p<0,05$ ).

Для решения второй задачи выборка делилась по медианным значениям самодостаточности ( $Me = 44$ ). Значимых различий в удовлетворенности жизнью между более самодостаточными и менее самодостаточными респондентами не обнаружено, однако в выделенных подгруппах удовлетворенность жизнью также имела разную струк-

туру корреляционных связей: для самодостаточных респондентов важными факторами удовлетворенности жизнью выступали самооценка интеллекта и характера, семейный статус, а также социальная интеграция. Представляется логичным обнаруженное отсутствие связей шкал одиночества с другими параметрами: для респондентов с более высоким уровнем автономии недостаток общения не вызывает неприятных переживаний, они ценят то, что имеют. Во второй подгруппе выявлены положительные корреляции удовлетворенности жизнью с самооценкой внешности и интеллекта и с эмоциональной поддержкой и отрицательная связь с зависимостью от общения. Для этих людей уединение, невозможность постоянного взаимодействия с другими оказывается болезненным и может оказываться серьезным фактором риска.

Итак, согласно полученным результатам, удовлетворенность жизнью в поздних возрастах не различается у женщин и мужчин, или у более самодостаточных или более ориентированных на социум респондентов, однако в выделенных подгруппах удовлетворенность жизнью связана с разными переменными. В основном эта структура связей сходна с результатами, полученными в других публикациях.

Для пожилых женщин на первом месте находятся показатели, отражающие включенность в социальные взаимодействия, для мужчин важнее самооценка. В определенной мере это может быть связано с традиционными ролями представителей старшего поколения: пожилая женщина – хранительница семьи, воспитывающая внуков и дающая поддержку детям и супругу, пожилой мужчина – опытный профессионал, сохраняющий представление о своем высоком статусе даже после выхода на пенсию. При этом близкие связи с окружающими оказываются важнее для женщин, поскольку служат восстановлению их эмоциональных ресурсов.

Самодостаточность или ориентированность на социум также не определяют уровень психологического благополучия: характерные ресурсы для достижения психологического благополучия и успешного старения формируются у членов этих подгрупп на протяжении жизни.

Наши результаты подтверждают необходимость индивидуализированного подхода к взаимодействию с людьми пожилого и старческого возраста, а также важность выбора методов работы, соответствующих конкретным потребностям респондентов.

### **Литература**

*Александрова М.Д.* Проблемы социальной и психологической геронтологии. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1974.

- Анциферова Л. И.* Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 3. С. 99–105.
- Анциферова Л. И.* Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 6. С. 60–71.
- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Вдовина М. В., Неуен Х. Х.* Использование пожилыми людьми цифровых технологий для здоровьесбережения: социологическое исследование в Хошимине // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. № 1 (105). С. 15–22.
- Павлова Н. С., Сергиенко Е. А.* Субъективное качество жизни, психологическое благополучие, отношение к временной перспективе и возрасту у пенсионеров, ведущих разный образ жизни // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. Т. 10. Вып. 4. С. 384–401. doi: 10.21638/spbu16.2020.401
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д.* Конструирование продуктивной старости // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1. С. 8–28. doi: 10.17759/cpp.2022300102
- Щукина М. А., Ширман Л. А.* Психологические предикторы удовлетворенности жизнью людей старшего возраста (на примере клиентов благотворительного фонда) // Национальный психологический журнал. 2022. № 1 (45). С. 15–29. doi: 10.11621/npj.2022.0102
- Rowe J. W., Kahn R. L.* Successful aging // The Gerontologist. 1997. V. 37. P. 433–440.
- Rowe J. W.* Successful aging: Evolution of a concept // Journal of Nutrition, Health and Aging. 2023. V. 27 (3). P. 194–195. doi: 10.1007/s12603-023-1098-1

## **Методика измерения трансцендентной и трансцендентальной временной перспективы в контексте проблем геронтопсихологии**

*А. С. Новикова*

Национальный исследовательский университет  
«Высшая школа экономики», Москва

Работа посвящена первичной апробации инструмента для измерения трансцендентной и трансцендентальной временной перспективы. Опросник направлен на исследование временной перспективы личности, вы-

ходящей за пределы индивидуального времени жизни. Методика может стать эффективным инструментом для исследования психологического благополучия и его факторов у людей старшего и пожилого возраста. В работе описаны психометрические показатели шкал на выборке 182 респондентов в возрасте от 35 лет, проживающих в России, имеющих и не имеющих опыт медитативной практики (39 и 143, соответственно). В результате подтверждена надежность обеих шкал. Обнаружены значимые различия по полу и между респондентами, занимающимися медитативными практиками, и между респондентами, не занимающимися ими. Представлены данные о внешней валидности методики. Методика открывает новые возможности для исследования проблем старения в ресурсной парадигме.

*Ключевые слова:* геронтопсихология, временная перспектива будущего, трансцендентная временная перспектива, трансцендентальная временная перспектива.

Геронтопсихология — это молодое направление в науке, возможно, одно из самых перспективных в настоящее время. Л. И. Анцыферова является основоположником отечественной геронтопсихологии. Ее взгляды на процесс старения и развитие личности актуальны и сегодня. Сегодня мы начинаем активно переживать последствия глобального процесса старения населения. Необходимы поиски ресурсов, которые смогут поддерживать психологическое благополучие и активность, субъектность у людей старшего и позднего возраста.

Л. И. Анцыферова выделяет типы продуктивного старения, которые сводятся к ориентации на духовно-нравственные отношения и творчество (Анцыферова, 2004). Для реализации таких стремлений личности важно обладать временной перспективой (далее — ВП), которая, возможно, выходит за пределы собственной жизни и продолжается после смерти. Подобная ориентация позволяет раскрыться стремлениям к творчеству как к способу оставить наследие после себя и духовно-нравственным ориентациям как реализации духовных смыслов (не обязательно религиозным). Существует достаточно много исследований, подтверждающих значимость ВП будущего для психологического благополучия людей в старшем и пожилом возрасте. Вероятно, возможность исследования ВП за пределами индивидуальной жизни позволит изучить различные типы продуктивного, позитивного старения.

Особое внимание в концепции Л. И. Анцыферовой уделяется понятию «потенциала развития» человека, который не исчерпывается к концу жизни. Возможно, данный инструмент также сможет отра-

жать «потенциал развития» в своей максимальной полноте, которую невозможно достичь только на протяжении жизни. Более того, вероятно, ВП будущего, выходящая за пределы индивидуального времени жизни, может быть исследована как ресурс психологического благополучия и устойчивости для людей позднего возраста. Измерение ВП может стать важным параметром для выделения траекторий продуктивного, позитивного старения.

Первую попытку операционализировать и исследовать трансцендентное будущее предприняли Дж. Бойд и Ф. Зимбардо в 1997 г. Они определили его как время после жизни, т. е. от смерти до вечности (Boyd, Zimbardo, 1997). Еще в 1999 г. они обратили внимание на методологическую проблему сложности исследования психологического времени, особенно когда мы выходим за пределы индивидуального времени жизни. В 1999 г. Л. Торнстам также обращает свое внимание к трансцендентности, сосредотачиваясь на процессе трансценденции в позднем возрасте. В 2005 г. он вводит понятие «геротрансценденции», подразумевая под ним изменения метаперспективы: переход от материалистического и рационального взгляда на мир к более целостному и трансцендентному.

Для исследования стратегий продуктивного старения, развития личности и ресурсов позднего возраста была разработана методика измерения трансцендентной и трансцендентальной временной перспективы будущего (ТТВПБ) (Timoszyk-Tomczak, Bugajska, 2019). Данное исследование посвящено первичной адаптации инструмента. Ожидается, что он окажется эффективным для измерения ВП будущего, выходящей за пределы жизни, и сможет стать инструментом анализа показателей продуктивного старения у людей старшего и пожилого возраста, показателей развития их личностей и возможных ресурсов позднего возраста.

Вдохновленные работами Л. Торнстама, Зимбардо и Бойда, К. Тимошик-Томчак и Б. Бугайска (С. Timoszyk-Tomczak, В. Bugajska) создали модель перспективы будущего в позднем возрасте (*ibid.*). По результатам исследования авторы разделили ВП в пожилом возрасте на личную (индивидуальную), поколенческую и метафизическую. Таким образом, авторы методики развели понятия трансцендентного и трансцендентального будущего. Трансцендентность рассматривается как размышления о времени после смерти с точки зрения личных образов (например, встреча с близкими, спасение), но не охватывает более «далекие» размышления большего масштаба (например, о будущем грядущих поколений или Вселенной). Трансцендентная ВП включает в себя индивидуальный и ближайший поколенческий ас-



пект (дети, внуки), а трансцендентальная, помимо этих, еще и метафизический аспект (связь со всей Вселенной и грядущие поколения за пределом своей семьи). Таким образом, трансцендентность и трансцендентальность могут дополнять друг друга или быть не связаны друг с другом.

Для конструирования методики авторы первоначально отобрали 36 пунктов, из которых половина относилась к трансцендентному, а половина к трансцендентальному будущему. После контент-анализа и лингвистической работы было оставлено 26 пунктов. В результате первичного исследования авторы выделили надежную двухфакторную модель опросника из 18 пунктов ( $\alpha$  Кронбаха для первого фактора составила 0,88, а для второго 0,81).

Внешняя валидность методики устанавливалась с помощью трех других методик, одна из которых – короткая версия польской адаптации опросника временной перспективы Зимбардо и Бойда. В результате трансцендентная ВП имела значимую корреляцию с позитивным прошлым ( $p=0,169$ ), негативным прошлым ( $p=0,187$ ), гедонистическим настоящим ( $p=0,275$ ) и будущим ( $p=0,148$ ). Однако трансцендентальная ВП не имела значимых корреляций ни с одной шкалой методики временной перспективы, что подтвердило дискриминативную точность инструмента.

Первичный этап русскоязычной апробации методики трансцендентной и трансцендентальной ВП охватил 182 респондента (71 мужчина и 111 женщины) в возрасте от 35 лет (средний возраст выборки составил 45 лет), с разным уровнем образования, с разным семейным положением, проживающих в разных городах России. Среди респондентов 39 имеют опыт медитативных практик. Опрос проводился в онлайн-формате. Статистическая обработка результатов осуществлялась в программе Jamovi v. 2.4.8.0.

На первом этапе были обнаружены значимые различия ( $p=0,046$ ;  $df=-2,013$ ) по t-критерию Стьюдента между выборкой мужчин и женщин по показателям шкалы трансцендентной ВП. Среднее значение по шкале трансцендентной ВП составило 22,4 для мужчин  $N=71$  ( $SD=7,3$ ;  $AS=-0,267$ ;  $E=-0,353$ ) и 24,4 для женщин  $N=111$  ( $SD=6,33$ ;  $AS=-0,304$ ;  $E=0,216$ ). Корреляционный анализ не выявил значимых связей между возрастом и показателями методики ( $N=182$ ;  $p=0,117$ ;  $p=0,626$ ).

Для первого фактора, в который вошли 8 пунктов,  $\alpha$  Кронбаха 0,881, а для второго фактора, включающего в себя 10 пунктов,  $\alpha$  Кронбаха 0,883. При удалении любого пункта, кроме первого, надежность шкал не повышается. Первый пункт не критичным образом повы-

шает значение  $\alpha$  Кронбаха. Было принято решение оставить данный пункт опросника. Таким образом, методика продемонстрировала достаточно высокий уровень надежности на российской выборке. Корреляция трансцендентной и трансцендентальной ВП предсказуемо высока ( $r=0,640$ ;  $p<0,001$ ).

В результате сравнительного анализа с использованием t-критерия Стьюдента для выборок людей, занимающихся медитативными практиками и не занимающихся ими, были обнаружены значимые различия по обеим шкалам: первые ( $N=39$ ;  $M=26,1$ ;  $SD=6,2$ ) продемонстрировали более высокие показатели по шкале трансцендентной ВП ( $N=143$ ;  $M=22,9$ ;  $SD=6,8$ ), а также по шкале трансцендентальной ВП ( $N=39$ ;  $M=35,3$ ;  $SD=6,21$ ) ( $N=143$ ;  $M=30,4$ ;  $SD=7,15$ ), по сравнению со вторыми.

Инструментами исследования внешней валидности методики стали шкала общей генеративности (Стрижицкая, Полякова, 2018), шкалы ориентации на учет последствий ближайшего будущего и отдаленного будущего (Нестик, 2020), шкалы методики воли к свободе/детерминизму: свободы, фаталистического детерминизма, непредсказуемости, научного детерминизма (Моспан, Леонтьев, 2021), шкалы ZTP1: негативного прошлого, позитивного прошлого, фаталистического настоящего, гедонистического настоящего и будущего (Сырцова и др., 2008). Почти все шкалы методик имеют нормальное распределение, поэтому для корреляционного анализа был использован коэффициент Пирсона. В результате обнаружены значительные ассоциации между показателями общей генеративности и трансцендентной ( $r=0,263$ ,  $p<0,001$ ) и трансцендентальной ( $r=0,422$ ,  $p<0,001$ ) ВП. Чем больше человек проявляет заботу о своем потомстве, стремится к творчеству и задумывается о будущем, тем более дальние ВП перед ним открываются.

Ориентация на отдаленное будущее сильно ассоциируется одновременно с обеими шкалами ВП: с трансцендентной ( $r=0,889$ ,  $p<0,001$ ) и трансцендентальной ( $r=0,869$ ,  $p<0,001$ ). Ориентация на ближайшее будущее коррелирует с трансцендентальной ВП ( $r=0,288$ ;  $p<0,001$ ) и с трансцендентной ВП, но менее значимо ( $r=0,188$ ;  $p=0,011$ ). Ориентация на будущее, как отдаленное, так и ближайшее, тем выше, чем больше проявлено мышление о будущем в целом, которое выходит за пределы индивидуального времени жизни.

Фаталистический детерминизм также ассоциируется ( $p<0,001$ ) с трансцендентной ( $r=0,477$ ) и трансцендентальной ВП ( $r=0,365$ ). Вера в свободу позитивно ассоциируется с трансцендентной ВП ( $r=0,235$ ,  $p=0,001$ ) и трансцендентальной ВП ( $r=0,379$ ,  $p<0,001$ ). Вероятно, высо-

кие ассоциации данных шкал в первую очередь объясняются наличием высоких значений веры, полученных в обеих методиках. Чем выше вера в свободу и в фаталистический детерминизм, тем больше размышлений о жизни после смерти, ее вечности, тем сильнее стремление заботиться о будущих поколениях. Научный детерминизм коррелирует только с трансцендентальной ВП ( $r=0,219$ ,  $p=0,003$ ). Чем выше вера в научный детерминизм, тем больше человек думает не столько о встрече с близкими после смерти, сколько о продолжении жизни этой планеты, грядущих поколениях. Непредсказуемость не имеет значимых корреляций со шкалами методики. Вероятно, вера в непредсказуемость никак не связана с ВП, выходящей за пределы темпоральности.

Негативное прошлое не коррелирует вовсе со шкалами методики (в отличие от результатов авторов методики на короткой версии опросника). Негативная оценка своего прошлого на данной выборке (респонденты которой моложе, чем у авторов методики) не связана с выстраиванием ВП после своей смерти. Обе шкалы позитивно коррелируют с гедонистическим настоящим ( $r=0,302$  и  $r=0,316$ ,  $p<0,001$ ) и позитивным прошлым ( $r=0,240$ ,  $p=0,001$  и  $r=0,263$ ,  $p<0,001$ ). Чем более позитивна оценка своего прошлого и получение удовольствия от настоящего, тем больше размышлений о своем вкладе в будущее не только своей семьи, но и мира, общества после своей смерти.

Фаталистическое настоящее сильнее коррелирует с трансцендентной ВП ( $r=0,258$ ;  $p<0,001$ ), чем с трансцендентальной ВП ( $r=0,181$ ,  $p=0,015$ ). Чем больше мыслей о предопределенности жизни, ее конце, который не зависит от человека, тем больше мыслей о будущей жизни после смерти. Возможно, данная связь объясняется высокими значениями по шкале веры, характерными для шкал. Шкала будущего коррелирует только с трансцендентальной ВП ( $r=0,210$ ,  $p=0,004$ ). Чем больше человек ориентирован на будущее, стремится к построению планов, тем более выражено стремление думать о грядущих поколениях и искать смысл существования, размышлять о всей Вселенной.

Таким образом, структурная и конвергентная валидность методики были подтверждены.

Особенно интересные перспективы применения этой методики открываются в контексте проблем старения и отношения к нему. Второй этап апробации методики будет проводиться на лицах старшего и пожилого возраста.

## Литература

*Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.

- Моспан А. Н., Леонтьев Д. А.* Апробация и валидизация методики веры в свободу/детерминизм (FAD-Plus) на российской выборке // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 1. С. 109–128. doi: 10.17323/1813-8918-2021-1-109-128
- Нестик Т. А.* Russian validation of the Consideration Of Future Consequences Scale (CFC-14) // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2020. Т. 5. № 3. С. 55–88.
- Стрижицкая О. Ю., Полякова М. К.* Лойольская шкала генеративности: русскоязычная адаптация // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 1. С. 94–102.
- Сырцова А., Соколова Е. Т., Митина О. В.* Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо // Психологический журнал. 2008. Т. 29. № 3. С. 101–109.
- Boyd J. N., Zimbardo P. G.* Constructing time after death: The transcendental-future time perspective // Time & Society. 1997. V. 6 (1). С. 35–54.
- Timoszyk-Tomeczak C., Bugajska B.* Transcendent and Transcendental Time Perspective Inventory // Frontiers in Psychology. 2019. V. 9. P. 2677.

## **Интеграция с воспоминаниями о ностальгических периодах прошлого и субъективное благополучие в пожилом возрасте**

*В. В. Нуркова\*, Д. Д. Ганул\*\**

\* Институт психологии РАН, Москва

\*\* Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова,  
Москва

Потенциал субъективного благополучия в пожилом возрасте может быть реализован как в стратегии ассимиляции вызовов старения стабильной личностью, так и аккомодацией к ним за счет личностных новообразований. Статья фокусируется на режиме ностальгического взаимодействия с жизненным опытом как личностного новообразования пожилого возраста. Процесс интеграции личности с наиболее ценностно насыщенными периодами прошлого рассматривается как источник ностальгии и предиктор субъективного благополучия. Выборка составила 63 человека (средний возраст 69 лет). С помощью графической методики «Линия жизни» эксплицировалась конфигурация автобиографических воспоминаний о вызывающих ностальгию периодах. Показано, что интегрированность актуального и «ностальгического» Я, основанная на широ-

кой представленности в автобиографической памяти ностальгических периодов и высокой пропорции позитивных воспоминаний о конкретных событиях, предсказывает субъективное благополучие в сочетании с низкими показателями одиночества.

*Ключевые слова:* автобиографическая ностальгия, автобиографическая память, ностальгическое Я, субъективное благополучие, интеграция личности, пожилой возраст.

Стереотипный обесценивающий взгляд на старость как на «возраст дожития» вступает в противоречие с психологическим парадоксом так называемой «U-образной кривой счастья», описывающей возрастную динамику субъективного уровня благополучия. Закономерность, согласно которой показатели удовлетворенности жизнью, начиная с юности, снижаются, достигая минимума на пятой декаде, а затем плавно возрастают вплоть до глубокой старости, показала удивительную устойчивость после контроля разнообразных внешних переменных, включая «ошибку выжившего» у старших когорт (Becker, Trautmann, 2022). С другой стороны, аналогичную U-образную форму имеет и возрастная функция распространенности депрессии и других психопатологических состояний. Иными словами, периоды жизни, когда «всё еще впереди» и «всё уже позади» сходно тяготеют к проживанию на полюсах эмоционального континуума. Двойственность эмоционального потенциала юности и старости ставит вопрос об идентификации (и в перспективе — оптимизации) продуктивных стратегий взаимодействия с данностями каждого из этих «трудных возрастов». Ниже мы сфокусируемся на ресурсах психологического благополучия в пожилом возрасте.

Решение дилеммы оценки «бытия старым» либо как неизбежного краха жизненных достижений (в мягком варианте — «заслуженного отдыха» от жизни), либо как самобытного этапа со своими уникальными задачами опирается на выбор магистрального пути адаптации. Анализ литературы (Анцыферова, 2006; Сапогова, 2011; Сергиенко, Харламенкова, 2018) и собственные размышления позволяют выделить три враждебные (исходящие из презумпции «Старость — это враг») установки по отношению к своему старению, по сути, аналогичные базовым типам реакций на стрессор: замиранию, бегству и борьбе.

В первом случае признаки старения игнорируются. Вопреки очевидному спаду возможностей, человек старается вести себя так, как будто «ничего не происходит». Иллюзия консервации достигнутого ранее уровня функционирования может поддерживаться, в част-

ности, неосознаваемым снижением уровня притязаний и критичности к результатам своей деятельности.

Второй случай характеризуется стремлением не просто избежать перехода в состояние старости, сохранить функционирование на уровне этапа зрелой генеративности, по Э. Эриксону (Erikson et al., 1986), но максимально дистанцироваться от нее. В связи с этим предпринимаются попытки реставрации предшествующих зрелости этапов жизненного пути со свойственным им репертуаром задач и конфликтов. По нашему мнению, в таком ключе можно интерпретировать концепцию социоэмоциональной селективности Лауры Карстенсен (Carstensen, 2006). Согласно данной концепции, сокращение протяженности временной перспективы будущего в пожилом возрасте смещает фокус мотивационных приоритетов с целей познания и социальных достижений (атрибут зрелости, по Э. Эриксону) на цели межличностных отношений (атрибут ранней взрослости) и идентичности (атрибут юности). Иными словами, стареющий человек повторно возвращается к уже пройденным стадиям эпигенетического развития, как бы доучивая «недоученные» уроки ранней взрослости и юности. Подчеркнем, что подобную стратегию нельзя однозначно классифицировать как дефицитарную, регрессивную в отношении развития личности. Л. И. Анцыферова замечает по этому поводу: «Личностное развитие представляет собой двухколейный процесс, включающий перемещение субъекта в плоскости сознания и даже поведения назад, к своему прошлому, с последующим возобновлением поступательного движения... В данном контексте движение вспять является не регрессом, а механизмом обогащения личности латентными новообразованиями пройденных стадий, которые оцениваются и переосмысливаются с позиций актуального настоящего» (Анцыферова, 2006, с. 265).

Наконец, конфронтация со старостью, борьба с маркирующими приближение смерти изменениями может заключаться в обращении к религиозным верованиям, включающим в себя догматы о загробной жизни, в развитии эрзац-субъектности, т. е. идентификации с потомками, учениками, в разнообразной активности, направленной на создание артефактов прожитой жизни («то, что останется после меня»).

В целом, за враждебным отношением к старению стоит позиция ассимиляции, т. е. попытка приспособить старость к себе, остаться неизменным в изменяющихся условиях. Альтернативный модус проживания старости лежит на путях аккомодации, т. е. гибкого приспособления в диапазоне от пассивного смирения до обнаружения оригинальных смыслов внутри, а не за пределами этого возраста. Именно такую трактовку продуктивного старения отстаивал Э. Эриксон, по-

лагая конгруэнтной данному возрасту задачу аккумуляции и интеграции в единое целое опыта прожитой уникальной жизни. Индикатором успешности протекания процесса интеграции для Эриксона выступало состояние мудрости, которая определялась им как «созерцательная забота о жизни как таковой перед лицом смерти как таковой» (Эриксон, 1986, с. 37).

Очевидно, что творческое переосмысление и структурирование прошлого опыта предполагает работу с автобиографической памятью. Эта работа не может быть беспристрастной, так как решение задач на смысл прожитых событий закономерно вызывает интенсивные эмоции, а результатом может стать как создание интегрального смысла, так и горькое разочарование. Благоприятный прогноз процесса интеграции зависит от состоятельности специфического механизма автобиографической памяти — позитивной конструктивности, т. е. автоматической тенденции трансформировать воспоминания в направлении их большей позитивности и субъектности (Nourkova, Vasilenko, 2018). Л. И. Анцыферова назвала данный механизм «способностью позитивного психологического изменения истории своей жизни» (Анцыферова, 2006, с. 275) и связывала его активизацию в пожилом возрасте с продуктивным стилем старения. Индикатором успешности протекания автобиографической интеграции мы считаем переживание ностальгии, понятой нами как специфическая эмоция, сигнализирующая о субъективном обладании утраченными в настоящем времени качествами за счет воспоминаний об их наличии в прошлом (Нуркова, 2019). В связи с этим целью проведенного эмпирического исследования стал анализ взаимосвязей между характеристиками автобиографической памяти о ностальгических периодах личного прошлого, субъективной интегрированностью с данными периодами и показателями субъективного благополучия. Согласно гипотезе исследования, высокая интегрированность с ностальгическими периодами в совокупности с их развернутой представленностью в автобиографической памяти связана с высокими показателями субъективного благополучия.

В исследовании приняли участие 63 человека (50 женщин) в возрасте 60–86 лет ( $M = 68,81$ ,  $SD = 7,273$ ) из разных городов России (Москва, Севастополь, Ярославль и др.), не имеющие диагностированных психических нарушений.

Для диагностики субъективного благополучия применялись следующие опросники: «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера и «Шкала субъективного счастья» С. Любомирски в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина (2020); «Шкала одиночества» (UKL)

в адаптации Н. Е. Водопьяновой (2009); «Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта» в адаптации Е. Н. Осина (2012). Методическая новизна исследования заключалась в использовании графической методики экспликации целостной картины периодов прошлого, вызывающих переживание ностальгии (Нуркова, 2010). Участнику предоставлялся лист бумаги формата А4 в альбомной ориентации с напечатанной по центру стрелкой длиной 280 мм. Сообщалось, что пространство листа представляет его личное прошлое, стрелка — это ось времени с рождения до сегодняшнего дня, а полуплоскости вверх и вниз от стрелки обозначают соответственно позитивные и негативные переживания. Бланк методики «Линия жизни» предлагался дважды. В первом случае участников просили обозначить на оси времени периоды прошлого, которые вызывают у них ностальгические переживания («Расположите на листе периоды вашего прошлого, воспоминания о которых вызывают у вас чувство ностальгии — светлой печали по прошлому, когда вы вспоминаете события, которые хочется оживить в своей памяти, в которые хочется вернуться, принести в сегодняшний день»). Затем им предлагалось выбрать один из указанных ранее ностальгических периодов и подробно отобразить его. В заключение участники выполняли проективную графическую методику, направленную на измерение субъективной интеграции с ностальгическим периодом. Задача состояла в выборе изображения, которое «наиболее точно отражает отношения между «Я — в период, вызывающий ностальгические воспоминания» и «Я — в настоящем» из пяти пар равных кругов с различной степенью пересечения (Swann et al., 2018). Полностью изолированные круги обозначали отсутствие интеграции; круги, перекрывающиеся на 80% — максимальную степень интеграции. Исследование проводилось в формате индивидуальных интервью.

Данные графических методик «Линия жизни» анализировались с точки зрения количества и протяженности ностальгических периодов в прошлом, длительности выбранного периода, его насыщенности событиями, пропорции позитивных воспоминаний. На первом этапе участники указывали от 1 до 18 вызывающих ностальгию периодов прошлого ( $Mn = 5$ ), охватывающих от 2 до 100% прошлого ( $Mn = 55\%$ ). Количество ностальгических периодов линейно связано с событийной насыщенностью центрального ностальгического периода ( $r = 0,504$ ,  $p < 0,001$ ) за счет числа позитивных воспоминаний ( $r = 0,530$ ,  $p < 0,001$ ). Причем возраст участников положительно коррелирует как с общей протяженностью ностальгических периодов ( $r = 0,316$ ,  $p = 0,027$ ), так и с протяженностью центрального ностальги-



ческого периода ( $r=0,322$ ,  $p=0,024$ ) и количеством позитивных воспоминаний в нем ( $r=0,324$ ,  $p=0,023$ ).

Оценки степени интегрированности с центральным ностальгическим периодом распределены в выборке достаточно равномерно и, вне зависимости от возраста, позитивно связаны с числом ностальгических периодов ( $r=0,314$ ,  $p=0,018$ ), их совокупной продолжительностью ( $r=0,294$ ,  $p=0,04$ ) и пропорцией позитивных воспоминаний в центральном ностальгическом периоде ( $r=0,323$ ,  $p=0,024$ ).

При разделении выборки на три подгруппы по самоотчетной личностной интегрированности с центральным ностальгическим периодом многомерный дисперсионный анализ MANOVA с введением возраста и показателей ситуативного эмоционального состояния (ШПАНА) в качестве ковариат и учетом поправки Бонферрони показал наличие значимых различий между подгруппами ( $F(2,62)$  в диапазоне от 3,953 до 10,395 при  $p<0,023$ ). Представители подгруппы, ассоциирующей взаимосвязь между своими актуальным и ностальгическим Я максимально перекрывающимися друг друга кругами (60–80% перекрытия), превосходят представителей других подгрупп по баллам шкалы удовлетворенности жизнью и пропорции позитивных воспоминаний (68,5%, 75,8% и 85,9%, соответственно). У них зафиксированы значимо более низкие баллы по шкале одиночества. При этом представители подгруппы, субъективно изолирующие свои актуальное и ностальгическое Я, и представители подгруппы высокой их интеграции статистически эквивалентны по показателям субъективного счастья, значимо опережая тех, кто декларирует средний уровень связи. Количество нанесенных на «Линию жизни» ностальгических периодов в целом растет от низкой к высокой подгруппам при статистически значимых различиях между низкой и средней подгруппами.

Представленность в автобиографической памяти пожилого человека периодов с преобладанием позитивных событий, обращение к которым вызывает ностальгию, связано с тенденцией интегрировать эти периоды в актуальную Я-концепцию. В свою очередь, высокой степени интегрированности актуального и ностальгического Я сопутствует субъективное благополучие, включающее низкую интенсивность переживания одиночества. Полученные нами данные позволяют зафиксировать важный аспект сформулированного Л. И. Анцыферовой принципа «единства приобретений и потерь» (Анцыферова, 2006, с. 283). Ностальгический режим работы автобиографической памяти в пожилом возрасте представляет собой реальный механизм объединения прошлого и настоящего в целостное диахроническое самосознание.

## Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Нуркова В. В.* Автобиографическая память в «оптике» культурно-исторической и деятельностной методологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2010. № 7 (2). С. 64–82.
- Нуркова В. В.* Психология фотографии. Культурно-исторический анализ. М.: Юрайт, 2019.
- Сапогова Е. Е.* Экзистенциально-психологический анализ старости // Культурно-историческая психология. 2011. Т. 7. № 3. С. 75–81.
- Сергиенко Е. А., Харламенкова Н. Е.* Психологические факторы благополучного старения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2018. № 8 (3). С. 243–257. doi: 10.21638/11701/spbu16.2018.303
- Becker C. K., Trautmann S. T.* Does happiness increase in old age? Longitudinal evidence from 20 European countries // Journal of Happiness Studies. 2022. V. 23 (7). P. 3625–3654. doi: 10.1007/s10902-022-00569-4
- Carstensen L. L.* The influence of a sense of time on human development // Science. 2006. V. 312 (5782). P. 1913–1915. doi: 10.1126/science.112748
- Erikson E., Erikson J. M., Kivnick H.* Vital Involvement in Old Age. N. Y.: Norton, 1986.
- Nourkova V. V., Vasilenko D. A.* On the advantage of autobiographical memory pliability: Implantation of positive self-defining memories reduces trait anxiety // Memory. 2018. V. 26 (7). P. 869–881. doi: 10.1080/09658211.2017.1420195
- Swann W. B. Jr, Gómez A., Seyle D. C., Morales J., Huici C.* Identity fusion: The interplay of personal and social identities in extreme group behavior // Journal of Personality and Social Psychology. 2009. V. 96 (5). P. 995–1011. doi: 10.1037/a0013668

# **Исследование субъективного возраста во взаимосвязи с самооценкой здоровья и психологическим благополучием в позднем онтогенезе\***

*Н. С. Павлова*

Институт психологии РАН, Москва

Сегодня большое значение придается изучению субъективных факторов развития в позднем онтогенезе, что было осмыслено в трудах Л. И. Анцыферовой. Одним из направлений работ в этой сфере является изучение субъективного возраста как когнитивно-эмоциональный ресурса. Нами проведены два исследования с участием людей 58–93 лет ( $N = 203$ ) по изучению взаимосвязи самооценки здоровья и субъективного благополучия. Показано, что в позднем онтогенезе наблюдается положительная иллюзия оценки возраста, в среднем равная 8,8 лет. Установлены различия в оценках субъективного возраста людьми, ведущими различный образ жизни, а также с разной группой инвалидности, при этом не получены различия между мужчинами и женщинами, а также людьми разного возраста. Чем моложе оценивает свой возраст человек, тем выше показатели его субъективного благополучия и качества жизни, связанного со здоровьем.

*Ключевые слова:* субъективный возраст, субъективное благополучие, качество жизни, самооценка здоровья, поздний онтогенез, пожилой возраст, старческий возраст.

Л. И. Анцыферову можно считать классиком отечественной геронтопсихологии, затронувшим в своих трудах глубокие и фундаментальные проблемы развития человека в течение всего жизненного пути. Ее понимание развития как основного способа бытия личности трансформирует отношение к периоду позднего онтогенеза. В противовес мнению о том, что поздний возраст является этапом угасания возможностей человека, Л. И. Анцыферова отмечает пути продуктивного старения, реализующиеся через творчество и духовно-нравственные отношения. На наш взгляд, также одним из важнейших наследий научной мысли Людмилы Ивановны является осмысление ею субъективности развития в период позднего онтогенеза: «У одних людей этап поздней зрелости продолжается до 90 и более лет. У других уже

---

\* Исследование выполнено в соответствии с Госзаданием Минобрнауки РФ № 0138-2024-0009 «Системное развитие субъекта в нормальных, субэкстремальных и экстремальных условиях жизнедеятельности».

в 70 лет появляются признаки психологического одряхления» (Анцыферова, 2006, с. 263).

В настоящее время отмечается всплеск научного интереса к исследованиям субъективности старения и развития в позднем возрасте. Одним из направлений работ в этой сфере является изучение субъективного возраста. «Субъективный возраст человека – это самовосприятие им собственного возраста. Когнитивная иллюзия возраста – разница между хронологическим и субъективным возрастом человека, которая возникает в процессе жизни человека» (Сергиенко, 2020, с. 27). Таким образом, в отличие от хронологического (паспортного) возраста, фиксирующего количество прожитых лет, возраст субъективный отражает то, на какой возраст человек себя чувствует, оценивает свою внешность, интересы и действия.

В зарубежной психологии в настоящие дни наблюдается большой интерес к данной теме. Новейшие научные исследования посвящены изучению следующих тем: значимость субъективного возраста для поддержания соматического здоровья (Li et al., 2021); субъективный возраст как ресурс совладания со стрессом (Wettstein et al., 2021); поиск коррелятов субъективного возраста (Soylu, 2022); субъективный возраст как фактор субъективного благополучия в позднем онтогенезе (Blöchl et al., 2021) и др. Системное изучение субъективного возраста в отечественной психологии осуществляется Е. А. Сергиенко и реализуется в том числе в работах ее учеников: Ю. Д. Киреевой, А. И. Мелехиным, Н. С. Павловой, А. Б. Эйдельман. Исследования других ученых практически отсутствуют и носят скорее точечный характер (Волосатова, Забелина, 2023; Воронцова, Артамонова, 2022; Кuryшева, Тарасова, 2014; Швец, 2017).

Нами проведено изучение субъективного возраста во взаимосвязи с другими личностными и субъектными характеристиками людей различных профессий, а также предприняты два исследования субъективного возраста у людей позднего онтогенеза (58–93 лет): в одном из них участвовали неработающие пенсионеры (N = 48), проживающие у себя дома, но ведущие различный образ жизни (пенсионеры, ведущие активный образ жизни; пенсионеры, большую часть времени проводящие дома и пользующиеся услугами социального работника); другая работа проведена на выборке людей (N = 155), постоянно проживающих (не менее 1 года) в стационарных учреждениях. Субъективный возраст изучался как когнитивно-эмоциональный ресурс во взаимосвязи с самооценкой здоровья и субъективным благополучием.

Были выдвинуты гипотезы:

1. Субъективный возраст взаимосвязан с показателями субъективного благополучия, а также с субъективной оценкой качества жизни, связанного со здоровьем.
2. Люди с разными оценками субъективного возраста различаются по показателям субъективного благополучия, а также субъективной оценки качества жизни, связанного со здоровьем.
3. Оценка субъективного возраста отличается в зависимости от пола, возраста (55–64, 65–74, 75–90 лет), образа жизни, группы инвалидности или ее отсутствия.

Применялись следующие психодиагностические методики:

- опросник «Диагностика субъективного возраста» В. Barak для оценки среднего субъективного возраста и его компонентов (биологический, эмоциональный, интеллектуальный, социальный);
- опросник SF-36 «Health Status Survey» – русскоязычная версия, созданная и рекомендованная Межнародным центром исследования качества жизни для оценки физического и психологического компонентов здоровья;
- опросник «Шкала удовлетворенности жизнью» (ШУЖ) E. Diener в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина для оценки когнитивного аспекта субъективного благополучия;
- опросник «Шкала субъективного счастья» (ШСС) S. Lyubomirsky в адаптации Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина для оценки эмоционального аспекта субъективного благополучия;
- опросник «Шкалы психологического благополучия» С. Ryff в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко для изучения показателей психологического благополучия;
- анкета для изучения половозрастных и социально-демографических характеристик, а также особенностей образа жизни респондентов.

В результате двух проведенных исследований удалось показать, что в позднем онтогенезе наблюдается положительная иллюзия оценки возраста, в среднем равная 8,8 лет, т. е. люди воспринимают себя более молодыми, по сравнению с хронологическим возрастом. Чем больше когнитивная иллюзия возраста, т. е. чем моложе чувствует себя человек, тем выше показатели его субъективного благополучия и качества жизни, связанного со здоровьем. Также доказано, что у людей, постоянно проживающих в учреждениях социального обслуживания

и воспринимающих себя моложе хронологического возраста, все показатели качества жизни выше, по сравнению с людьми, оценивающими свой возраст адекватно паспортному. Аналогичное сравнение у людей, проживающих дома, не проводилось ввиду недостаточно большой численности выборки.

Активный образ жизни является ресурсом, позволяющим оценивать моложе биологический и социальный субъективный возраст. Респонденты этой группы также отличаются более высокими показателями самооценки здоровья. Кроме того, сравнительный корреляционный анализ групп людей, ведущих различный образ жизни, показал, что для респондентов, большую часть времени проводящих дома, характерна взаимосвязь физического компонента здоровья и субъективного возраста, в первую очередь биологического (т. е. «на какой возраст я себя чувствую»), в то время как для людей, ведущих активный образ жизни, значимых корреляций субъективного возраста и самооценки здоровья не уставлено вообще. Мы объясняем это тем, что для людей, почти все время находящихся дома, в оценке качества жизни субъективные (внутренние) компоненты выходят на передний план и поэтому тесно взаимосвязаны с ней. Самооценка возраста оказывается сильно зависящей от показателей здоровья, так как состояние здоровья вносит существенные коррективы в образ жизни и самовосприятие субъекта. Когда субъект имеет более насыщенную социальную, культурную жизнь, а также больше возможностей для реализации своих интересов, таких однозначных связей нет, самовосприятие возраста и оценка человеком качества жизни становятся более дифференцированными, и, по всей видимости, вклад субъективных параметров снижается.

В исследовании с участием людей, постоянно проживающих в стационарных учреждениях, показано, что субъективный возраст мужчин и женщин, а также людей разного возраста не имеет статистически значимых различий. Люди с I группой инвалидности оценивают моложе свой субъективный возраст, по сравнению с людьми со II и III группой инвалидности, что может указывать на актуализацию у них механизмов компенсации и гиперкомпенсации, позволяющих жить вопреки серьезным ограничениям физического здоровья, чувствовать себя счастливыми и воспринимать себя моложе своего возраста.

Подводя итоги, отметим: результаты исследований показывают, что конструкт субъективного возраста является важнейшим показателем психологического благополучия на всем жизненном пути человека. Он универсален для различных культур, его динамика в течение онтогенеза также схожа у людей разных стран. Многочисленные

работы демонстрируют, что именно субъективный, а не хронологический возраст имеет важнейшее значение для поддержания соматического здоровья в позднем возрасте, предсказания исхода тяжелого заболевания, сохранности когнитивных функций, психологического благополучия, совладания со стрессом. При этом субъективный возраст практически не изучен с участием российской выборки, поэтому видится перспективным продолжение работы в этом направлении.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Волосатова О. С., Забелина Е. В.* Взаимосвязь временного фокуса, субъективного возраста и субъективного благополучия у людей на пенсии // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2023 № 4 (24). С. 56–66. doi: 10.47475/2409-4102-2023-24-4-56-66
- Воронцова Т. А., Артамонова А. Г.* Соотношение хронологического, субъективного, воспринимаемого возраста, желаемой продолжительности жизни у взрослых в возрасте 50–59 лет // История, современность и перспективы развития психологии в системе Российской академии наук: Материалы Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию создания Института психологии РАН / Под ред. Д. В. Ушакова, А. Л. Журавлева, А. В. Махнача, Н. Е. Харламенковой, А. В. Юревича, И. И. Ветровой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. С. 318–320.
- Курешева О. В., Тарасова С. В.* Взаимосвязь отношения к собственному возрасту и стратегий совладания со старостью у пожилых людей // Вестник Волгоградского государственного университета. Сер. 11. «Естественные науки». 2014. № 4 (1). С. 47–55. doi: 10.15688/jvolsu11.2014.1.7
- Швец Т. А.* Субъективное восприятие возраста младшими подростками: кросс-культурное исследование // Актуальные проблемы психологического знания. 2017. № 3. С. 74–89.
- Сергиенко Е. А.* Субъективный возраст как предиктор течения тяжелой болезни // Вестник РГГУ. Сер. «Психология. Педагогика. Образование». 2020. № 1. С. 25–39. doi: 10.28995/2073-6398-2020-1-25-39
- Blöchl M., Nestler S., Weiss D.* A limit of the subjective age bias: Feeling younger to a certain degree, but no more, is beneficial for life satisfaction // Psychology and Aging. 2021. V. 36 (3). P. 360–372. doi: 10.1037/pag0000578
- Li Y., Liu M., Miyawaki C. E., Sun X., Hou T., Tang S., Szanton S. L.* Bidirectional relationship between subjective age and frailty: A prospective cohort study // BMC Geriatrics. 2021. V. 21 (1). P. 395. doi: 10.1186/s12877-021-02344-1

- Soylu C.* Socio-demographic correlates of subjective age in young and middle-aged adults // *Personality and Individual Differences*. 2022. V. 197. doi: 10.1016/j.paid.2022.111782
- Wettstein M., Spuling S. M., Cengia A., Nowossadeck S.* Feeling younger as a stress buffer: Subjective age moderates the effect of perceived stress on change in functional health // *Psychology and Aging*. 2021. V. 36 (3). P. 322–337. doi: 10.1037/pag0000608

## **Сравнительный анализ критериев субъективного благополучия в пожилом возрасте**

*Е. В. Саранчина, В. Н. Петрова*

Национальный исследовательский Томский государственный университет,  
Томск

Данная работа посвящена изучению субъективного благополучия в пожилом возрасте, его связи с отношением к прошлому, настоящему, будущему и удовлетворенностью социальной поддержкой. Для выявления динамики психологического развития указанные характеристики исследовались в группах людей среднего и пожилого возраста. Согласно полученным результатам, пожилые люди имеют более высокий уровень удовлетворенности жизнью, они чаще ориентированы на прошлое, в то время как более молодые люди позитивно оценивают свое будущее. Предикторами удовлетворенности жизнью для среднего возраста являются социальная поддержка и отношение к настоящему и будущему, а для пожилого возраста — социальная поддержка и отношение к настоящему.

*Ключевые слова:* субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, отношение ко времени, образ будущего, пожилой возраст.

Большинство исследований, посвященных психологии пожилых людей, связаны с традиционным негативным взглядом на старение, который фокусируется на упадке сил, болезнях и зависимости. Один из основателей отечественной геронтопсихологии Л. И. Анцыферова в основе своего подхода к возможностям пожилого возраста развивает идею о том, что старение не равнозначно отрицательным изменениям, а, скорее, представляет собой период новых возможностей и развития. Одновременно со спадом ряда психических возможностей происходит и их обогащение; инволюционные изменения сочетаются с новообразованиями прогрессивного характера, направленными на пре-



одоление деструктивных явлений в геронтогенезе. Развитие человека не ограничено какими-то определенными периодами его бытия, оно осуществляется на протяжении всей жизни (Анцыферова, 1996, с. 69).

Развитие личности в поздний период жизни — это не однонаправленное прямолинейное движение. Это процесс, включающий в себя перемещение субъекта в плоскости сознания и даже поведения назад, к своему прошлому, с последующим возобновлением поступательного движения. В данном процессе движение вспять является не регрессом, а механизмом обогащения личности путем переосмысления и переоценки пройденных этапов с позиций актуального настоящего (Анцыферова, 2006 с. 265). Личность, успешно интегрировавшая свой жизненный опыт, аккумулирует достижения и энергию прошлого, переживая чувство удовлетворения в настоящем. При этом будущее в представлении пожилых людей занимает незначительное место в их личностном пространстве и ограничено небольшим количеством целей, едва выходящих за пределы настоящего. Л. И. Анцыферова отмечает, что в создании нового образа жизни личности важно оперировать не только прошлым и настоящим, но и прогнозируемым будущим (там же). Через направление усилий на расширение сегодняшнего времени за счет будущего личность может активизировать свои мотивы и направленность на достижение целей. Психологическое будущее, где зарождаются желания, цели и планы, обогащает структуру настоящего и стимулирует поисковую активность личности для реализации этих целей в различных сферах жизни.

Идеи, заложенные в работах Л. И. Анцыферовой, продолжают свое развитие в современных исследованиях геронтопсихологии. Исследовательский интерес сегодня направлен в том числе и на поиск факторов, способствующих качественной жизни и развитию в зрелом возрасте, определению эффективных стратегий поддержки и развития пожилых людей. Широкое распространение имеет исследование удовлетворенности жизнью как одного из показателей субъективного качества жизни. В современных работах отмечают более высокий уровень удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте, чем в молодости, связь удовлетворенности жизнью с уровнем социальной поддержки; сужение временной перспективы у пожилых рассматривается как фактор, способствующий выбору более эффективных стратегий эмоциональной регуляции (He, 2023; Hong et al., 2023; Machot, Lefevre, 2023; Shiv, Srivastava, 2020).

Наше исследование было направлено на оценку субъективного благополучия в пожилом возрасте через анализ отношения к прошлому, настоящему и будущему, а также удовлетворенности социальной

поддержкой. Для выявления динамики психологического развития мы исследовали указанные характеристики отдельно в возрастных группах молодых (30–45 лет) и пожилых (60–75 лет) людей.

Сбор данных проходил в формате онлайн-опроса в апреле-июне 2022 г. В выборку вошли 132 человека. Респонденты были разделены на две группы по возрасту, каждая группа включала в себя 15-летний промежуток времени. Первую группу (средний возраст) составили 100 человек в возрасте от 30 до 45 лет, средний возраст 37,3 года, 28% мужчин, 72% женщин, вторую (пожилой возраст) — 32 человека в возрасте 60–75 лет, средний возраст 66,5 лет, 25% мужчин, 75% женщин.

Были использованы следующие методики: «Шкала удовлетворенности жизнью» Э. Динера в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. Н. Осина; сокращенная версия «Общей шкалы удовлетворения базовых психологических потребностей» Э. Деси и Р. Райна в адаптации И. Ю. Суворова с соавт.; «Шкала временных установок», разработанная Ж. Нютеном и адаптированная К. Муздыбаевым.

Статистическая обработка результатов исследования проводилась в программе Statistica с использованием методов описательной статистики, критерия Вилкоксона, критерия Манна–Уитни, регрессионного анализа.

Согласно полученным данным, среднее значение удовлетворенности жизнью в группе 30–45 лет составляет 22,1 единицы, тогда как в группе 60–75 лет данное значение равно 25,3 единицы. Критерий Вилкоксона подтверждает статистическую значимость различий, что свидетельствует о более высоком уровне удовлетворенности жизнью среди пожилых людей.

Отношение ко времени измерялось по шкале Лайкерта от 1 (минимум) до 7 (максимум). В группе пожилых людей были выявлены следующие значения: прошлое — 5,3, настоящее — 4,8, будущее — 4,9. В то же время у более молодой группы отношение ко времени приняло следующие значения: прошлое — 4,9, настоящее — 4,8, будущее — 5,4. Статистический анализ подтвердил достоверность различий в отношении к прошлому и будущему в исследуемых группах. Пожилые люди более акцентированы на прошлом, в то время как молодые люди более ориентированы на будущее.

По шкалам базовых психологических потребностей не было выявлено значительных расхождений между исследуемыми группами. Обе группы респондентов показали примерно равные значения по показателю «Связность (социальная поддержка)»: 10,3 бала в группе 30–45-летних и 10,8 баллов в группе 60–75 лет. Аналогичное соотношение выявлено по шкалам «Компетентность» (9,15 в группе 30–45 и 10 — в группе

60–75) и «Автономия» (10 в молодом возрасте и 10,2 – в пожилом). Статистически значимых различий в этих показателях не обнаружено.

Регрессионный анализ показал, что в группе 30–45 лет предикторами удовлетворенности жизнью являются «Связность», «Настоящее» и «Будущее», объясняя 34% дисперсии. В то же время в группе 60–75 лет 43% удовлетворенности жизнью объясняются такими критериями, как «Связность» и «Настоящее».

Итак, проведенное исследование указывает на более высокий уровень удовлетворенности жизнью среди пожилых людей, что подтверждает рост ценности жизненного опыта и умения наслаждаться настоящим у людей старшего возраста. Выявленные различия в отношении к прошлому, настоящему и будущему свидетельствуют, что пожилые люди более ориентированы на прошлое, склонны рассматривать свою жизнь в контексте накопленного опыта, в то время как люди среднего возраста более фокусированы на будущем, активно стремятся к самореализации и успеху в достижении карьерных и личностных целей.

Выявление в качестве предиктора удовлетворенности жизнью в группе 30–45 лет компонента «Связность» указывает на важность социальных связей и отношений для этой возрастной группы. Также важными для них факторами являются «Настоящее» и «Будущее», что говорит о значимости самопонимания и планирования для чувства удовлетворенности жизнью. В группе 60–75 лет наибольшее влияние на удовлетворенность жизнью оказывают компоненты «Связность» и «Настоящее». Это свидетельствует о сохраняющейся актуальности социальных связей и настоящего момента для людей старшего возраста и о сужении временной перспективы.

Полученные эмпирические данные подчеркивают значимость идей Л. И. Анцыферовой о важности оперирования в пожилом возрасте не только настоящим и прошлым временем, но также и прогнозируемым будущим. Отсутствие целей, выходящих за пределы настоящего, обедняет возможности личностного роста. Но, возможно, такое выпадение будущего из факторов, определяющих субъективное благополучие, в зрелом возрасте является не проблемой, а тем, что Л. И. Анцыферова называла «новообразованием прогрессивного характера, направленным на преодоление деструктивных явлений в геронтогенезе» (Анцыферова, 1996, с. 69). Отсутствие ориентации на будущее может рассматриваться как новый аспект прогрессивного развития механизмов преодоления возрастных изменений. Каждое движение вперед обогащает нас новыми адаптивными навыками и может привести к утрате некоторых прежних способностей, что является неотъемлемой частью процесса развития.

## Литература

- Анцыферова Л. И. Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психологический журнал. 1996. Т. 17. № 6. С. 60–71.
- Анцыферова Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- He X. Analysis of the impact of interpersonal interactions on the mental health of older people Life satisfaction as a measure // Lecture Notes in Education Psychology and Public Media. 2023. V. 32. P. 7–18. doi: 10.54254/2753-7048/32/20230127
- Hong R.-Q., Rahman H. A., Ali M. X., Hoon Ch. Y. Health determinants of life satisfaction among older adults in Brunei: A multivariate analysis // Ageing International. 2023. V. 49. P. 1–14.
- Machot D., Lefevre C. Life satisfaction and emotional regulation in aging: Temporal perspective and effect of gender // Journées d'Étude du Vieillissement Cognitif. 2023. doi: 10.13140/RG.2.2.36121.19049
- Shiv P., Srivastava A. Perceived social support and life satisfaction among elderly people living separately from their adult children in the community: A cross-sectional comparative study. 2020. V. 34. P. 281–292.

## Субъективный возраст как динамическая характеристика личности

Е. А. Сергиенко

Институт психологии РАН, Москва

Л. И. Анцыферова отстаивала необходимость изменения отношения к старческому возрасту как периоду упадка, интеллектуального снижения, творческого бессилия. Рассматриваются современные представления об эйджизме и влиянии представлений о старении на состояние когнитивных функций, здоровья, продолжительности жизни. Показан парадокс: неизменность отношения к старости за последние 200 лет и нарастание возможностей функционировать у пожилых людей. В парадоксе отражаются социальные стереотипы и субъективные собственные сравнения. Индивидуальное отношение к старению может не совпадать со стереотипами старости. Показана возможность динамики феномена самовосприятия возраста в короткие промежутки времени, что соотносится с идеями Л. И. Анцыферовой о непрерывности личностных переходов в пространстве жизни.

*Ключевые слова:* субъективный возраст, самовосприятие старости, возрастная идентичность, личность, эйджизм, индивидуальная гибкость.

Людмила Ивановна Анцыферова посвятила большое число своих работ проблемам развития личности в пожилом и старческом возрастах, проблеме мудрости и ее проявлений в разные периоды онтогенеза человека, включая период старения. Идеи, высказанные ею в этих работах, становятся основой современных исследований. Во-первых, она убедительно доказывала, что период старения нельзя рассматривать как тотальный регресс. В противовес представлениям о поступательном развитии личности, Л. И. Анцыферова подчеркивала нелинейный, диахронический процесс развития, в котором прогрессивные линии сочетаются с регрессивными. Этот вопрос был рассмотрен в предыдущих работах (Сергиенко, 2014, 2019).

Во-вторых, анализируя проблемы геронтопсихологии, Л. И. Анцыферова боролась за изменение сложившегося социального стереотипа отношения к старости. Многие характеристики стариков обусловлены негативными стереотипами о них «как людях бесполезных, интеллектуально деградирующих, беспомощных», — пишет она (Анцыферова, 2006, с. 264). В мировой литературе это явление обозначено как эйджизм, т. е. дискриминация людей по возрастному признаку. В лонгитюдных исследованиях, охватывающих более тысячи пожилых людей (Kotter-Gröhn et al., 2009), не было получено никаких доказательств того, что современные пожилые люди придерживаются более благоприятных взглядов на то, как они стареют, чем пожилые люди за два десятилетия тому назад. Авторы рассматривают парадокс, обнаруженный в исследовании. Известно, что сегодняшние пожилые люди во многих отношениях функционируют лучше, чем пожилые люди в прошлом, а общая закономерность улучшения функционирования на среднем уровне подтверждена на текущей выборке. Но парадокс заключается в том, что исторические улучшения в различных областях функционирования людей поздних возрастов не приводят к более позитивным взглядам на старение, возрастная стигматизация и негативные возрастные стереотипы продолжают сохраняться в развитых обществах. Эти данные могут свидетельствовать о продолжающемся социальном эйджизме.

Однако исследования различий между личными и общими взглядами на старение показали, что за последние два столетия общие взгляды на старение становились все более негативными (Ng, Chow, 2020; Ng, Lim-Soh, 2021), но на уровне личного отношения к старению, т. е. субъективные оценки себя более молодым могут рассмат-

риваться как позитивные, поскольку пожилые люди сопротивлялись общесоциальным тенденциям, продолжая снижать оценку старения. Возможно, индивидуальные взгляды на возраст все больше отделяются от взглядов общества. В настоящее время в сознании пожилых людей в возрасте 65 лет и старше старость не обязательно является синонимом упадка и ухудшения состояния. Как следствие, классический «возрастной перекося», заключающийся в том, что пожилые люди чувствуют себя значительно моложе своего хронологического возраста, сохраняется, но не становится больше у более старых когорт. Таким образом, некоторые улучшения в функционировании в пожилом возрасте могут отражать действие исторических изменений, которые повышают уровень функционирования в раннем пожилом возрасте, но не влияют на темпы изменений в более поздние периоды жизни. В такой ситуации люди, родившиеся позже, сравнивая свое текущее состояние функционирования с более ранними собственными состояниями, могут воспринимать потери такими же по величине, как и у людей, родившихся раньше, и в результате взгляды на старение останутся прежними. Эти данные указывают на то, что индивидуальные личностные ресурсы и личностное развитие сопротивляется негативным стереотипам по отношению к старению.

Индивидуальные стереотипы не только могут различаться, но и существенно влиять на многие аспекты жизни пожилых людей. В классическом исследовании Леви с коллегами в рамках Балтиморского лонгитюдного исследования старения (Baltimore Longitudinal Study of Aging – BLSA) было показано, что те, у кого в раннем возрасте было больше негативных возрастных стереотипов, с большей вероятностью страдали от сердечно-сосудистых заболеваний 38 лет спустя по сравнению с теми, у кого было больше позитивных возрастных стереотипов (Levy et al., 2020). Кроме того, неоднократно подтверждалось влияние возрастных стереотипов на когнитивные способности и соответствующие биомаркеры. Исследовательская группа Леви показала, среди прочего, что у людей с более негативными стереотипами заметнее ухудшались показатели памяти в течение 38-летнего периода времени по сравнению с теми, у кого были более позитивные возрастные стереотипы (*ibid.*).

Также в рамках Балтиморского лонгитюда было обнаружено, что участники с более негативными возрастными стереотипами в более раннем возрасте имели повышенное количество биомаркеров, связанных с болезнью Альцгеймера, подтвержденных при посмертном вскрытии мозга (*ibid.*). Также пожилые люди с более негативными воз-

растными стереотипами чаще подвергались госпитализации, имели меньшую вероятность компенсации инвалидности и демонстрировали более резкое снижение слуха в течение 36 месяцев.

Кроме того, было показано, что участники с более негативными возрастными стереотипами в начале исследования имели повышенные показатели депрессии четыре года спустя. Рассматриваемые вместе, эти исследования подтверждают, что возрастные стереотипы оказывают влияние на различные аспекты здоровья в долгосрочной перспективе.

Лица, которые считали свое старение более благоприятным или чувствовали себя моложе, чем они были на самом деле, фактически оставались более здоровыми. Более того, люди с более позитивным самовосприятием старения показали улучшение функционального здоровья и физической работоспособности, например, скорости ходьбы и жили дольше, чем люди с более негативным самовосприятием старения или более старшим субъективным восприятием возраста. Иллюстрацией этому служат также данные исследования Б. Леви с коллегами, обнаруживших, что взрослые люди с более позитивным самовосприятием старения жили в среднем на 7,5 лет дольше, чем люди с более негативным самовосприятием старения (*ibid.*). Этот эффект сохранялся после контроля соответствующих ковариант. Интересно, что он также был выражен сильнее, чем прирост лет жизни, известный из других исследований по физиологическим показателям (например, низкий уровень холестерина или систолический уровень кровяного давления), или здоровый образ жизни (например, более низкий индекс массы тела, отсутствие курения в анамнезе, склонность к физическим упражнениям).

Наконец, субъективный возраст и самовосприятие старения также влияют на когнитивные способности и психологическое здоровье. Сосредоточив внимание на эпизодической памяти, а также на исполнительных способностях, Й. Стефан с коллегами показали, что более молодой субъективный возраст был связан с улучшением когнитивных функций 10 лет спустя (Stephan et al., 2014). Кроме того, ряд недавних исследований, проследивших до двенадцати лет динамику, показали, что негативное самовосприятие старения связано с более низкими когнитивными способностями.

Таким образом, мысль об индивидуально выраженном отношении к старению взаимосвязана с различными вариантами состояния здоровья, депрессией, когнитивными функциями, продолжительностью жизни, что означает личностные разнообразные стратегии сопротивления эйджизму.

Еще один аспект, свидетельствующий о динамике личностной идентичности в пожилом возрасте, связан с вопросом о стабильности когнитивной иллюзии возраста (т. е. о различиях между календарным и воспринимаемым возрастом). В большинстве исследований субъективный возраст просто фиксировался как когнитивное представление людей, на сколько лет они себя чувствуют, выглядят, действуют, каким интересам их возраст соответствует. Однако начали появляться работы, которые ставили цели проследить динамику субъективного возраста. Примером такой работы является исследование А. Корнадта с коллегами (Kornadt et al., 2022), посвященное изучению того, каким образом субъективный возраст, оцениваемый в течение дня, взаимосвязан с воспринимаемыми стрессами и их биологическим показателем — кортизолом. Предыдущие долгосрочные исследования и ежедневные записи в дневниках показали, что повышенный стресс связан с более старшим субъективным возрастом. В исследовании приняли участие 118 пожилых людей ( $M = 66,67$  лет) и 36 очень старых ( $M = 85,92$  года), которые сообщали о своем кратковременном субъективном возрасте и ощущаемом стрессе, а также предоставляли образцы слюны до семи раз в день в течение семи дней подряд. Результаты показали, что кратковременный повседневный воспринимаемый стресс и более высокие уровни кортизола предсказывают более пожилой субъективный возраст. Напротив, субъективный возраст на предыдущем этапе измерения не предсказывал последующий стресс. Для группы очень старых респондентов прогностические эффекты кортизола в отношении кратковременной оценки субъективного возраста оказались сильнее (даже при дополнительном включении сопутствующих заболеваний), что может указывать на более сильную связь у них между гормональными показателями стресса и ощущением себя старше, что означает его устойчивость (и, следовательно, потенциально меньшую адаптивность). Данные этих исследований расширяют более ранние выводы этих авторов о том, что как самооценка, так и физиологический стресс являются важными объясняющими переменными для субъективных возрастных изменений людей даже в относительно коротких временных интервалах, демонстрируя динамику во времени между стрессом и субъективным возрастом в повседневной жизни. Результаты подчеркивают важность контекстуального влияния на самочувствие пожилых людей и демонстрируют переплетение как биологических, так и психологических процессов старения.

Современные результаты исследований отношения к старению и самовосприятию своего возраста являются разработкой идей



Л. И. Анцыферовой о непрерывном развитии личности и вариантах ее преобразований в период старения.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Сергиенко Е. А.* Психология развития: идеи Л. И. Анцыферовой и их разработка в современной науке // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 6. С. 25–34.
- Сергиенко Е. А.* Субъективный возраст человека – расширение понятия возрастной идентичности // Разработка понятий современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 561–591.
- Сергиенко Е. А.* Психология развития в трудах Л. И. Анцыферовой: прогресс и регресс как закономерные процессы развития // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 5–14. doi: 10.31857/S02059592000-6042-2
- Kornadt A. E., Pauly T., Schilling O. K., Kunzmann U., Katzorreck M., Lücke A. J., Christiane A., Hoppmann Ch. A., Gerstorf D., Wahl H. W.* Momentary subjective age is associated with perceived and physiological stress in the daily lives of old and very old adults // Psychology and Aging. 2022. V. 37 (8). P. 863. doi: 10.1037/pag000071
- Kotter-Grühn D., Kleinspehn-Ammerlahn A., Gerstorf D., Smith J.* Self-perceptions of aging predict mortality and change with approaching death: 16-year longitudinal results from the Berlin Aging Study // Psychology and Aging. 2009. V. 24. P. 654–667. doi: 10.1037/a0016510
- Levy B. R., Slade M., Chang E.-S., Kanno S., Wang S. Y.* Ageism amplifies cost and prevalence of health conditions // Gerontologist. 2020. V. 60. P. 174–181. doi: 10.1093/geront/gny131
- Ng R., Chow T. Y. J.* Aging narratives over 210 years (1810–2019) // The Journals of Gerontology: Series B. 2020. V. 76 (9). P. 1799–1807. doi: 10.1093/geronb/gbaa222
- Ng R., Lim-Soh J. W.* Ageism linked to culture, not demographics: Evidence from an 8-billion-word corpus across 20 countries // The Journals of Gerontology: Series B. 2021. V. 76 (9). P. 1791–1798. doi: 10.1093/geronb/gbab146
- Stephan Y., Caudroit J., Jaconelli A., Terracciano A.* Subjective age and cognitive functioning: a 10-year prospective study // American Journal of Geriatric Psychiatry. 2014. V. 22. P. 1180–1187. doi: 10.1016/j.jagp.2013.03.007

## Ресурсы позитивного старения

*Е. И. Смолянская*

Институт психологии РАН, Москва

В работе рассматриваются подходы к понятию «позитивное старение» и роль различных ресурсов, в частности, ориентированность на социум, восприятие социальной поддержки и копинг-стратегии. Исследуются взаимосвязи ресурсов позитивного старения со шкалами психологического благополучия, а также особенности использования ресурсов «самодостаточными» и «социотропными» людьми пожилого возраста. Выборка представлена 104 респондентами в возрасте от 60 до 74 лет. Результаты свидетельствуют о положительных взаимосвязях с благополучием «самодостаточности», «эмоциональной поддержки», «инструментальной поддержки», «социальной интеграции», а также копинг-стратегий «планирование решения» и «положительная переоценка». Показано, что «самодостаточные» пожилые люди, в сравнении с «социотропными», имеют более высокие значения по шкалам психологического благополучия, по копинг-стратегиям «конфронтация» и «планирование решения проблем», а также по шкале «социальная интеграция».

*Ключевые слова:* позитивное старение, самодостаточность, копинг, социальная поддержка, психологическое благополучие.

В современных исследованиях отмечается направленность на выявление позитивных условий развития и функционирования человека в старости. Ведется поиск решений для обеспечения оптимальной активности пожилого человека, поддержания его субъектности, выработки механизмов адаптации к изменениям, происходящим одновременно на нескольких уровнях – психологическом, биологическом и социальном.

Пожилым возрастом и старостью рассматриваются как период развития, когда предыдущий жизненный опыт и знания, личностный и интеллектуальный потенциал аккумулируются, что позволяет приспособиться к возрастным изменениям. При этом многими авторами отмечается, что варианты развития в позднем возрасте, механизмы адаптации и стратегии совладания носят индивидуальный характер и могут быть обусловлены спецификой прохождения предыдущих возрастных периодов.

Так, согласно Л. И. Анцыферовой, сценарий старения человека сопряжен с тем, как им были пройдены предшествующие этапы жизненного пути. Позитивный сценарий старения (или успешное старение)

предполагает предварительную подготовку к выходу на пенсию с выбором видов активности, занятий, которые будут заполнять свободное от работы время, предоставлять возможность реализации собственных ресурсов и интересов, тем самым способствуя удовлетворенности жизнью. Л. И. Анцыферова также отмечает положительную роль активной включенности во взаимодействие: «содержательность жизни старых людей зависит во многом от их активности в качестве субъектов общения, стремящихся расширить масштаб своих связей с другими людьми» (Анцыферова, 2006, с. 60).

В работах, описывающих позитивные сценарии старения, наряду с термином «позитивное старение», встречаются также и «продуктивное», «оптимальное», «успешное», «здоровое» и др. Например, Л. Бар-Тур обозначает позитивное старение как многомерное понятие, включающее в себя различные характеристики старения, предполагающие вариативность факторов — биологических, психологических, социальных. Изучение различных составляющих позитивного старения позволило выявить способность пожилых людей оптимизировать процесс старения, справляться с возрастными изменениями и улучшать свое самочувствие посредством поддержания состояния здоровья и использования доступных им ресурсов. Автор выделяет пять составляющих позитивного старения: здоровье, физическая форма, когнитивные способности, аффективная сфера и активность (Bar-Tur, 2021).

О многофакторности позитивного старения, но не о главенствующей роли в процессе старения факторов здоровья и физической формы пожилого человека свидетельствуют исследования С. Фергюсон, когда пожилые люди несмотря на проблемы со здоровьем описывают себя как успешно стареющих. Кроме здоровья, пожилые люди к характеристикам успешного старения относят активность, счастье и удовлетворенность, отношения и независимость. Такой подход находит свое применение в термине «позитивное старение». Так, вслед за позитивной психологией, позитивное старение предполагает такие качества или сильные стороны личности, приобретенные на протяжении всей жизни, которые помогают пожилым людям позитивно адаптироваться к старению, поддерживать благополучие, успешно справляться с различными событиями, происходящими в их жизни.

В современных исследованиях термин «успешное старение» также находит свое применение и развитие и подразумевает совокупность психологических, физических и социальных возможностей, являющихся оптимальными для решения жизненных задач. Успешное старение — это эффективное преодоление жизненных событий, связанных с возрастными изменениями (ibid.). Важную роль в «эффективном

старении», по мнению О. Ю. Стрижицкой, играет активность самого человека при освоении им возможностей нового возрастного этапа, реализации собственных целей и потребностей на основе принципов самодетерминации (Стрижицкая, 2017).

Отечественные авторы рассматривают процесс старения с позиции ресурсного подхода, отмечая, что пожилой возраст — это «особенный период онтогенеза с характерной реорганизацией всех ресурсов человека и их интеграцией для благополучного старения». К числу факторов благополучного старения Е. А. Сергиенко и Н. Е. Харламенкова относят способность к адаптации, оптимальное и гибкое использование внутренних и внешних ресурсов, трансформацию взаимоотношений с окружением, выработку конструктивных форм поведения, умение справляться с болезнями и др. (Сергиенко, Харламенкова, 2018, с. 243).

С позитивным или успешным сценарием старения связывают применение пожилыми людьми стратегий выбора, оптимизации и компенсации, которые позволяют получать удовлетворение от жизни, обеспечивать позитивное функционирование даже при наличии ограничений. Согласно теории адаптации, сформулированной П. и М. Балтес, успешное старение сопряжено с тем, какое значение сам человек придает тем или иным сферам своей жизнедеятельности, чтобы направить свои силы и стремления для их поддержания и сохранения на позднем этапе онтогенеза (Головей и др., 2014; Сергиенко, Харламенкова, 2018).

К стратегии выбора, соответствующей принципу самодетерминации и модели социоэмоциональной селективности, относят стратегию направленности на социум: «социотропность—автономность (или самодостаточность)». Самодостаточность предполагает формирование и сохранение самостоятельности, независимости и автономности, базируется на собственной системе взаимодействия с окружением, представляет собой вариант эффективного старения (Стрижицкая и др., 2021).

По мнению современных авторов, социальная поддержка может стать адаптивным инструментом в процессе позитивного старения, если учитывать индивидуальные потребности и «специфику мотивации», интересы и опыт пожилого человека, т. е. рассматривать такого рода поддержку с точки зрения селективной оптимизации с компенсацией. В исследованиях отмечается, что данная возрастная категория отдает предпочтение поддержанию стабильной, отвечающей индивидуальным потребностям эмоциональной поддержке (Подольский и др., 2022).

В частности, исследуя факторы удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте, Е. А. Никитина отмечает, что самодостаточным пожилым людям с высоким уровнем самооценки интеллекта для ощущения благополучия достаточно той поддержки, которую они реально получают от своего окружения (Никитина, 2023).

Среди многих других факторов, оказывающих воздействие на успешность процесса старения, анализируются также и способы совладающего поведения (Шаповаленко, 2017) как осознанные, целенаправленные когнитивные или поведенческие реакции, которые используются с целью изменения стрессовой ситуации или снижения отрицательных эмоций (Крюкова, 2010). Копинг-стратегии рассматриваются как проактивные действия, предпринимаемые пожилыми людьми для решения проблем или задач, связанных в том числе с возрастными изменениями.

К. Рифф изучает позитивное старение как интегрированный биопсихосоциальный процесс. Модель психологического благополучия К. Рифф, первоначально обозначенная как «успешное старение» («successful aging»), включает в себя шесть аспектов позитивного функционирования личности: самопринятие, позитивные отношения с другими, автономию, контроль над окружением, целенаправленность жизни, личностный рост (Ruff, 2012).

В данном исследовании мы предпринимаем попытку выявить роль таких ресурсов позитивного старения, как ориентированность на социум, восприятие социальной поддержки и копинг-стратегии.

Проверяется следующая гипотеза: характеристики направленности респондентов на социум вносят вклад в индивидуальный сценарий позитивного старения, что в свою очередь сказывается на различиях в использовании ресурсов у самодостаточных и социотропных людей пожилого возраста.

Применялись следующие методики: шкала «Социотропность—самодостаточность» (Стрижицкая и др., 2021); «Опросник социальной поддержки» F-SOZU-22 (Холмогорова, Петрова, 2007), «Опросник способов совладающего поведения» (Крюкова и др., 2004), «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (Шевеленкова, Фесенко, 2005).

В исследовании приняли участие 104 респондента в возрасте от 60 до 74 лет, 44 мужчины и 60 женщин, средний возраст 63,75 и 64,65 лет, соответственно, жители Москвы и Московской области, с баллами теста SAGE выше 17.

Корреляционный анализ результатов всей выборки выявил положительные связи между большинством шкал психологического благополучия — общей шкалой, автономностью, управлением сре-

дой, личностным ростом, целями в жизни и самопринятием и само-достаточностью (при  $p < 0,01$ ), а также шкалами социальной поддержки (при  $p < 0,01$ ).

Благополучие также связано с копинг-стратегиями «планирование решения» (при  $p < 0,01$ ) и «положительная переоценка» ( $p < 0,05$ ). Задействование данных копингов указывает на поиск пожилыми людьми ресурсов (как внешних, так и внутренних) для решения проблемы, предполагает проявление активности и конструктивных форм поведения, способствующих благополучному старению.

Распределение выборки на две группы – «Самодостаточные» ( $N = 53$ ) и «Социотропные» ( $N = 51$ ) – позволило выявить межгрупповые различия, а также внутригрупповые корреляции.

В группе «Самодостаточные», по сравнению с группой «Социотропные», выше уровень всех шкал психологического благополучия (шкала «позитивные отношения» на уровне тенденций), более высокие значения по копингам «конфронтация» и «планирование решения проблем», выше показатели по шкале «Социальная интеграция».

В группе «Самодостаточные» психологическое благополучие связано с копингами «планирование решения проблемы» (при  $p < 0,01$  и  $p < 0,05$ ) и «положительная переоценка» (при  $p < 0,05$ ), со шкалами социальной поддержки: «эмоциональная поддержка» (при  $p < 0,01$  и  $p < 0,05$ ), «инструментальная поддержка» (при  $p < 0,01$  и  $p < 0,05$ ) и «социальная интеграция» (при  $p < 0,01$ ).

В группе «Социотропные» благополучие имеет положительные связи с копингом «планирование решения проблемы» (при  $p < 0,01$ ), а также со шкалами социальной поддержки: «эмоциональная поддержка», «инструментальная поддержка» (при  $p < 0,01$  и  $p < 0,05$ ) и «социальная интеграция» (при  $p < 0,01$ ).

Выявленные межгрупповые различия, а также внутригрупповые взаимосвязи способов совладания и социальной поддержки с психологическим благополучием указывают на наличие особенностей использования ресурсов пожилыми людьми с различной направленностью на социум.

Полученные результаты подтверждают предположение о возможности рассмотрения самодостаточности и активных копинг-стратегий как ресурсов позитивного старения. Кроме эмоциональной поддержки, положительный вклад в благополучный сценарий старения могут вносить социальная интеграция и инструментальная поддержка.

Применение указанных ресурсов может обеспечить пожилому человеку такой вариант старения, который Л. И. Анцыферова обозна-

чает как успешный, предполагающий решение задач по самоопределению в старости, интеграцию в единое целое жизненного опыта, обретение себя в новом качестве при позитивном взгляде на прошлое, настоящее и будущее.

### Литература

- Анциферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Головей Л. А., Стрижицкая О. Ю., Криулина А. В.* Позитивное функционирование личности в пожилом возрасте: комплексный подход // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 36. С. 9.
- Крюкова Т. Л.* Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова—Авантитул, 2010.
- Никитина Е. А.* Факторы удовлетворенности жизнью в пожилом возрасте // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2023. Т. 8. № 1. С. 161—179. doi: 10.38098/irpan.orwp\_2023\_26\_1\_007
- Подольский А. И., Ермолаева М. В., Шоркина Н. А.* Пожилой человек как субъект изучения, поддержки и общения. М.: ИД Высшей школы экономики, 2022.
- Сергиенко Е. А., Харламенкова Н. Е.* Психологические факторы благополучного старения // Вестник СПбГУ. Сер. 16. «Психология. Педагогика». 2018. № 3. С. 243—257.
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д., Муртазина И. Р., Вартамян Г. А.* Адаптация методики «Социотропность—самодостаточность» на российской выборке взрослых и пожилых людей // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 3. С. 217—233. doi: 10.17759/expps.2021140315
- Шаповаленко И. В.* Макартурское исследование успешного старения: на пути к новой геронтологии: Реферативный обзор книги Rowe J. W., Kahn R. L. Successful Aging // Современная зарубежная психология. 2017. Т. 6. № 3. С. 13—21. doi: 10.17759/jmfp.2017060302
- Bar-Tur L.* Fostering well-being in the elderly: Translating theories on positive aging to practical approaches // Frontiers in Medicine. 2021. V. 8. doi: 10.3389/fmed.2021.517226
- Ryff C. D.* Understanding positive aging as an integrated biopsychosocial process. Wisconsin—Madison: Institute on Aging—University of Wisconsin Madison, 2012.

## Социально-психологические факторы стратегий футуризации старения\*

*О. Ю. Стрижицкая*

Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург

Статья посвящена анализу социально-психологических факторов, связанных с использованием стратегий конструирования старения. В качестве социально-психологических факторов рассматриваются особенности здорового образа жизни, включая эмоционально-регуляторные процессы, позитивный и негативный аффекты, самооценку и наличие родственников-долгожителей. Исследование выполнено на 196 взрослых в возрасте 33–90 лет и проводилось с помощью опросника «Стратегии конструирования старения», ШПАНА, анкеты «Здоровое старение», социально-демографической анкеты. В статье представлены четыре регрессионные модели – для каждой группы стратегий конструирования старения, показано, что несмотря на то, что некоторые параметры встречаются в нескольких моделях, тем не менее, в целом каждая стратегия имеет свой набор специфических предикторов.

*Ключевые слова:* футуризация старения, стратегии конструирования старения, позитивное старение, ресурсы, активное старение.

В 2019 г. ВОЗ в своем «Десятилетии здорового старения 2020–2030 гг.» сообщила о концептуализации «здорового старения» как «процесса развития и поддержания функциональных способностей, обеспечивающих благополучие в пожилом возрасте» (Decade of healthy ageing..., 2019). Важнейшими сферами формирования здорового старения были объявлены функциональность, внутренняя дееспособность и способность взаимодействовать с окружающей средой, включая социальное окружение. Однако задача формирования здорового, успешного, счастливого или любого «другого вида» благополучного старения не может быть решена работой исключительно с самим пожилым населением. Старение является результатом всей жизни человека, оно отражает приобретенные им или, наоборот, израсходованные ресурсы, как физические, так и психические. В нашем анализе исследований старения за последние 20 лет было показано, что за последние два десятилетия существенно изменилось понимание его механизмов, а также формирование ресурсов периода старения (Стрижицкая, Петраш, 2022).

---

\* Грант РНФ № 22-28-00869 «Футуризация старения как ресурс сохранения качества жизни в пожилом возрасте».



Можно говорить о переходе от созерцательного к проактивному подходу к старению. Всё больше исследований подтверждают, что многообразные факторы, от генетических до средовых, которые раньше считались устойчивыми и неколебимыми, на самом деле модифицируемы. Эти результаты приводят нас к важной мысли о том, что во многом именно сам человек определяет, каким будет его старость. Наши предыдущие исследования показали, что в целом осведомленность о стратегиях и поведенческих решениях, способствующих благополучному старению, среди взрослых людей достаточно высока, однако применение этих стратегий недостаточно активно (Стрижицкая и др., 2023). Таким образом, актуальным является не только собственно поиск механизмов, способствующих формированию благополучной старости, но и поиск психологических факторов, способствующих активному внедрению этих механизмов на поведенческом уровне, что в итоге поможет как улучшить качество жизни человека, так и увеличить ее продолжительность.

Выборку исследования составили 196 взрослых людей в возрасте 33–90 лет ( $M = 60,97$ ,  $SD = 8,80$ ), 78,1% женщины. Данные были собраны в 2022–2023 гг. в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, участие в исследовании было добровольным.

Для решения поставленных задач были использованы опросник «Стратегии конструирования старения» (Стрижицкая, Петраш, 2024), «Шкала позитивного и негативного аффекта» (ШПАНА) (Осин, 2012), анкета «Здоровое старение» (Стрижицкая, 2012), данные социально-демографической анкеты.

Целью данного исследования было оценить роль таких социально-психологических характеристик, как привычки, способствующие активному старению, самооценка, позитивный и негативный аффект, а также фактор долголетия в семье для различных стратегий конструирования старения.

Первичный корреляционный анализ связей показателей использования стратегий конструирования старения и показателей активного старения, самооценки, позитивного и негативного аффекта, а также фактора долголетия в семье показал множественные связи, что позволило предположить наличие более сложных структурных связей между этими параметрами. Был проведен регрессионный анализ отобранных социально-психологических показателей отдельно для каждой стратегии конструирования старения.

Регрессионный анализ зависимой переменной «Стратегии сохранения здоровья» выявил три предиктора активного использования данной стратегии: социальная активность и проактивное поведение

( $t = 3,616$ ;  $p = 0,000$ ), самооценка памяти ( $t = 2,604$ ;  $p = 0,010$ ), негативный аффект ( $t = -2,412$ ;  $p = 0,017$ ); объясненная дисперсия составила 20,8%. Анализ «Метакогнитивных стратегий» как зависимой переменной показал, что ее предикторами выступают оптимизм и адаптивность ( $t = 3,674$ ;  $p = 0,000$ ), самооценка памяти ( $t = 3,700$ ;  $p = 0,000$ ), наличие родственников, доживших до возраста 90–99 лет ( $t = 2,864$ ;  $p = 0,005$ ), самооценка внимания ( $t = -2,063$ ;  $p = 0,041$ ); объясненная дисперсия составила 26,7%. Стоит отметить, что наличие родственников, проживших более 100 лет, никакого значимого эффекта на использование стратегий конструирования старения не оказывало. Регрессионный анализ «Стратегии саморазвития» показал, что предикторами выступают самооценка памяти ( $t = 3,935$ ;  $p = 0,000$ ), регуляция сна ( $t = 3,924$ ;  $p = 0,000$ ), возраст ( $t = 3,409$ ;  $p = 0,001$ ), сохранность равновесия ( $t = 2,870$ ;  $p = 0,005$ ), самооценка внимания ( $t = -2,879$ ;  $p = 0,006$ ), самооценка здоровья ( $t = 2,280$ ;  $p = 0,024$ ); объясненная дисперсия составила 37,8%. Наконец, регрессионный анализ предикторов «Генеративных стратегий» выявил лишь один показатель – социальная активность и проактивное поведение ( $t = 2,379$ ;  $p = 0,019$ ) с объясненной дисперсией 4%.

Проведенный анализ показал, что хотя все стратегии направлены на конструирование благополучного старения, однако они обеспечиваются разными механизмами. Среди наиболее интересных результатов следует отметить, что для трех стратегий – сохранения здоровья, метакогнитивных стратегий и стратегии саморазвития – одним из ключевых предикторов является самооценка памяти. Можно предположить, что представления о работе памяти и ее сохранности могут отражать как общую психическую, так и интеллектуальную сохранность, что может быть важной отправной точкой для уверенности в будущем и в целом создавать платформу для планирования старения. Вместе с тем, самооценка выступила предиктором двух стратегий – метакогнитивных и стратегий саморазвития – и в обоих случаях вошла в модели с отрицательным знаком. Этот результат, безусловно, требует дополнительного исследования, однако предварительно следует предположить, что снижение самооценки внимания может отражать трудности в концентрации и переключении внимания, что на бытовом уровне часто ассоциируется с усталостью. Это, в свою очередь, наталкивает человека на мысли о необходимости отдыха, реорганизации своего режима и в целом может провоцировать рефлексию на тему своего образа жизни. Мы обнаружили, что вклад в активизацию метакогнитивных стратегий делает наличие родственников, доживших до 90–99 лет, и предположили, что образ старости во мно-

гом зависит от тех примеров, которые человек видит в жизни. В данном случае наш результат говорит о том, что люди, у которых есть родственники-долгожители, вероятно, предполагают, что они также могут дожить до преклонного возраста, что заставляет их более активно задумываться о том, какую старость они хотели бы иметь и какие действия необходимо предпринять, чтобы прийти к достойному результату. Было обнаружено, что возраст выступает предиктором только стратегий саморазвития, что в целом согласуется с данными исследований, согласно которым с возрастом субъектные характеристики усиливаются, в том числе и направленность на саморазвитие (Головей и др., 2014). Стоит отметить, что наибольшее количество предикторов было обнаружено именно для стратегий саморазвития, причем эти предикторы включают как самооценочные параметры, так и характеристики, связанные со здоровым образом жизни. В целом можно сказать, что планирование и конструирование благополучной старости предполагает и требует определенной степени сохранности здоровья человека, как физического, так и психического. Экстраполируя эту идею, мы допускаем, что взрослый человек, занимающий активную жизненную позицию, ведущий здоровый и активный образ жизни, заинтересованный в окружающем мире и имеющий физические и психические возможности для такой активной жизни, будет с большей вероятностью стремиться прийти к такой старости, в которой он также сможет сохранить активность, что, вероятно, может побуждать его прикладывать усилия для достижения этой цели. Вместе с тем наши результаты предполагают, что здоровые и активные взрослые будут стараться оставаться такими же, однако взрослые, имеющие сниженный эмоциональный фон, повышенный стрессогенный фон, слабое здоровье и т. д., будут избегать активного планирования старения, что ставит перед теоретиками и практиками важные задачи по созданию программ активизации, прежде всего субъектной позиции, и создания для человека максимально комфортных условий старения.

### Литература

- Головей Л. А., Стрижицкая О. Ю., Дерманова И. Б., Логинова Н. А., Манукян В. Р., Петраш М. Д. Психологическая зрелость личности. СПб.: Скифия-Принт, 2014.
- Осин Е. Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 91–110.
- Стрижицкая О. Ю. Практикум по психогеронтологии. СПб.: Изд-во С.-Петербурга, ун-та, 2012.

- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д.* Конструирование продуктивной старости: биологические, психологические и средовые факторы // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1. С. 8–28. doi: 10.17759/cpp.2022300102
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д.* Разработка методики «Стратегии конструирования старения» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14. Вып. 1. С. 158–173. doi: 10.21638/spbu16.2024.110
- Стрижицкая О. Ю., Петраш М. Д., Голубицкая Д. И., Кузьмина М. Г.* Конструирование старения: преимущества проактивного подхода // Актуальные проблемы клинической психологии: теоретические и прикладные аспекты диагностики и коррекции / Под общ. ред. Н. А. Кравцовой. Владивосток: Эксперт-Наука, 2023. С. 183–195.
- Decade of healthy ageing 2020–2030 // World Health Organization. 2019. URL: [https://www.who.int/docs/default-source/documents/decade-of-health-ageing/decade-healthy-ageing-update-march-2019.pdf?sfvrsn=5a6d0e5c\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/documents/decade-of-health-ageing/decade-healthy-ageing-update-march-2019.pdf?sfvrsn=5a6d0e5c_2) (дата обращения: 28.08.2024).

## **Принцип «единства приобретений и потерь» в структуре интеллекта на позднем этапе онтогенеза\***

*М. А. Холодная*

Институт психологии Российской академии наук, Москва

В статье обосновывается сформулированный Л. И. Анцыферовой принцип «единства приобретений и потерь» на этапе позднего онтогенеза на примере анализа феномена дедифференциации (эффекта усиления связей между когнитивными функциями в структуре интеллекта пожилых и старых людей). Сделан вывод о том, что в этом возрасте интеллект переходит на централизованный тип функционирования за счет прямого влияния понятийного мышления на когнитивные функции. Выделены пять уровней (стадий) психического развития в онтогенезе (диффузная целостность, системная дифференциация, системная интеграция, иерархическая интеграция и централизация), позволяющие подойти к пониманию природы продуктивного и непродуктивного типов старения.

---

\* Работа выполнена при поддержке Министерства науки и высшего образования РФ, Госзадание № 0138-2024-0016 «Интеллектуальные системы и способности человека».

*Ключевые слова:* поздний онтогенез, интеллект, дедифференциация, уровни (стадии) психического развития, продуктивное старение.

В работах Л. И. Анцыферовой большое внимание уделялось проблеме особенностей психического развития человека на поздних этапах онтогенеза (в пожилом и старческом возрасте), прежде всего выявлению механизмов продуктивного старения. По мнению Анцыферовой, одним из главных факторов, обуславливающих поступательное развитие личности в поздние годы, выступает содержательность способа ее жизни, что предполагает способность «рассматривать жизнь и ее события в разных системах координат; выявлять латентные возможности жизненных ситуаций; воспринимать неожиданность, неопределенность, многозначность обстоятельств жизни как стимул для своего развития и т. п.» (Анцыферова, 2006, с. 271). Другое важное условие плодотворной жизни в поздние годы — это интеграция пожилым человеком своего прошлого, настоящего и предполагаемого будущего, что проявляется в готовности создавать (рассказывать) историю своей жизни. Неудивительно, что при изучении геронтологической проблематики особый интерес вызывают особенности интеллектуальной сферы пожилых и старых людей, которые, по всей вероятности, обуславливают эти качественно новые аспекты ментальной жизни стареющего человека.

Анализируя специфику развития интеллектуальной сферы личности в поздние годы жизни, Анцыферова сделала вывод о многомерности и разнонаправленности происходящих в этот период изменений интеллекта. В частности, оказалось несостоятельным традиционное представление об однолинейной схеме развития интеллекта по типу «прогресс—плато—регресс». Ею был сформулирован важный «принцип единства приобретений и потерь (утрат)» (там же, с. 283), согласно которому в поздние годы, наряду с проявлениями регресса интеллекта, возникают позитивные интеллектуальные новообразования.

Согласно многочисленным исследованиям, в пожилом и старческом возрасте выраженные снижаются показатели флюидного интеллекта (способность к пространственным преобразованиям, оперативная память и т. д.), кроме того, нарастают ограничения в освоении новых способов решения, увеличивается ригидность мышления. В то же время относительную стабильность демонстрируют такие способности, как словарный запас, определение сходства и выявление существенных признаков, при этом отмечается рост способности к синтезу и систематизации информации, повышается уровень интеллектуальной рефлексии, диалектического мышления и мудрости.

Таким образом, в геронтогенезе одновременно со спадом интеллектуальных возможностей происходит и их обогащение, инволюционные изменения сочетаются с новообразованиями прогрессивного характера (там же, с. 298). Тем самым, по мнению Анцыферовой, у пожилых и старых людей формируются механизмы компенсации определенных интеллектуальных потерь, в том числе за счет выявления резервов интеллектуальной сферы.

В качестве одного из доказательств появления качественно новых механизмов организации интеллектуальной деятельности на этапе позднего онтогенеза можно рассматривать феномен «дедифференциации» в виде эффекта увеличения связей когнитивных функций при переходе к пожилому возрасту, сравнительно с юношеским и взрослым возрастом (Anstey et al., 2003; Baltes et al., 1980; Breit et al., 2022; Hülür et al., 2015; Juan-Espinosa et al., 2002; и др.). Факты свидетельствуют о том, что существует некоторая закономерность в изменениях структуры интеллекта в онтогенезе: интеллектуальные способности (в терминах психометрических показателей интеллекта в рамках разных интеллектуальных шкал) оказываются интегрированными в детском возрасте (т. е. тесно связаны между собой), затем они подвергаются дифференциации в подростковом и юношеском возрасте (т. е. связи между ними уменьшаются), далее эти связи незначительно изменяются в ходе взрослости и обнаруживают «дедифференциацию» в пожилом возрасте (т. е. связи между ними снова резко возрастают) (характерно, что в более ранних работах вместо термина «дедифференциация» использовался термин «неоинтеграция»).

В нашем исследовании на выборке пожилых людей (возрастной диапазон 60–80 лет;  $n = 70$ , в том числе мужчин – 34, женщин – 36) в сравнении ее с выборкой студентов были подтверждены изменения в структуре интеллекта. В частности, у пожилых людей одновременно наблюдаются следующие особенности интеллектуальной деятельности, диагностируемые с помощью шкалы Векслера: наряду с увеличением количества и тесноты связей между когнитивными функциями имеют место высокая сохранность семантических способностей (субтесты «Понимание», «Словарный») и категориальных способностей (субтест «Сходство»), снижение пространственных способностей и оперативной памяти, увеличение дискоординации когнитивных функций (в виде роста коэффициента вариативности как по вербальной и невербальной шкалам, так и по общей шкале). Характерно, что феномен дедифференциации интеллекта наиболее ярко проявляется у пожилых мужчин: при факторизации показателей в мужской части выборки выделяются только два фактора (в выборке пожилых

женщин выделилось четыре фактора, в выборке студентов – четыре фактора), при этом первый фактор объясняет очень высокий процент общей дисперсии (44,5%), захватывая с высокими весами девять субтестов из одиннадцати. При этом важно отметить, что именно пожилые мужчины превосходят пожилых женщин по следующим субтестам: «Осведомленность» ( $p \leq 0,001$ ), «Понимание» ( $p \leq 0,001$ ), «Сходство» ( $p \leq 0,01$ ) и «Словарный» ( $p \leq 0,01$ ) (Холодная, 2012).

По нашему мнению, увеличение количества и тесноты межфункциональных связей когнитивных функций на поздних этапах онтогенеза нельзя трактовать как проявление интегрированности интеллекта (в силу увеличения разрыва между вербальными и невербальными способностями, а также роста дискоординации когнитивных функций). Однако подобного рода изменение особенностей организации интеллекта позволяет говорить о формировании у пожилых людей некоторого нового механизма интеллектуальной деятельности. В частности, имеет место переход интеллекта на централизованный тип функционирования: понятийное мышление в силу своей достаточно высокой эффективности начинает напрямую регулировать основные когнитивные функции; соответственно, подчиненность «центральному фактору» приводит к усилению взаимозависимости когнитивных функций в структуре интеллекта пожилого человека (наиболее ярко этот эффект, как было отмечено выше, проявляется в выборке пожилых мужчин). Таким образом, можно предположить, что чем выше понятийные способности («житейскими» индикаторами их сформированности являются, по Анциферовой, характерные для продуктивного старения содержательность способов жизни и интеграция прошлого, настоящего и будущего в индивидуальных нарративах), тем в большей мере на этапе позднего онтогенеза проявляется «централизация» интеллекта, выступающая в качестве важнейшего компенсаторного ресурса интеллектуального развития и обеспечивающая интеллектуальную сохранность в пожилом возрасте.

Выявление специфики интеллектуального развития на поздних этапах онтогенеза позволяет сделать некоторые общие выводы относительно этапов (уровней) эволюции психики в онтогенезе. Если следовать современной идеологии системно-структурного подхода, то, основываясь на идеях Х. Вернера, Г. Марфи, Н. И. Чуприковой и др., можно выделить пять уровней (стадий) психического развития в онтогенезе:

- 1) диффузная целостность, для которой характерно глобальное, нерасчлененное состояние системы;

- 2) системная дифференциация, когда выделяются составляющие элементы системы, каждый из которых функционирует более или менее автономно;
- 3) системная интеграция, характеризующая такой уровень развития системы, на котором формируются и усиливаются стабильные связи между отдельными элементами;
- 4) иерархическая интеграция, когда элементы системы расположены на разных уровнях обобщенности и находятся между собой в вариативных «горизонтальных» и «вертикальных» отношениях, будучи при этом относительно свободными от влияния как целого, так и факторов внешней среды;
- 5) централизация, предполагающая высокий уровень сформированности некоего центрального (системообразующего) элемента системы и его компенсирующее влияние на другие элементы, что обеспечивает психическую сохранность за счет роста жесткости и устойчивости всей системы.

Возвращаясь к идее Л. И. Анцыферовой о существовании продуктивного и непродуктивного типов старения, можно сделать следующее предположение. Продуктивный тип старения имеет место тогда, когда человек проходит в своем психическом развитии все этапы, включая этап централизации. Непродуктивный тип старения обнаруживает себя при «остановке» психического развития на третьем уровне либо при регрессе на второй или даже первый уровень.

Изучение особенностей геронтогенеза позволило Л. И. Анцыферовой сформулировать положение о том, что однолинейная модель развития уступает место модели многомерного развития, позволяющей говорить о ментальных ресурсах пожилых и старых людей как «единстве потерь и приобретений». Таким образом, поздний онтогенез представляет особый интерес, так как именно на этом этапе психического развития складываются качественно новые психические механизмы, обеспечивающие компенсацию возрастных дефицитов и продуктивную жизнедеятельность в преклонном возрасте.

### Литература

- Анцыферова Л. И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
- Холодная М. А.* Психология понятийного мышления: от концептуальных структур к понятийным способностям. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Anstey K. J., Hofer S. M., Luszcz M. A.* Cross-sectional and longitudinal patterns of dedifferentiation in late-life cognitive and sensory function: The effect of



- age, ability, attrition and occasion of measurement // *Journal of Experimental Psychology. General*. 2003. V. 132 (3). P. 470–487.
- Baltes P. B., Cornelius S. W., Spiro A., Nesselroade J. R., Willis S. L.* Integration versus differentiation of fluid/crystallized intelligence in old age // *Development Psychology*. 1980. V. 16 (6). P. 625–635.
- Breit M., Brunner M., Molenaar D., Preckel F.* Differentiation hypotheses of intelligence: A systematic review of the empirical evidence and an agenda for future research // *Psychological Bulletin*. 2022. V. 148 (7–8). P. 518–554. doi: 10.1037/bul0000379
- Hülür G., Ram N., Willis S. L., Warner Schaie K., Gerstorf D.* Cognitive dedifferentiation with increasing age and proximity of death: Within-person evidence from the Seattle longitudinal study // *Psychology and Aging*. 2015. V. 30. P. 311–323. doi: 10.1037/a0039260
- Juan-Espinosa M., Garsia L. F., Escorial S., Rebollo I., Colom R., Abad F. J.* Age dedifferentiation hypothesis: Evidence from the WAIS III // *Intelligence*. 2002. V. 30. P. 395–408.

